

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

**на тему: ПСИХОДІАГНОСТИЧНІ ТА ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНІ
МОЖЛИВОСТІ ВИКОРИСТАННЯ МАЛЮНКОВИХ ТЕСТІВ У
ПРОФЕСІЙНІЙ ПРАКТИЦІ**

Виконала: студентка II курсу
групи 8.0599-з
спеціальності: 053 Психологія
освітньої програми: Психологія
Несінова Ольга Борисівна
Керівник: к. психол. н.,
доцент Макаренко Н.М.
Рецензент: к. пед. н., доцент
Пономаренко О.В.

Запоріжжя

2020

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти: магістр
Спеціальність: 053 Психологія
Освітня програма: Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри к.психол.н., доцент Н.О.Губа «_____» _____ 20__ року

**ЗАВДАННЯ
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ**

Несіновій Ользі Борисівні

1. Тема роботи (проекту): Психодіагностичні та психотерапевтичні можливості використання малюнкових тестів у професійній практиці

керівник роботи (проекту) Макаренко Н. М., кандидат психологічних наук, доцент

затверджені наказом ЗНУ від «14»липня 2020 року № 1032-с

2. Строк подання студентом роботи (проекту): 30 листопада 2020

3. Вихідні дані до роботи: аналіз психолого-педагогічної літератури проаналізувати наукову літературу з проблем проективної психодіагностики, узагальнити опрацьований матеріал, емпірично дослідити психодіагностичні та психотерапевтичні можливості використання малюнкових текстів у практиці професійного психолога.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити): проаналізувати наукову літературу з проблем проективної психодіагностики, узагальнити опрацьований матеріал, емпірично дослідити психодіагностичні та психотерапевтичні можливості використання малюнкових текстів у практиці професійного психолога.

5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень):
7 таблиць, 3 рисунки

6. Консультанти розділів роботи (проекту)

Розділ	Прізвища	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Макаренко Н.М., доцент		
Розділ 1	Макаренко Н.М., доцент		
Розділ 2	Макаренко Н.М., доцент		
Розділ 3	Макаренко Н.М., доцент		
Висновки	Макаренко Н.М., доцент		

7. Дата видачі завдання

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№п/п	Назва етапів дипломного проекту	Термін виконання	Примітки
1.	Зміст та систематизація матеріалу	20.04.2020 – 30.05.2020	Виконано
2.	Робота над вступом.	1.06.2020 – 1.07.2020	Виконано
3.	Робота над першим розділом	1.02.2020 – 1.06.2020	Виконано
4.	Робота над розділами 2 та 3	1.07.2020 – 1.10.2020	Виконано
5.	Написання висновків	1.10.2020-10.11.2020	Виконано
6.	Передзахист	10.11 – 15.11.2020	Виконано
7	Нормоконтроль	Листопад 2020	Виконано

Студент _____ Несінова О.Б.

Керівник роботи (проекту) _____ Макаренко Н.М.

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ Гречинарова О.М.

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 79 сторінки, 7 таблиць, 3 рисунка, 72 джерела, 3 додатки.

Об'єкт дослідження – особливості застосування проєктивних (малюнкових) тестів у роботі практичного психолога

Предмет дослідження - психодіагностичні та психотерапевтичні можливості малюнкових тестів.

Мета роботи – визначити психокорекційні та психотерапевтичні можливості проєктивних методик (малюнкових тестів) шляхом аналізу наукової літератури, Інтернет-джерел, упровадити на практиці заходи щодо корекції індивідуально-типологічних особливостей людини за допомогою арт-терапевтичного малювання.

Гіпотеза дослідження: проєктивні методи мають високу діагностичну валідність та можуть використовуватися як додатковий метод у визначенні індивідуально-типологічних особливостей особистості. Використання проєктивного малювання у арт-терапії допомагає стабілізувати емоційну сферу особистості, корегувати її поведінку.

Методи дослідження: Для досягнення цілей дослідження застосовано спостереження, бесіди, експеримент та наступні методики: проєктивна методика К.Махвер «Малюнок людини», 16-факторний питальник Р.Кетелла, питальник самовідношення В.Століна, С.Пантелеєва.

Наукова новизна систематизовано для узагальненого вивчення проблеми матеріал щодо можливостей (невизначеності, однозначності) проєктивних методик.

Галузь використання: навчально-виховні заклади, позашкільні навчальні заклади для дітей, загальноосвітні школи.

ПРОЕКТИВНІ МЕТОДИ, АРТ-ТЕРАПІЯ, ІЗОТЕРАПІЯ, ТРЕНІНГОВІ ВПРАВИ, ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНЕ МАЛЮВАННЯ.

SUMMARY

Nesinova O.B. Psychodiagnostic and psychotherapeutic possibilities of using drawing tests in professional practice

Qualifying work of the master: 79 pages, 7 tables, 3 figures, 72 sources, 3 appendices.

The subject of research - psychodiagnostic and psychotherapeutic possibilities of drawing tests.

The purpose of the work is to determine psychocorrective and psychotherapeutic possibilities of projective methods (drawing tests) by analyzing scientific literature, Internet sources, to put into practice measures to correct individual-typological features of a person with the help of art-therapeutic drawing.

Research hypothesis: projective methods have a high diagnostic validity and can be used as an additional method in determining individual-typological personality traits. The use of projective drawing in art therapy helps to stabilize the emotional sphere of the individual, to correct his behavior

Research methods: Observations, conversations, experiment and the following methods were used to achieve the research goals: K. Mahover's projective method "Human drawing", R. Ketell's 16-factor questionnaire, V. Stolin's and S. Panteleev's self-questions questionnaire.

The first part of the work «THEORETICAL FUNDAMENTALS OF STUDY OF PSYCHODIAGNOSTIC AND PSYCHOTHERAPEUTIC POSSIBILITIES OF DRAWING TESTS IN THE PROFESSIONAL ACTIVITY OF PSYCHOLOGY»

presents a theoretical overview of scientific sources on the problem of design techniques and their diagnostic and psychotherapeutic capabilities.

The second part «EMPIRICAL INVESTIGATION OF PSYCHODIAGNOSTIC POSSIBILITIES OF PROJECTIVE AND FORMAL

TESTS» presents the results of diagnosis of personality and its individual-typological properties

The third part of the "PSYCHOTHERAPEUTIC PROGRAM OF INFLUENCE ON PERSONALITY USING DRAWING TESTS" contains the results of a formative experiment and psychological recommendations for the use of projective methods in the work of a practical psychologist

KEY WORDS: projective methods, art therapy, isotherapy, training exercises, psychotherapeutic drawing.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1.ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПСИХОДІАГНОСТИЧНИХ ТА ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ МАЛЮНКОВИХ ТЕСТІВ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ПСИХОЛОГА.....	11
1.1.Проективні методи: переваги та недоліки.....	11
1.2. Малюнкові тести у діагностиці особистості.....	19
1.3.Психотерапевтичні можливості малюнкових тестів у арт-терапії.....	26
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОДІАГНОСТИЧНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ПРОЕКТИВНИХ ТА БЛАНКОВИХ ТЕСТІВ.....	34
2.1. Опис діагностичного інструментарію та процедури дослідження.....	34
2.2.Якісний та кількісний аналіз результатів діагностики.....	43
РОЗДІЛ 3. ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНА ПРОГРАМА ВПЛИВУ НА ОСОБИСТІТЬ ЗА ДОПОМОГОЮ МАЛЮНКОВИХ ТЕСТІВ....	51
3.1.Організація психотерапевтичного впливу за допомогою проективних методик.....	51
3.2.Зміст та структура психотерапевтичної та психокорекційної арт- терапевтичної програми.....	58
3.3.Психолого-організаційні рекомендації щодо використання проективних методик (малюнкових тестів), арт-терапії у роботі практичного психолога.....	66
ВИСНОВКИ.....	71
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	74
ДОДАТКИ.....	80

ВСТУП

Останнім часом для кадрових агенцій, юридичної сфери, у діагностичній, психокорекційній та психотерапевтичній практиці, при сапопізнанні, для прогнозування поведінки людини зростає потреба у всебічному вивченні особистості. Як правило, діагностика психологічних особливостей особистості здійснюється за допомогою ряду методологічно застарілих (іноземних, неадаптованих під сучасність та світосприймання досліджуваних), великих за обсягом, затратних у часі психодіагностичних методик. Тому підвищується особлива увага до прикладних психологічних досліджень, зокрема, за допомогою проєктивних методик. Проєктивні методики (за Л.Ф.Бурлачуком) - сукупність методик, спрямованих на дослідження особистості, розроблених у межах проєктивного діагностичного підходу. Проєктивні методики дозволяють дослідникам опосередковано занурюватися у важкооб'єктивні, приховані особливості особистості.

Але не завжди їх застосування виправдане завданнями конкретного дослідження, а отримані результати інтерпретуються у категоріях, адекватних уявленням про особистість, які сформувалися у зарубіжній та вітчизняній психології. Проєктивні методи дослідження особистості, можливо, одна з найбільш складних і суперечливих областей психологічної діагностики, всіх її аспектів: конструювання (розробка) проєктивних тестів, їх адаптації, упровадження у практику роботи. Відповідно потрібно ретельно підготувати фахівця-психолога, психотерапевта, психіатра, який би зміг максимально ефективно працювати саме з таким матеріалом.

Історія появи та використання проєктивних методик, використання їх як додаткових клінічних засобів відносно молода (проєктивні методики, стали популярними порівняно недавно, в 50-х роках ХХ століття). Але наразі про важливість місця, яке проєктивні методики займають в сучасній

психодіагностиці, свідчать міжнародні конгреси, тренінги, що регулярно проводяться протягом багатьох років, створені спеціальні наукові інститути та спільноти, публікації у наукових періодичних виданнях, соціальних мережах.

Проблема дослідження особистості за допомогою проєктивних методик відображена у працях багатьох зарубіжних та вітчизняних вчених. Традиційно вважається, що дослідженнями, які передбачали створення проєктивних тестів, були роботи В.Вундта і Ф.Гальтона. Саме вони першими використовували метод вільних або «словесних» асоціацій. Також в цьому напрямі працювали Карл Юнг, Герман Роршах, Дж.Келлі, Т.Канн. Але, методологічною основою проєктивних методів вважають персоналістичну психологію В.Штерна, організаційну теорію Г. Мюррея, гуманістичні концепції А. Маслоу. Саме завдяки теоріям цих авторів сформовано розуміння особистості як цілісної системи у взаємній з соціальним середовищем.

Інтерес до проєктивних методик спостерігається і у вітчизняних вчених Л.Ф.Бурлачука, В.К.Воронова, Є.Ю.Коржової, О.М.Кучаєнка, П.І.Коропова, Я.М.Когана, О.Ф.Потьомкіної, Ю.С.Савенко, Є.Т.Соколової, І.Д.Єрмакова, М.О.Рибнікова, Т.С.Яценко та інших. В кінці ХХ століття Ф.Гудінаф розглядала проблеми вимірювання інтелекту за допомогою малюнка. Вчені Р.С.Бернс, С.Х.Кауфман аналізували кінетичний малюнок сім'ї. Психологи З.В.Огороднійчук, В.І.Кротенко, О.Т.Соколова досліджували проблеми проєктивних методів в дослідженні особистості тощо.

Особливою популярністю фахівців користуються малюнкові тести. Вони нехитрі та легкі у застосуванні, містять більшу кількість інформації ніж спеціалізовані тести.

Разом з тим, методики проєктивної діагностики вивчають особистість опосередковано. Тому покладатися на результати дослідження за допомогою лише даного виду діагностики – небажано. Загалом проєктивні методики суттєво відрізняються від стандартизованих методів особливостями стимульного матеріалу, поставленого перед респондентом завдання; обробленням та інтерпретуванням результатів. Як вже зазначалося, їх

характеризує якісний підхід до дослідження особистості, а не кількісний, властивий психометричним тестам. Тому дотепер не розроблені адекватні методи перевірки їх надійності і надання їм валідності. А для інтерпретації результатів проєкції потрібна серйозна фахова підготовка.

Незважаючи на досить численні дослідження феномену проєктивних методик (зокрема, малюнкових тестів), на наш погляд, існує недостатньо теоретичних розробок, практичної емпірики їх застосування саме у психотерапії. Тому наше дослідження психодіагностичних та психотерапевтичних можливостей проєктивних тестів (зокрема, за допомогою малюнкових тестів) є актуальним.

Об'єкт дослідження. Особливості застосування проєктивних (малюнкових) тестів у роботі практичного психолога

Предмет дослідження. Психодіагностичні та психотерапевтичні можливості малюнкових тестів.

Мета дослідження: визначити психокорекційні та психотерапевтичні можливості проєктивних методик (малюнкових тестів) шляхом аналізу наукової літератури, Інтернет-джерел, упровадити на практиці заходи щодо корекції індивідуально-типологічних особливостей людини за допомогою арт-терапевтичного малювання.

Завдання.

1. Проаналізувати наукову літературу з метою вивчення ступеню розробленості теми, визначити основні дефініції досліджуваної теми.

2. Провести діагностичне дослідження індивідуально-типологічних характеристик, самооцінки особистості за допомогою проєктивної методики (з малюнкових тестів) «Людина» та психометричних тестів, порівняти результати.

3. Вивчити можливості психотерапевтичного впливу проєктивних методів на індивідуально-типологічні властивості особистості, її самооцінку за допомогою проєктивних методів, арт-терапії. На їх основі підібрати комплекс заходів щодо корекції емоційної сфери, самооцінки, упровадити її на практиці.

4. Простежити динаміку змін особистості у процесі психотерапевтичного впливу проєктивними методами, арт-терапією.

5. Розробити психолого-організаційні рекомендації щодо використання проєктивних методів у діагностичній та психотерапевтичній роботі психолога.

Гіпотеза: проєктивні методи мають високу діагностичну валідність та можуть використовуватися як додатковий метод у визначенні індивідуально-типологічних особливостей особистості. Використання проєктивного малювання у арт-терапії допомагає стабілізувати емоційну сферу особистості, корегувати її поведінку.

Методи дослідження. У процесі дослідження для розв'язання поставлених завдань та перевірки існуючої гіпотези, використано комплекс теоретичних (теоретико-методологічний аналіз проблеми, визначення основних дефініцій, систематизація отриманого матеріалу) та емпіричних (спостереження, самоспостереження, бесіди, пост-малюнкове опитування, тестування) методів. У роботі представлено результати констатувального та формувального експериментів.

Для досягнення цілей дослідження застосовано наступні методики: Проєктивна методика К.Махвер «Малюнок людини», 16-факторний питальник Р.Кетелла, питальник самовідношення В.Століна, С.Пантелеєва.

У роботі використовувалися методи математичної статистики (кореляційний аналіз).

Наукова новизна дослідження.

- *систематизовано* для узагальненого вивчення проблеми матеріал щодо можливостей (невизначеності, однозначності) проєктивних методик;
- *виявлено та систематизовано* основні вимоги до використання проєктивних методик при діагностиці особливостей особистості;
- *підібрано та апробовано* на практиці комплекс психотерапевтичних вправ корекції самооцінки особистості, її індивідуальних особливостей.

Практичне значення результатів дослідження полягає у тому, що структурований та узагальнений науково-теоретичний матеріал може бути використаний практичними психологами для діагностики та психотерапії. Надійність і вірогідність результатів дослідження визначаються репрезентативністю вибірки, узгодженістю та релевантністю застосованих методів відносно встановлених у дослідженні теоретичних та експериментальних завдань, адекватністю цих методів сучасній соціокультурній ситуації.

Структура роботи. Структура роботи зумовлена логікою дослідження та складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел (72 найменування, 3 з них іноземними мовами). Основний зміст роботи викладено на 79 сторінках комп'ютерного набору. Робота містить 3 малюнки, 7 таблиць. Загальний обсяг – 87 сторінок.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПСИХОДІАГНОСТИЧНИХ ТА ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ МАЛЮНКОВИХ ТЕСТІВ У ПРОФЕСІЙНІЙ ПРАКТИЦІ ПСИХОЛОГА

1.1. Проективні методи: переваги та недоліки

Як вже зазначалося, багато галузей сучасного життя (освіта, медицина, судочинство, психологічний підхід до вибору кадрів) потребують використання широкого кола діагностичних методів вивчення особистості, прогнозування її поведінки, корекції порушень розвитку. Саме тому, своєчасним стає широке використання проективних методик.

Згідно з Галяном І.М. [1, 249], у сучасній психодіагностиці виокремлюють 7 груп проективних методик (див. таблицю 1.1):

Таблиця 1.1

Проективні методики дослідження

Назва групи	Приклади методик	Участь досліджуваного	Діагностичні можливості
Методики структурування	Таутофон, Словесний тест асоціації Ф.Гальтона, чорнильні плями Роршаха	Пояснення отриманого матеріалу, надання змісту символам	Дає змогу отримати інформацію щодо контактності, навіюваності, ставлення до себе і суб'єктивізм суджень
Методики конструювання	"Тест Світу" та "Тест Мозаїки" М. Ловенфельда, Q-класифікація В.Стефансона	Комбінування оформлених деталей, створення осмисленого цілого та спроба його пояснення	За певними особливостями результатів робляться висновки як про особистість їх творця, так і про специфіку соціального оточення.

Продовження таблиці 1.1

Інтерпретаційні методики	Тест тематичної апперцепції, символічний тест аранжування, проєктивні картини Пікфорда	Коментування подій, явищ	Дає можливість розкриття внутрішнього світу, почуттів, інтересів і мотивів.
Методики доповнення	Інсайт-тест Е. Саржента, Тест "Завершення речень" А. Пейна, формалізований тест фрустрації	Завершення чи доповнення історії	Дає змогу діагностувати різноманітні особистісні змінні, від мотивів тих чи інших вчинків до відношення до статевого виховання молоді.
Методики катарсису	Психодрама Дж. Л. Морено, "Тест ляльок". А.Вольтмана	Здійснення діяльності особливо сформованих умовах	Дає досліднику можливість виявити винесені ззовні конфлікти, проблеми, іншу особистісно насичену продукцію.
Методики імпресії	Тест вибору кольору М. Люшера, тест Л.Сонді,	Обирання найбільш бажаних стимулів	Виявлення індивідуальних особливостей особистості, типу досягнення та прагнення мети, неблагополуччя, нереалізованих потреб, інтенсивних тривог, стресу.
Графічні методики	"Малюнок людини" Ф.Гудінаф, Методика "Малюнок сім'ї" В. Вулфа, Тест "Дерево" К. Коха	Створення творчого продукту	Дає змогу зробити висновки про афективну сферу особистості, рівень психосексуального розвитку та інші особливості.

Проективна діагностика має передісторію, узагальнену А.П.Двініним та І.А.Романченко[2]. Спочатку Ф.Гальтон дійшов висновку, що асоціації на слова-реакції на слова-стимули чимось обумовлені. К.Юнг створив та проводив перший тест «Вільні асоціації»; А.Біне, Ф.Рібаков використовували різноманітні чорнильні плями, діагностуючи потреби, інтереси, патології особистості. Г.Мюррей є засновником проективного тесту ТАТ (тесту тематичної аперцепції)

Термін «проективні методики» вперше використав Л.Франк, аналізуючи асоціативні тести К.Юнга, Г.Роршаха, ТАТ Г.Мюррея та інші. Він запропонував використовувати термін «проективні» методики, у яких відповідь досліджуваного обумовлена не об'єктивними значеннями стимулу, а особистініми властивостями людини.

Л.Франк визначив основні принципи, які є підмурком проективного дослідження особистості. Це:

1. Вивчення унікальних можливостей дослідження особистості, системи взаємопов'язаних процесів, а не окремих рис.

2. Особистість у проективній діагностиці вивчається як відносно стійка система динамічних процесів, заснованих на основі потреб, емоцій, індивідуального досвіду.

3. Особистість розглядається як процес організації та структурування життєвого простору [3].

Визначення проєкції або «викидання» (за Л.Ф.Бурлачуком) – винесення внутрішнього змісту індивіда, такого, яким він є зараз, його різноманітних уявлень про себе, яким він би хотів бути – назовні. Проективні тести - це методи оцінки особистості, при яких деяка невизначеність в тестових стимулах або інструкціях створює можливості для суб'єктів структурувати свої відповіді з точки зору їх індивідуальних особистісних характеристик і, таким чином, надає інформацію про природу цих характеристик.

Найбільш важливими ознаками проективних методів автор вважав:

- ✓ невизначеність стимулів, які використовуються;

- ✓ відсутність обмежень при виборі відповіді;
- ✓ неможливість ділення відповідей досліджуваних на «правильні» та «помилкові» [4, 336].

На основі опрацьованих наукових джерел (Л.Ф.Бурлачук, Є.Г.Суркова, А.Корнер та ін..) можна визначити загальні особливості проєктивних методик (дивись таблицю 1.2.)

Таблиця 1.2.

Діагностичні особливості проєктивних методик (на основі опрацьованих джерел)

Особливість проєктивної методики	Можливості у діагностиці
Неструктурованість завдань	Необмеженість та різноманітність відповідей досліджуваного
Стислість інструкцій	Активізація широти фантазування досліджуваного
Розпливчастість та неоднозначність стимулів	Спосіб сприйняття і інтерпретації індивідом тестового матеріалу або «структур» ситуації відображення фундаментальних аспектів функціонування його психіки.
Замаскованість діагностики	Приховування діагностичної спрямованості, послаблення сприймання завдань, створення комфортної ситуації
Широкі діагностичні можливості	Глобальний підхід до оцінки особистості. Увага фокусується на загальній характеристиці особистості як такої, а не на вимірюванні окремих її властивостей. Діагностика емоційних, мотиваційних, міжособистісних характеристик особистості, інтелектуальних аспектів поведінки.
Відсутність структурованості	Гальмування захисних реакцій досліджуваного

Вивчення діагностичних та психотерапевтичних можливостей наразі проводиться досить активно. Зокрема, Walter G. Klopfer (1973) узагальнив основні ознаки проєктивних методик:

1) неструктурованість, невизначеність стимульного матеріалу, що припускає можливість використання або тлумачення його найрізноманітнішими способами;

2) стисле, узагальнене формулювання інструкцій, що передбачають самовираження і фантазію;

3) створення атмосфери доброзичливості за відсутності оцінних суджень дослідника;

4) неінформованість досліджуваного про діагностичне значення його дій і слів, що дає змогу уникнути навмисних чи мимовільних перекручень при проєкції особистості [5].

Роуль Сілвер досліджувала за допомогою проєктивних методик малювання сприймання, уяву, креативність, художні здібності дитини, довела їх ефективність [6].

Лоуренс Франк підкреслював важливість застосування різноманітних методик та процедур (зокрема, проєктивних), які будуть представляти загальний малюнок особистості, те, як вона структурує свій життєвий простір [7].

На думку Р.Давідо, «зміст малюнка - відображена абстракція, яка містить інформацію про інтелектуальний рівень, емоційний стан, душевну рівновагу, від якої залежить здатність пристосовуватися до різноманітних життєвих ситуацій [8,6]

Можливості проєктивних методик вивчала Анеліз Корнер, стверджуючи, що «передбачення, на якому побудовані проєктивні методики наступне: всі значущі та незначущі поведінкові прояви є вираженням особистості індивіда» [9,93]. Також відома психолог проаналізувала всі можливості та обмеження проєктивних методик. Наприклад,

- проєктивні методики мають високу діагностичну валідність;

- проєктивні методики можуть давати певні прогнози;
- проєктивні методтики – відмінний інструмент у дослідженні психології особистості.

Значну увагу вивченню проєктивних методик, їх діагностичних можливостей приділяють вітчизняні науковці-психологи.

Г.М.Прошанський спробував створити трьохступеневу схему аналізу проєктивних техніки (див.таблицю 1.3).

Таблиця 1.3.

Аналіз проєктивних технік (за Г.Прошанським) [10]

Стимули	Відповіді	Мета
вербальний	Асоціативна	опис
візуальний	Інтерпретативні	діагностика
конкретний	Маніпулятивна	терапія
інші модальності	вільний вибір	

Особливістю даної класифікації є те, що останній пункт кожної категорії, випадає із загального або є протилежністю іншим пунктам. Не виключено, що це явище – джерело часткових збігів між категоріями, про які йшла мова раніше. Зазначимо, що проєктивні техніки різняться між собою не лише діагностичною інформацією, яку ми отримаємо у результаті дослідження, а й за предметом аналізу. Це дозволяє підібрати діагностичний інструментарій, що буде максимально доречним у конкретній ситуації і по відношенню до кожного з досліджуваних.

Л.Д.Лебедева, Ю.В.Нікіфорова узагальнили всі інтерпретаційні варіанти проєктивних тестів «Дім-Дерево-Люжина», «Неіснуюча тварина», «Рисунок сім'ї», «образи емоцій» тощо [11].

О.Ф.Потемкіною проведений ґрунтовний аналіз психологічних можливостей малюнку та тексту [12]. У дослідженні авторки представлено матеріал, побудований на основі аналізу 25 тисяч малюнків дітей, 10 тисяч

малюнків дорослих представників різноманітних професій. О.Ф.Потемкіна, посилаючись на дослідження К.Річі, Ж.Рума, М.Ліндрстрема, О.І.Галкіної, Г.В.Лабунської, В.С.Мухіної представляє історію становлення малюнку (від «каляків» у 2-3 роки до графічного зображення у підлітковому віці) та їх корекційних, діагностичних можливостей.

Т.Д.Зінкевич-Євстігнеєва наводить приклади досліджень широких можливостей проєктивних діагностик у казкотерапії, аналізує можливості півкуль головного мозку у ході «проєкції», надає принципи психологічного аналізу казок [13;14].

Цікавим, на наш погляд, є дослідження щодо конструктивних можливостей малюнку (у вигляді психографічного тесту ТиГР). О.В.Лібіна, О.В.Лібіної [15]. Воно надає повний опис результатів діагностики особистості за допомогою поєднання у єдиному тестовому малюнку фігури людини та неусвідомлюваною перевагою вибору певної геометричної форми.

О.М.Скнар при вивченні питання важливою перевагою проєктивних технік визначає можливість роботи з малоусвідомлюваними чи зовсім неусвідомлюваними думками, інстинктами [16].

У сучасній практичній психології виділяється психодинамічна теорія, що базується на психоаналітичному та феноменологічному підходах до вивчення особистості. Її активно розробляє академік АПН України Т.С. Яценко.

Дослідниця пропонує цілісне бачення людини в її свідомих та несвідомих виявах [17]. Таке бачення особистості поєднує психодинамічний підхід з сучасними теоретичними концепціями в проєктивній психології. А саме спільним є:

- вивчення особистості як динаміки, процесу, що постійно розвивається й функціонує, а не сукупності статичних рис;
- особистість є реальністю на яку постійно впливає соціальне й фізичне середовище та сила власних потреб;
- вивчення особистості як цілого.

Деякі науковці виказували думку щодо деякої суб'єктивності характеру проєктивних технік. Н.О.Головкова зазначає, що об'єктивності дослідника може завадити власний досвід, на який він опиратиметься під час аналізу [18].

Психолог Н.В.Подвальна, у своїх дослідженнях зазначала, що проєктивні техніки не лише краще будь-якого іншого методу «зривають» маски з досліджуваних, а також більш позитивно ними сприймаються. Очевидно, що прохання відповідати на тестові запитання, яких до того ж досить численна кількість в більшості опитувальників, і прохання намалювати людину, тварину чи обрати приємне зображення, сприйматимуться зовсім по-різному [19].

Також питання проєктивної діагностики презентувалося у наукових працях Венгера А.Л., Зинченко Е.В., Абта Л., Грегга М. Е.В Сонди, Isabel Fattal, Joseph H. Di Leo, Goodenough F., Cathy A. Malchiodi.

На основі опрацьованих джерел (Чухраєва Г.В. Раткевич Л.І. та інші) можна переконатися у важливості використання проєктивних методів. Хоч, без сумніву, вони мають не тільки переваги, але й недоліки, узагальнено представлені нами у таблиці 1. 4.

Таблиця 1.4

Переваги та недоліки проєктивних методик

Переваги	Недоліки
Неусвідомлена чесна відповідь при виконанні тесту	Загроза невірної інтерпретації отриманих матеріалів
Безмежні можливості самовираження	Неврахування деяких характеристик при інтерпретації
Повна реалізація механізму проєкції	Низька (недостатньо вивчена) надійність, валідність методик
Можливість зібрати великий обсяг інформації	Низька можливість визначення каузальних зв'язків при інтерпретації
Пізнання прихованих, латентних, чи несвідомих сторін особистості,	Необхідність ретельної підготовки фахівців-психологів для роботи з проєктивними методиками

Продовження таблиці 1.4

Зниження тиску з боку навколишнього середовища завдяки невизначеності тестових умов	Проблеми з прогнозуванням результату
Мінімальні часові витрати на проведення тестування	
Актуалізація у досліджуваних осіб «дитячої» іпостасі особистості, що зумовлює формування довіри до експерта-психолога	
Провокування у досліджуваних осіб інтересу до подальшого спілкування з психологом та отримання інформації про власні індивідуальні результати тестування.	
Підготовка сприятливих умов для подальшої співпраці психолога та окремої особи чи групи осіб за такими напрямками роботи, як: психокорекція, консультування, тренінгове навчання тощо	

Як показує таблиця, переваг у використанні діагностичних методик - більше.

1.2. Малюнкові тести у діагностиці особистості

Найбільш поширеною галуззю, де застосовується проєктивна діагностика за допомогою малюнка – вивчення особистості, її індивідуально-типологічних особливостей, створення психологічних портретів, прогнозування поведінки. Як відомо, художні засоби дають інший набір багатих можливостей

для проєктивних методів вивчення особистості. Як зазначає Є.Романова – малюнки містять більше корисної для психолога інформації ніж навіть рукописні тексти [20].

Малюнкові тести - це особливий різновид психографічних методів. Іноді вони є єдиним засобом розвитку взаєностосунків між психологом і досліджуваним, отримання додаткової несподіваної інформації з таких причин:

- ✓ в малюнках та процесі малювання міститься велика кількість додаткової інформації для психолога, які можна використовувати для побудови діалогу з консультованим. Наприклад, послідовність дій, час виконання, перевага кольорів тощо;

- ✓ завдяки невимушеному малюванню у досліджуваного виникає багато додаткових образів, про які він може розказати психологу;

- ✓ малюнки мають яскраві індивідуальні відмінності, що дає можливість побудови на їх основі природних психологічних класифікацій і типологій, і це досягається значно швидше, ніж при використанні інших методів.

- ✓ аналіз малюнків не тільки розширює діагностичні можливості, але і сприяє глибшому розумінню загального душевного стану людини, його бачення світу і соціальної орієнтації;

- ✓ надання невизначеного стимульного матеріалу дозволяє без зусиль знайти випадки, коли значущі інтерпретації з'являються самі по собі, без жодного зв'язку із стимульним матеріалом;

- ✓ малюнкові тести прості в застосуванні, не вселяють побоювань і можуть використовуватися там, де інша техніка обмежена такими чинниками як мовний і культурний бар'єри, труднощі спілкування.

Але не слід переоцінювати та перебільшувати можливості малюнкової діагностики. По-перше, для інтерпретації отриманих малюнків потрібна солідна фахова підготовка та практичний досвід. По-друге, уміння правильно формувати складний комплекс методик, оскільки графічні методи не повинні застосовуватися ізольовано від інших методів.

Наразі, (на думку С.П.Байди, І.В.Чамлай) [21] використання малюнкових тестів не призвело до створення робіт, узагальнюючих досвід їх використання, до формування загального підходу до психологічного аналізу різних видів зображенні. Наразі також не існує єдності поглядів на інтерпретацію результатів психографічного дослідження. Найчастіше кожний з дослідників, набуваючи досвіду за допомогою однієї або групи методик, виділяє свої особисті позначки, алгоритми для побудови інтерпретації.

З великого набору різноманітних проєктивних методик (конститутивних, конструктивних, інтерпретаційних тощо) окремо можна виділити експресивні методики, які передбачають малювання на задану або вільну тему. До основних з них відносимо: «Малюнок людини» Ф.Гудінаф, модифікація Д.Харріса; «Малюнок» сім'ї Д.Вулфа; «Автопортрет» «Дом-Дерево-Людина» Дж.Бека; «Дерево» Е.Жукерта; «Конструктивний малюнок людини з геометричних фігур» Махоні, О.В.Лібіна; «Неіснуюча тварина» М.Е.Друкаревич.

Неодноразово науковці (зокрема, Т.Зінкевич-Євстігнеєва) [14] пробували класифікувати велику кількість малюнкових методик, пропонуючи розподілити їх на вільні («Мій настрій») та тематичні «Намалюй людину». Тематичні також поділяються на дві групи: традиційні («Дом-Дерево-Людина») та нетрадиційні (символічні та моделюючі, наприклад, «Я – вчора-сьогодні-завтра»). Але більше моделюючі малюнки використовують у психотерапії.

Певним чином можна зібрати діагностичну інформацію про особистість і за допомогою конститутивних методик (тесту Роршаха), і катартичних (психодрама Я.Морено), і адитивних (фрустраційний тест С.Розенцвейга), і семантичних (тест семантичного диференціала Осгуда), але предмет нашого дослідження саме можливості малюнкових тестів. Основні їх діагностичні можливості (за І.М.Галяном та інші) представлено у таблиці 1.2.1.

Таблиця 1.5.

Діагностичні можливості малюнкових та графічних тестів

Проективна методика	Автор	Діагностичні можливості
Малюнок людини	Ф.Гудінаф, модифікація Д.Харріса	Визначення рівня інтелектуального розвитку
Автопортрет	Р.Бернс	Визначення рівня самоусвідомленості особистості, самооцінки відношення до себе
Дом-Дерево-Людина	Дж.Бук	Визначення особистісних особливостей дорослого та дитини, рівня інтелектуального розвитку
Конструктивний малюнок людини з геометричних фігур	Махоні, О.В.Лібін, Р.Асаджиолі	Визначити один з 7 типів (63 підтипів) людини за індивідуально-типологічними відмінностями
Неіснуюча тварина	М.Е.Дукаревич	Визначення особистісних особливостей дорослого та дитини, рівня, емоційного стану
Піктограма	О.Лурія	Визначити психологічний тип особистості: мислительний, художній, практично-орієнтований
Вільний малюнок	М.Рід	Визначення одного з 8 особистісних типів екстравертів-інтровертів (за К.Юнгом)

До роботи за допомогою малюнкових тестів науковці надають такі поради.

Є.Г.Суркова зазначає: «Але потрібно пам'ятати, що інтерпретація малюнкових тестів повинна базуватися на цілісному підході до аналізу малюнка. Він включає рефлексію загального враження від малюнка, вибір контексту, аналіз деталей малюнка у вибраному контексті, синтез отриманої інформації у єдине ціле» [22,112].

На переконання О.Ф.Потьомкіної діагносту для достовірної діагностики індивідуально-типологічних особливостей людини потрібно порівнювати результати малюнкових тестів з результатами, отриманими за допомогою інших методик [23].

Проективні методики діагностики особистості (за А.М.Еткіндом, Є.Т.Соколовою) потрібно розглядати з точки зору двох парадигм психологічного опису особистості:

- парадигми рис, при якій метою діагностики є опис особистості з точки зору дослідника;

- парадигми рис, якими їх бачить сам досліджуваний. Тобто, проективні малюнки дозволяють зануритися у такі глибини особистості, які неможливо визначити та оцінити кількісно [24;63].

Малюнок може бути уже чутливим засобом діагностики тільки у руках підготованого фахівця, який обізнаний з усіма «підводними каменями» використання такого виду діагностики. Саме фахівець може отримати максимальну інформацію щодо рівня розвитку моторики, індивідуально-типологічних властивостей, вікових особливостей, емоційний стан, самооцінку, спрямованість особистості тощо. Д.Б.Кудзілов [25] визнає три підходи до інтерпретації малюнкових тестів:

- ✓ клінічний (для роботи з порушеннями психіки, акцентуацією на «проблемні зони» людини);

- ✓ дослідницький (для отримання інформації щодо індивідуально-типологічних властивостей особистості)

✓ психологічний (для планування подальшої роботи з клієнтом).

Ми вибрали дослідницький та психологічний підходи.

Особливої уваги потребує пошук відповіді на питання – чи існують єдині вимоги до «читання», інтерпретації малюнків, тому що саме в них (за А.Яньшиним) [26] поєднується загадки побудови символічних образів, проблема взаємовідношень вербальної та графічної образності, механізми відображення рис особистості у живому русі та графіці». К.Маховер вважала, що під час малювання образ тіла транслюється у графічні терміни, перетворюючись на особистість. Т. Зінкевич-Євтигнєєва [14] пропонувала у основу інтерпретації покласти показники та критерії концептуальної теорії потреб А.Маслоу. Трактуювання проєктивних методик для відбору майбутніх працівників правоохоронних органів надали Г.В.Чухраєва та Л.І.Раткевич [60].

На жаль, наявна інтерпретаційна література, неповно, іноді з протиріччями розкриває ознаки ресурсу у малюнках та технологію їх визначення. Наприклад, у «Енциклопедії ознак та інтерпретацій у проєктивному малюванні» Л.Д.Лебедевої знаходимо таке трактування ознаки «Положення малюнку «Дом-Дерево-Людина» на аркуші»: як ознаку домінування емоційної сфери (за Р.Рімською), як спрямованість у минуле (за Є.Романовою), як імпульсивність (Л.Костіною) [11,56].

На основі опрацьованих джерел ми склали власний алгоритм роботи над інтерпретацією малюнків, які потрібно використовувати у практичній діагностичній діяльності (рис.1.1).

I етап. Детальне ознайомлення з теоретичними матеріалами щодо діагностичних можливостей тесту, вікових обмежень, правил та умов проведення
II етап. Уважне слухання та фіксація коментарів досліджуваного, який є метафорично вираженим відношенням до себе
III етап. Обов'язково визначення контексту малюнка, його емоціонального змісту (за допомогою відомих мовних образів, виказаних метафор)
IV етап. Відокремлення від власних проєкцій, нав'язливих думок, настрою, асоціацій
V етап. Переведення метафоричної, побутової мови досліджуваного на психологічну мову
VI етап. Спиратися на наступні елементи у процесі інтерпретації: форма, пропорція, розмір колір; вигляд ліній; розташування на листі; засіб промальовування деталей; натиск, штрихування, композиційна побудова, зміст зображення; усвідомленість намальованого
VIII етап. Обов'язкова пост-малюнкова уточнююча бесіда

Рис.1.1.Алгоритм роботи діагноста з малюнковими тестами

Але найголовніші умови вдалої, результативної діагностики (за Т.Зінкевич-Євтигнєвою) – це створення об'єктивної картини відносно:

- запиту клієнта;
- «тіньових» та «ресурсних» особистісних характеристик клієнта;
- особливостей його взаємодії з оточуючими;
- взаємозв'язок між проблемою клієнта та іншими обставинами його життя [14, 15].

Зважаючи на те, що у діагностиці за допомогою малюнкових тестів можна «гнучко» підходити до інструкції проведення, виділяємо (разом з Д.Кудзіловим та Т. Зінкевич-Євтигнєвою) *вільні* інструкції («Мій настрій») та

тематичні («Намалюй людину»). Відповідно до наданих інструкцій проводимо інтерпретацію.

П.В.Яньшин зазначав (посилаючись на Дж.Маслінга), що проєктивне малюнкове тестування подібне до рентгенівському дослідженню, яке дзеркалом неупереджено відображає як досліджуваного, так і експериментатора, їх взаємодію, ситуацію [26]. Значна увага приділена питанням проєктивних тестів, малюнків, їх діагностичних можливостях у роботах

1.3.Психотерапевтичні можливості малюнкових тестів у арт-терапії

Крім діагностичної функції, проєктивні методики, малюнкові тести уможливають корекцію індивідуально-типологічних особливостей, поведінки, стабілізацію емоційних розладів, покращення міжособистісних відношень. Малювання (діагностичне та терапевтичне) відбувається в тісному контакті з психологом, який займає позицію не стороннього експериментатора, що слідкує за дотриманням інструкції та правильним виконанням завдання, а доброзичливого партнера, розуміючого співбесідника. Найчастіше психотерапевтичний вплив проявляється у арт-терапії. При чому, починати такий вплив можна (на думку Р.М.Силко та А.П.Грушко) у дошкільному віці [57].

На сучасному етапі проблеми арт-терапії та її впливові на особистість досліджують: А.Бреусенко-Кузнецов, О.Вознесенська, Н.Заболотна, О.Плетка, В.Савінов, О.Скнар, В.Стадник, Т.Яценко, Л.Фірсова. Значна увага питанню приділяється науковцями російської арттерапевтичної школи: М.Кисельовою, А.Копитіним, Б.Карвасарським, Л.Лебедевою, І. Сусаніною та ін. [16;17;33-35] Ю.Максименко, А.Фурман прогнозують майбутнє проєктивної діагностики та терапії [53]. О.М.Хлівна визначає тенденції використання проєктивних методів в сучасній психотерапевтичній практиці психолога [52].

Арт-терапія – спеціалізована форма психотерапії, яка заснована на образотворчому мистецтві та творчій діяльності, одна з форм психотерапевтичної практики використання клієнтами візуальних, пластичних засобів самовираження у контексті психотерапевтичних відношень, сукупність методів впливу, які застосовуються у контексті образотворчої діяльності клієнта та психотерапевтичних відношень, психокорекції, психопрофілактики, реабілітації осіб з різноманітними недоліками, емоційними та психічними розладами, представниками групи ризику, - зазначає О.І.Копитін [35]. М. Кисельова визначає арт-терапію як «метод, пов'язаний з розкриттям творчого потенціалу індивіда, звільненням його прихованих енергетичних резервів, знаходженням ним оптимальних способів вирішення своїх проблем» [36].

Заснована вона у 30-роки минулого століття для допомоги дітям, яких евакуювали до США з Німеччини. Саме застосуванням арт-терапії планувалося корегувати їх емоційно-особистісні проблеми, використовуючи два основних механізми: техніку активної уяви та сам процес творчості.

Автором терміну «art-therapy» є художник Адріан Хіл.

Раздобудько Л.В. надала узагальнений перелік видів арт-терапії (анімаційна, синтез-терапія, пісочна, бібліотеко, казко, музико, ігро, драма, танцювальна терапія тощо)[37].

У роботах дослідників проблеми (Є.В.Зінченко, О.Копитіна, З.Ю.Крижановської, І.В.Середі, Л.Абта та інших) визначено спектр проблем, при вирішенні яких можуть бути використані техніки арт-терапії. Перелік проблем значний: внутрішньо та міжособистісні конфлікти, кризові стани (екзистенційні та вікові), травми (ПТРС), втрати (роботи, близької людини), невротичні та психосоматичні розлади. Широко застосовується арт-терапія при сімейному консультуванні, терапії дітей і підлітків [35;38-41].

Нас цікавить ізотерапія або психотерапевтичний вплив за допомогою малювання. Саме він, на думку Л.Ф.Бурлачука, забезпечує психокорекційний діалог спрямований на надання допомоги суб'єкту в усвідомленні витоків власної проблеми, внутрішньої суперечності психіки, деструкції поведінки,

розширені соціально-перцептивного інтелекту [42]. Малюнок (за О.Вознесенською) – це довгостроковий та наочний «запис» того, що відбувається в процесі взаємодії фахівця і клієнта, до якої можна постійно повертатися. Це дає можливість клієнтові відстежувати ті зміни стану, які він пережив у процесі надання йому психологічної допомоги» [33]

Вважається, що техніка малювання, як психотерапевтичний метод дозволяє працювати з почуттями, емоціями, досліджувати їх, відображати у символічний спосіб. О.М.Істратова, К.Рудестам, І.Ялом, А.Осіпова [43-46] давали наступні характеристики методу малювання:

- ✓ надає можливості вираження агресивних почуттів у соціально придатній манері. Малювання є найбільш безпечним засобом зняття напруги;
- ✓ прискорює прогрес у терапії. Неусвідомлювані конфлікти та внутрішні переживання легше відобразити за допомогою вербальних образів ніж у вербальний спосіб;
- ✓ знижує негативні прояви, стабілізує емоційний стан;
- ✓ створює позитивно-емоційний настрій у групі;
- ✓ надає можливості для інтерпретації та діагностики у процесі терапії;
- ✓ дозволяє працювати з думками та почуттями, які здаються нездоланими;
- ✓ сприяє виникненню почуття внутрішнього контролю та порядку;
- ✓ розвиває та підсилює увагу до почуттів, відчуття власної особистісної цінності;
- ✓ розвиває уяву, практичні навички зображувальної діяльності;
- ✓ пріє розвитку (удосконаленню) комунікативних навичок;
- ✓ вивільняє негативні емоції (сублімує).

Упровадження арт-терапевтичних практик, зокрема малювання, потребує відповідної підготовки практичного психолога. Підготовка повинна складатися з теоретичних знань, практичного досвіду; здатності переконати клієнтів в позитивному впливові арт-терапії на емоційну сферу, поведінку тощо; тісного

контакту з фахівцями, які можуть професійно покращити якість арт-терапії (художниками, музикантами, акторами); слідування основним стадіям образотворчого процесу: роздумів про задум, втілення задуму, оцінки результату, рефлексування.

О.Вознесенська [33] вважає, що сучасний соціокультурний простір України потерпає від втрати національних культурних традицій, зміни загальносуспільних духовних орієнтирів, засилля псевдокультурних, агресивних та антигуманних тенденцій у засобах масової інформації. Художня творчість (а саме такою можна вважати малювання у арт-терапії) допомагає зрозуміти й оцінити свої почуття, спогади, образи майбутнього, знайти час для відновлення життєвих сил і способів спілкування із собою.

Тому арт-терапія — це технології створення та використання різних творів мистецтва з метою передачі почуттів, емоцій та інших проявів психіки людини; це інструмент для дослідження і гармонізації тих сторін внутрішнього світу людини, для вираження яких слова не підходять. Арт-терапія здатна простими й екологічними засобами актуалізувати внутрішній потенціал кожної людини, тому останнім часом все ширше застосовується в сфері практичної психології.

Основні принципи системної арт-терапії (за О.Є.Свистовською) [35] наступні:

- принцип *активності* з максимальним залученням клієнтів у різноманітні форми творчого саморозкриття;
- принцип *партнерства*, який передбачає повагу до позицій клієнта;
- принцип *опори на наочно-сенсорний характер діяльності*, тобто використання візуальних, музичних, кінестетичних, ігрових засобів;
- принцип *системності*;
- принцип постійного *зворотнього зв'язку*, коментарів особливостей творчої експресії та поведінки учасників;
- принцип *поєднання групового процесу з індивідуалізацією його задач*.

Арт-терапія як основний метод психотерапії (ізотерапія) ґрунтовно представлений у Б.Д.Карвасарського [34,430]. Саме він, аналізуючи наукову літературу з проблеми, визначив напрями у арт-терапії, які спрямовані на різні рівні адаптації особистості: соціально-особистісний, фізіологічний, соціально-комунікативний тощо. Арт-терапія (особливо групова) має каталізуючий, комунікативний ефекти, фізичний та фізіологічний вплив. Ефективно використовувати її у якості профілактичного засобу для зниження емоційного дискомфорту.

Упровадження арт-терапевтичних технік у практику роботи вивчалось вітчизняними вченими. Зокрема, І.В.Середа та Є.А.Збишко підкреслюють ефективність використання процесу малювання у психопрофілактиці. На думку авторів, різні матеріали по різному впливають на особистість: фарби знімають скутість, олівці - невпевненість (можна зтерти, перемалювати), різнокольоровість підвищує настрій [40].

З.Ю.Крижановська, посилаючись на дослідження Е. Ейдемільера, І.Добрякова, І. Нікольської, підтримує широке використання малюнків в індивідуальному та сімейному консультуванні та психотерапії [39]. Науковці вважають, що «використання малювання (та інших форм творчого самовираження) в психологічному консультуванні і психотерапії є додатковим способом допомоги в діагностиці особистості та сім'ї, в об'єктивізації внутрішніх і зовнішніх конфліктів, в оцінці динаміки надання психологічної допомоги. Малюнки не забирають багато часу, не пробуджують у клієнтів страх й дають великий матеріал для інтерпретації. Крім того, образотворча творчість знижує бар'єри психологічного захисту, оскільки малюнки мають зміст, прихований від свідомості пацієнта.

Американські психологи (Н. Landgarten, G.M. Furth, Isabel Fattal) вважають, що ізотерапія як варіант арт-терапії завжди «звертається» до почуттів, відображених в образах, тому малювання дозволяє висловити, відреагувати і усвідомити різні емоційні стани. «Малюнок сприяє подоланню витіснення, прориву змісту пригнічених комплексів і супутнім їм негативним

емоціям. Це особливо важливо для дітей, які не вміють або не можуть висловитися, тим більше що намалювати фантазії легше, ніж про них розповісти. Фантазії, будучи зображеними на папері, прискорюють і полегшують вербалізацію переживань» [47, 76;68].

Основним механізмом корекції, як вже підкреслювалося, у малюванні виступає сублімація, опредметнення афектів у процесі творчої діяльності. Таке малювання називаємо сублімованим. Окрім сублімованої, Е.Ейдеміллер виділяє також проєктивну ізотерапію. Специфіка такого малювання в тому, що людині навмисно пропонують сюжет проєктивного характеру, потім обговорюють зображення, інтерпретують його. У процесі роботи відбувається концентрація на проблемі, наслідком чого може бути її глибинне розуміння («кристалізація проблеми»).

Обов'язковою вимогою до змісту малюнка є його потенційна здатність до подальшої бесіди, в ході якої посилюється терапевтичний ефект, оскільки клієнт змушений ще раз «зануритися в проблему» [49, 237].

Як правило, науковці підкреслюють позитивні сторони ізотерапії, малювання, посилаючись на отриманні результати. Але не слід забувати про деякі недоліки.

Е.Келіш вказує на низку недоліків такої практики [50]. Використання арт-терапії в консультуванні може бути непродуктивним, якщо клієнти професійні художники. Причиною цього може бути те, що такі клієнти вже підтримують себе через творче самовираження, тому подібні завдання в процесі терапії можуть викликати відчуття того, що людина працює. Очевидно, подібний бар'єр може бути подоланий, якщо таким клієнтам запропонувати види діяльності, які значно відрізняються від їх професійної сфери [50].

Крім того, з власного практичного досвіду ми можемо поширити цей перелік. Наявність у клієнта, який звернувся по допомогу страху «невміння малювання», наявність так званих «важких» клієнтів, які до всього ставляться підозріло, спроба вносити своїх «згоден-не згоден» у інтерпретацію малюнка, недостатня підготовка до інтерпретації малюнків.

Але неодмінною перевагою ізотерапії є відкриття простору для творчих пошуків практичного психолога, психотерапевта, арт-педагога. Наприклад, розширення кола діагностичних методів, науково-практичний розвиток особистості, удосконалення власних практик корекції, залучення фахівців для саморозвитку тощо.

Підсумовуючи, зазначимо: проєктивні методики – винесення внутрішнього змісту індивіда, такого, яким він є зараз, його різноманітних уявлень про себе, яким він би хотів бути – назовні. Проєктивні тести - це методи оцінки особистості, при яких деяка невизначеність в тестових стимулах або інструкціях створює можливості для суб'єктів структурувати свої відповіді з точки зору їх індивідуальних особистісних характеристик і, таким чином, надає інформацію про природу цих характеристик.

Основні проєктивні методики: експресивні, конститутивні, конструктивні, катарсичні, адитивні тощо.

Найбільш важливі ознаки проєктивних методик - невизначеність стимульного матеріалу, відсутність обмежень у виборі відповіді, відсутність оцінки відповідей.

Інтерес до проєктивних методик спостерігається і у вітчизняних вчених Л.Ф.Бурлачука, В.К.Воронова, Є.Ю.Коржової, О.М.Кучаєнка, П.І.Коропова, Я.М.Когана, О.Ф.Потьомкіної, Ю.С.Савенко, Є.Т.Соколової, І.Д.Єрмакова, М.О.Рибнікова, Т.С.Яценко та інших.

Найпоширеннішою галуззю, де застосовується проєктивна діагностика - малюнкові тести. Малюнки мають необмежені діагностичні можливості. За допомогою малюнка можливе вивчення особистості, її індивідуально-типологічних особливостей, створення психологічних портретів, прогнозування поведінки. Як відомо, художні засоби дають інший набір багатих можливостей для проєктивних методів вивчення особистості. Малюнки містять більше корисної для психолога інформації ніж навіть рукописні тексти.

До основних малюнкових тестів діагностики особистості відносимо: «Малюнок людини» Ф.Гудінаф, модифікація Д.Харріса; «Малюнок» сім'ї

Д.Вулфа; «Автопортрет» «Дом-Дерево-Людина» Дж.Бека; «Дерево» Е.Жукерта; «Конструктивний малюнок людини з геометричних фігур» Махоні, О.В.Лібіна; «Неіснуюча тварина» М.Е.Друкаревич

Також малюнки використовують у арт-терапії. Арт-терапія – спеціалізована форма психотерапії, яка заснована на образотворчому мистецтві та творчій діяльності, одна з форм психотерапевтичної практики використання клієнтами візуальних, пластичних засобів самовираження у контексті психотерапевтичних відношень, сукупність методів впливу, які застосовуються у контексті образотворчої діяльності клієнта та психотерапевтичних відношень, психокорекції, психопрофілактики, реабілітації осіб з різноманітними недоліками, емоційними та психічними розладами, представниками групи ризику.

Можливості застосування арт-технологій в освітньому процесі розглядали у своїх працях О.Вознесенська, Т.Зінкевич-Євстигнеєва, А.Копитін, В.Кокоренко, Л. Лебедева та інші автори. Наукові уявлення про можливості арт-технологій спираються на фундаментальні психолого-педагогічні дослідження, а саме: концепцію педагогіки свободи та педагогічної підтримки (О. Газман), самоорганізовної педагогічної діяльності і сенсорозвивальних засобів пробудження творчої активності (С. Кульневич), специфічної природи педагогічної діяльності (В. Загвязинський, І. Колеснікова, В. Сластенін), використання арт-терапії як методу навчання та особистісного розвитку (О. Вознесенська); інноваційну технологію особистісно орієнтованого навчання та виховання (О. Деркач), технологію створення особистісно орієнтованих ситуацій (В. Серіков) тощо).

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОДІАГНОСТИЧНИХ МОЖЛИВОСТЕЙ ПРОЕКТИВНИХ МЕТОДИК ТА БЛАНКОВИХ ТЕСТІВ

2.1. Опис діагностичного інструментарію та процедури дослідження

Наше експериментальне дослідження проводилося у пост-карантинний період (травень-червень 2020). За допомогою Facebook (ФБ) ми сформували групу молодих жінок (25+), які цікавляться психологією, мають активну життєву позицію та прагнуть до самовдосконалення, переймаються наявними особистісними проблемами. Загальна вибірка – 30 осіб.

Дослідження проводилося у три етапи.

На першому – готувалася база дослідження (оброблялася спеціальна література, формувалася методологічний інструментарій, відбувалася організація бази для проведення експерименту, проводилися консультації з працюючими психологами).

На другому проводилася діагностика групи з метою визначення особистісних проблем.

На третьому була сформована контрольна група, у якій за допомогою ізотерапії означені проблеми корегувалися.

Метою експериментальної частини нашого дослідження стала перевірка психодіагностичного потенціалу проєктивних та бланкових тестів при вивченні психологічних особливостей учасниць та психотерапевтичних можливостей ізотерапії.

Всі учасники емпіричного дослідження були задіяні у роботі психологічного центру. На першому етапі емпіричного дослідження проведено ґрунтовний аналіз вибірки респондентів. Результати усних бесід із учасниками експерименту показали, що вони мотивовані та налаштовані на самоаналіз,

самозміни, цікавляться психологією, про що свідчить їх добровільна участь у роботі психологічного центру. Всі діагностичні бесіди проводилися із кожним респондентом в індивідуальному порядку і носили установчий характер. Зокрема, при бесіді встановлено, що більшість досліджуваних (72,1%) мають проблеми у емоційній сфері (тривожність, зневіра, стрес, хвилювання, відчай, страх), які під час карантину значно поглибилися. Спроба вплинути на вирішення цих проблем мала суто побутовий алгоритм дій: «зависання у ФБ» зі спробами знайти собі подібних, бесіди з подругами, читання ненаукових рекомендацій на кшталт «візьми себе у руки», «заземлися», «абстрагуйся від проблеми» тощо.

У процесі знайомства з учасниками психологічного центру було проведено діагностику з використанням проєктивної методики «Малюнок людини», що був розроблений на основі тесту Ф. Гудінаф-К. Маховер ще в середині ХХ століття. Він спрямований на визначення таких особливостей людини як комунікабельність, тривожність, рівень міжособистісних відносин, образ тіла, агресивність.

Невизначена інструкція «намалюй людину» передбачає діяльність особистості, яка є творчим досвідом. Переживання особистості, що виражаються в ході малювання людської фігури, тісно пов'язуються з автором малюнку. Тобто, спостерігається процес ідентифікації: малюнок людини містить графічну проєкцію його ідентичності як суб'єктивного неусвідомлюваного переживання.

Як зазначала сама авторка методики К. Маховер [30], людина в міру розвитку та соціалізації асоціює певні відчуття, сприйняття і емоції з деякими органами і частинами людського тіла. Людські бажання, конфлікти, компенсації та соціальні установки соматично закріплюються. Отже, малювання людини являє собою засіб вираження потреб, конфліктів як внутрішньоособистісного, так і міжособистісного характеру. Іншими словами, в малюнку людської фігури проявляється феномен самопроєкції. Численні дослідження щодо інтерпретації малюнка базується на гіпотезі, що

намальована фігура приблизно так же пов'язана з індивідом, який виконує малюнок, як і його хода, почерк або будь-які інші експресивні рухи. Причому, з емпіричної точки зору, графіка проєктованого малюнка не залежать від віку, освіти, статусу, вміння малювати, рівня культури. Більшість малюнків дають можливість визначити елементи самооцінки (які автор зображує як на свідомому, так і несвідомому рівнях саморозкриття). У малювання залучаються психічні процеси підпорогового рівня та проєктуються символічні цінності.

Таким чином, малюнок людини є відображенням Я-концепції, містить несвідому проєкцію образу тіла, приховані проблеми, проєкцію статевої ідентичності. Зображення людської фігури може бути проєкцією образу ідеального Я, реального Я, фантастичного Я. У малюнку можна побачити, як людина сприймає зовнішні обставини, ставиться до життя, суспільства.

Я-концепція - сума уявлень людини про себе самого (самооцінка, здібності, зовнішність, оцінка взаємовідношень з оточуючими). Формується Я-концепція під впливом зовнішніх впливів, насамперед взаємин з близькими людьми, які є значущими для людини. Образ тіла - це уявлення людини про себе як тілесної організації. Ідеальне «Я» - це уявлення людини про те, яким би він хотів би бути.

Тобто, діагностичні можливості малюнку людини значні та різнобічні.

Як вже зазначалося вище, малюнкові тести прості в застосуванні, не викликають побоювань і можуть використовуватися там, де інша техніка обмежена такими чинниками як мовний і культурний бар'єри, труднощі комунікації. Крім того, саме проєктивні методики у діагностиці на першому етапі сприяють формуванню довіри до психолога, встановлення рапорту, викликають зацікавленість у процесі.

Респонденти отримали завдання намалювати зображення людини за власним бажанням. При цьому фіксувалися всі додаткові репліки, запитання та виправлення, які допускалися у процесі зображення малюнка. Важливим моментом у діагностиці також була фіксація часу, який кожен респондент витратив на процес зображення людської фігури. Так, деякі досліджувані

швидко зробили схематичний малюнок простими олівцями (чи кульковою ручкою), інші старанно відносилися до завдання, використовували різні кольори.

Отримані малюнки було детально проаналізовано, оцінено, інтерпретовано через призму декількох критеріїв. Особлива увага приділена тому, хто був зображений на малюнку і тих дій, які персонаж виконував. Оцінювалося фігура людини (голова, волосся, риси обличчя, вираз обличчя, частини обличчя, тулуб, руки та їх положення, ноги, одяг, аксесуари), розташування людини на аркуші паперу, пропорційність, симетрія фігури, особливості фарбування та декорування, наявність не властивих (додаткових) аксесуарів, якість малюнку, вибрані кольори, деталізація.

При аналізі малюнків ми користувалися «Энциклопедией признаков и интерпретаций в проективном рисовании и АРТ-терапии» Л.Д.Лебедевої, Ю.В.Ніканорова [11].

Саме в малюнках, процесі їх створення міститься велика кількість додаткової інформації для психолога, які можна використовувати для побудови діалогу з консультованим. Наприклад, 18 досліджуваних (61,3%) використовували прості олівці, надаючи перевагу темним, невизначеним кольорам. Зокрема, перевага сірого у малюнках може свідчити про бажання не привертати до себе уваги, прагнення відгородитися від минулого, стриманість, депресивність, байдужість, недовірливість, потребу сховатися від оточуючого світу.

Ті, хто не користувався цим кольором – більш активні, допитливі, зацікавлені у змінах. Так, одна з досліджуваних надавала перевагу червоному кольору у одязі своєї намальованої людини. Червоний - це колір активності, волі, владності, а досліджувана виділялася серед інших ініціативністю, нестриманістю, бажанням постійно перебивати інших. Інша досліджувана використовувала сині кольори та була нами охарактеризована як стримана, виважена, вихована. Фіолетовий одяг на малюнку Н. та постійно скептичний

вираз її обличчя співпадають при інтерпретації. Як правило, такі люди важко сприймають нове, незвичне.

Невимушене малювання супроводжувалося деякими репліками («це як я у дитинстві», «от така красуня вийшла», «трохи схожа на Ані Лорак» «уродіна», «от лялечка» тощо), якими досліджувані підкреслювали наявний зв'язок між малюнком та собою.

Малюнки були різноманітними, мали явні індивідуальні відмінності (за розміром, розташуванням на листі, промальовуванням деталей), що дало можливість визначити групу з 7 осіб, які продемонстрували особливо виражені проблеми у особистісній та емоційній сферах та прагнення їх позбутися. Наприклад, дуже маленька фігура досліджуваної А. свідчить про почуття соматичної дезорганізації, не промальовані деталі фігури досліджуваної Н. – небажання вирішувати виникаючі проблеми, надзвичайно промальовані деталі у малюнках М. – прихована агресія, капелюх на голові людини у Н.– спроба захиститися від оточуючого світу тощо.

Опис отриманого малюнку представлено на прикладі людини, зображеної досліджуваною М.(дивись Додаток).

На малюнку фігура людини непропорційно довга, витягнута та худа, що може свідчити про інтровертованність досліджуваної, яка має проблеми у спілкуванні та надзвичайно заглиблена у свій внутрішній світ. Нечітко промальована голова ознака сором'язливості. Сильно заштриховане волосся – показник тривожності. Але добре промальовані риси обличчя виражають потребу у увазі оточуючих. Вираз обличчя можна охарактеризувати як сумний – свідчення зниженого настрою, почуття самотності, депресивності. Під час малювання обличчя М. часто витирала гумкою підборіддя, пробувала удосконалити його зображення, що може свідчити про нерішучість та потребу у допомозі. Маленькі очі знову дають можливість припустити, що досліджувана занурена у свій внутрішній світ. Відсутність вух (закриті волоссям), небажання навіть пробувати їх зобразити свідчить про небажання чути критику. Довга шия асоціюється з бажанням людини контролювати

себе, незграбні плечі – ознака надзвичайної обережності, потреби у захисті. На малюнку було нечітко промальовані руки, що може свідчити про нестачу самовпевненості, низької мотивації до змін, а короткі ноги – про порушення у емоційному житті. Намальована постать мала велику кількість добре промальованого одягу – швидше за все досліджувана надсилала сигнал потреби у захисті. Фігура явно несиметрична, що є ще одним з доказів незахищеності та потреби у допомозі. Додаткова пост-малюнкова бесіда частково підтвердила отриману інформацію. М. – слабка на вигляд жінка, яка переймається великою кількістю як життєвих проблем (часто хворіючи дитина, чоловік з низькою зарплатою), але й потребою щось змінювати у власному житті, для чого у неї не вистачає не сили волі, ні знань, як це зробити.

Аналіз малюнків дав можливість збільшити діагностичний матеріал, сприяв глибшому розумінню загального душевного стану людини, його бачення світу і соціальної орієнтації. Узагальнюючи можна сказати, що загальний стан деяких досліджуваних свідчив про необхідність проведення відповідної психологічної та психотерапевтичної допомоги.

Дана методика також дала можливість отримати розгалужені психологічні характеристики, зокрема самооцінку, тривожність, комунікабельність, рівень міжособистісних відносин, агресивність, статево-рольову ідентичність та інтелект.

Тому перший блок інформації, одержаний за допомогою проективного малювання зразу означив коло існуючих проблем серед досліджуваних:

- підвищена тривожність;
- нервова збудливість;
- невпевненість у собі;
- знижена самооцінка;

Явними перевагами діагностики із застосуванням проективних методик (у нашому випадку це методика «Малюнок людини») є можливість з її допомогою виявити неусвідомлювані або дуже відносно усвідомлювані психічні феномени, які можуть бути прихованими від дослідника. Можна констатувати, що процес

опосередкованого вивчення особистісних особливостей дає можливість усунути психологічні механізми, що у своїх проявах можуть викривити картину внутрішнього світу респондента.

Але у проєктивному малюванні є недоліки, які потрібно враховувати при діагностиці. По-перше, потрібно досконале знайомство з інтерпретаційною літературою, у чому нам допомогла згадана Енциклопедія. У ній представлено узагальнений аналіз та інтерпретацію тих проєктивних ознак, які найчастіше зустрічаються у спеціалізованій науковій літературі. По-друге, важливий практичний досвід проведення діагностики за допомогою проєктивних методик. Також потрібна ретельна фіксація додаткової інформації про досліджуваних. Це їх відношення до малювання, поведінка при зустрічах, репліки тощо. Вже при перших зустрічах ми змогли безпомилково визначити, хто з досліджуваних зацікавлений у самозмінах та самовдосконаленні, а хто скептично оцінює будь-яку психологічну допомогу та вважає первинну діагностику несерйозною, марною тратою часу.

Як вже зазначалося у нашій гіпотезі на початку дослідження: проєктивні методи мають високу діагностичну валідність та можуть використовуватися як додатковий метод у визначенні індивідуально-типологічних особливостей особистості. Але при діагностиці потрібно використовувати валідні, бланкові методи.

Для визначення індивідуально-характерологічних особливостей учасниць у якості базової тестової методики було обрано багатofакторний особистісний опитувальник «Sixteen Personality Factor Questionnaire» Р.Кеттелла. Основою цієї методики є так звана «теорія рис», яка характеризує їх як доволі сталі людські особливості, які виявляються в людині протягом тривалого проміжку часу і доволі мало змінюються протягом життя.

Існує декілька варіантів методики Р. Кеттелла (існує варіант для кожної вікової категорії), що мають відмінністю особливу форму постановки запитань і включають у себе різну кількість факторів для аналізу. Для школярів як правило використовується дитячий варіант тесту (The Early School Personality

Questionnaire), який включає 12 факторів, які віддзеркалюють характеристики окремих індивідуально-типологічних якостей особистості. Специфічна відмінність цієї форми тесту полягає в тому, що до кожного питання тесту пропонується два варіанти відповіді на вибір і тільки до групи питань фактори «В» передбачено три можливі варіанти відповіді.

У нашому випадку респондентами виступали дорослі жінки і тому при виборі діагностичного інструментарію ми зупинилися на дорослій версії опитувальника, що існує в адаптації Е. Александровської та І. Гільяшевої (1978 р.). Зазначена методика містить 142 питання, які об'єднані у 14 факторів. Для кожного питання наводиться три варіанти відповіді з яких потрібно обрати лише один. Всі 14 шкал опитувальника складаються з 10 питань і можуть бути оцінені (у відповідності до авторського ключа) у 0,1, або 2 бали. Отримана сума балів (як і в попередньому варіанті методики) переводиться у стенові оцінки. Позитивному полюсу фактору відповідають значення 7–10 стенов, а негативному 1–4 стени. У відповідності до цього принципу, значення 5–6 стенов можуть бути у 68 % людей, а оцінки 7–9 і 2–4 характерні 27 %, відповідно 1 і 10 – притаманні лише 5 % людей. Таким чином, крайні значення – показники істотного відхилення від звичного прояву певної якості зустрічаються доволі рідко, а значення 5–6 стенов говорить про відповідність даної якості більшості людей, що мають однакову стать і вік.

Також на нашому діагностичному етапі було використано методику для визначення рівня тривожності (Тест-опитувальник самоствавлення В.Століна, С.Пантелеева). Зрозуміло, що на сучасному етапі розвитку психологічної науки проблема самоствавлення людини є досить актуальною., Людина здатна реально впливати на хід свого життя і життя інших людей через свідоме ставлення до себе, розумно організовувати процес та передбачати життєві події, їх результати. Від цього залежить її подальший розвиток.

Але кожен етап життя людина переживає з почуттям тривоги. Саме тривожність лежить в основі багатьох психологічних труднощів. А особливо зараз, коли сучасне українське суспільство характеризується нестабільністю в

економічній, політичній, соціальній сферах. У результаті цього у молодого покоління значно підвищується рівень тривожності, який, на нашу думку, негативно впливає на само ставлення у будь-якому віці. У якості вихідного критерію методика В.Століна використовує показник «Я-образу», що передбачає наявність певної сукупності знань про себе, у тому числі і у формі вираженості тих чи інших особистісних рис. Дана методика є бланковою і включає у себе 44 тестових запитання, які передбачають відповідь «так» чи «ні».

Методика включає наступні шкали:

- Шкала S – глобальне самовідношення, вимірює інтегральне почуття Я досліджуваного.
- Шкала I – самоповага.
- Шкала II – аутосимпатія.
- Шкала III – відношення інших, яке очікується.
- Шкала IV – самозацікавленість.

Крім того, є шкали, які вимірюють вираженість установки на ті чи інші внутрішні дії респондента.

- Шкала 1 – самовпевненість;
- Шкала 2 – відношення інших;
- Шкала 3 – самоприйняття;
- Шкала 4 – самокерівництво, самопослідовність;
- Шкала 5 – самообвинувачення;
- Шкала 6 – самоінтерес;
- Шкала 7 – саморозуміння

У якості основного методу дослідження було використано метод поперечних зрізів, який передбачав серію досліджень однієї вибірки респондентів із залученням різних психодіагностичних методик.

Для статистичної обробки даних була використана комп'ютерна програма SPSS Statistic, яка дала можливість визначити кореляційні зв'язки між методиками, що були задіяні у діагностичному дослідженні.

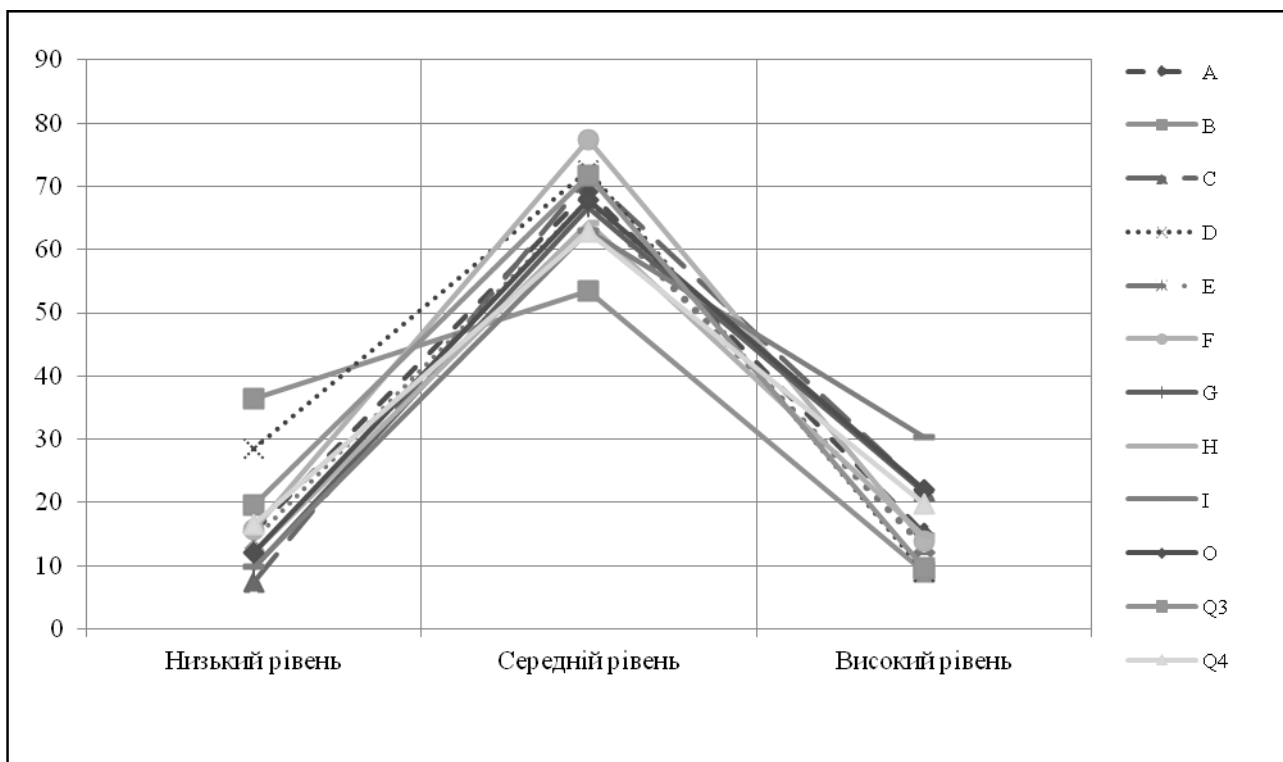
2.2. Кількісно-якісний аналіз результатів дослідження

Результати діагностики респондентів за методикою «Малюнок людини» показали, що значна кількість досліджуваних, що були задіяні у експерименті проявляють схильність до тривожності, низької самооцінки та мають доволі виражені страхи, у тому числі і у міжособистісному спілкуванні.

Проективна методика «Малюнок людини» не дає можливості отримати статистичні дані за окремо визначеними шкалами, але аналіз малюнків дозволяє виділити пріоритетні проблеми у особистісному розвитку людини. Зокрема, 30 % жінок виявляють риси підвищеної тривожності та почуття незахищеності (маленькі фігури, або занадто великі зображення, великі очі із промальованими зіницями, промальовка лінії землі та ін.); у 40 % респондентів мають місце виражені страхи (малюнок розпочатий із промальовки ніг, зображення людини, яка тікає від когось та ін.); у 10 % прослідковується слабкий внутрішній контроль (громіздкі розміри фігури).

У цілому, порівнюючи проективні малюнки за методикою «Малюнок людини» і результати діагностики досліджуваних за методикою Р. Кеттелла ми побачили, що у результатах є як моменти, що доповнюють і підтверджують результати так і серйозні неспівпадіння.

Аналіз статистичних даних, що були отримані у результаті діагностування респондентів через бланкову методику Р. Кеттелла показав, що у представленій вибірці переважають середні показники за шкалами (N = 30). Основний відсоток варіативності значень представлений 30 % досліджуваних.



Примітка: тут і далі «А» – товарищескість, «В» – вербальний інтелект, «С» – впевненість у собі, «D» – збудливість, «Е» – схильність до самоствердження, «F» – схильність до ризику, «G» – відповідальність, «H» – соціальна сміливість, «I» – чутливість, «O» – тривожність, «Q3» – самоконтроль, «Q4» – нервова напруга.

Рис. 2.3. Діаграма показників індивідуально-характерологічних особливостей досліджуваних (за методикою Р. Кеттелла)

У них простежується значне коливання середніх показників на сторону надмірно високих, або ж навпаки – невиправдано низьких. Основні зсуви прослідковувались за такими показниками: 27,4 % «низький інтелект» (В –), 33,5 % «сердечність» (I +), 28,6 % «схильність до я вини» (O +), 34,2 % «фрустрованість» (Q4 +).

Після аналізу сирих статистичних даних ми продовжили їх інтерпретацію на рівні кореляційного аналізу. На першому етапі дослідження ми проаналізували динаміку зав'язків між шкалами всередині методики Р. Кеттелла.

Таблиця 2.5.

Кореляційний аналіз всередині методики Р. Кеттелла

	A	B	C	D	E	F	G	H	I	O	Q3	Q4
A Корреляция Пирсона Знач. (двухсторонняя) N	1 ,117 30	,117 ,540 30	,239 ,204 30	,130 ,492 30	-,230 ,222 30	,410* ,024 30	,098 ,605 30	,099 ,601 30	,109 ,568 30	,023 ,902 30	,031 ,870 30	-,206 ,274 30
B Корреляция Пирсона Знач. (двухсторонняя) N	,117 ,540 30	1 ,059 30	-,349 ,059 30	,174 ,357 30	,226 ,230 30	-,046 ,808 30	-,132 ,487 30	,111 ,559 30	-,014 ,941 30	,097 ,611 30	,319 ,085 30	,033 ,865 30
C Корреляция Пирсона Знач. (двухсторонняя) N	,239 ,204 30	-,349 ,059 30	1 ,009 30	,469** ,009 30	-,170 ,368 30	,341 ,065 30	,050 ,795 30	,253 ,177 30	,182 ,337 30	,494** ,005 30	,359 ,051 30	,468** ,009 30
D Корреляция Пирсона Знач. (двухсторонняя) N	,130 ,492 30	,174 ,357 30	,469** ,009 30	1 ,009 30	-,019 ,919 30	,018 ,924 30	,197 ,297 30	-,196 ,299 30	-,349 ,059 30	,557** ,001 30	,468** ,009 30	,282 ,131 30
E Корреляция Пирсона Знач. (двухсторонняя) N	-,230 ,222 30	,226 ,230 30	-,170 ,368 30	-,019 ,919 30	1 ,336 30	-,182 ,874 30	-,030 ,249 30	,249 ,185 30	,080 ,673 30	-,158 ,403 30	,190 ,314 30	,039 ,837 30
F Корреляция Пирсона Знач. (двухсторонняя) N	,410 ,024 30	-,046 ,808 30	,341 ,065 30	,018 ,924 30	-,182 ,336 30	1 ,234 30	-,224 ,234 30	,280 ,134 30	,017 ,929 30	-,060 ,755 30	,057 ,766 30	,195 ,301 30
G Корреляция Пирсона Знач. (двухсторонняя) N	,098 ,605 30	-,132 ,487 30	,050 ,795 30	,197 ,297 30	-,030 ,874 30	-,224 ,234 30	1 ,987 30	-,003 ,987 30	,204 ,279 30	-,146 ,442 30	-,183 ,332 30	,032 ,866 30
H Корреляция Пирсона Знач. (двухсторонняя) N	,099 ,601 30	,111 ,559 30	,253 ,177 30	-,196 ,299 30	,249 ,185 30	,280 ,134 30	-,003 ,987 30	1 ,987 30	-,026 ,890 30	-,266 ,156 30	,196 ,299 30	-,068 ,720 30
I Корреляция Пирсона	,109 ,099 30	-,014 ,559 30	,182 ,177 30	-,349 ,299 30	,080 ,185 30	,017 ,134 30	,204 ,987 30	-,026 ,987 30	1 ,890 30	-,098 ,156 30	,074 ,299 30	-,225 ,720 30

Продовження таблиці 2.5

Знач. (двухстороння я) N	,568 30	,941 30	,337 30	,059 30	,673 30	,929 30	,279 30	,890 30		,605 30	,697 30	,232 30
О Корреляция Пирсона Знач. (двухстороння я) N	,023 30	,097 30	,494 ^{**} 30	,557 ^{**} 30	-,158 30	-,060 30	-,146 30	-,266 30	-,098 30	1 30	-,400 ⁺ 30	,229 30
Q3 Корреляция Пирсона Знач. (двухстороння я) N	,031 30	,319 30	,359 30	,468 ^{**} 30	,190 30	,057 30	-,183 30	,196 30	,074 30	-,400 ⁺ 30	1 30	,523 ^{**} 30
Q4 Корреляция Пирсона Знач. (двухстороння я) N	-,206 30	,033 30	,468 ^{**} 30	,282 30	,039 30	,195 30	,032 30	-,068 30	-,225 30	,229 30	,523 ^{**} 30	1 30

Результати кореляційного аналізу показали наявність значимих позитивних кореляційних зв'язків між шкалою «С» (впевненість у собі) та шкалою «F – здатність до ризиків» ($r = 0,341$ при $p > 0,05$) і зворотні кореляційні зв'язки зі шкалами «В» ($r = - 0,349$ при $p > 0,05$), «D» ($r = - 0,449$ при $p > 0,01$), «О» ($r = 0,341$ при $p > 0,05$), «Q4» ($r = 0,341$ при $p > 0,05$).

Значимі кореляційні зв'язки зафіксовано між рядом шкал: «А» і «F» ($r = 0,410$ при $p > 0,01$), «В» і «Q3» ($r = 0,319$ при $p > 0,01$), «D» і «С» ($r = - 0,469$ при $p > 0,01$), «I» ($r = - 0,349$ при $p > 0,05$), «О» ($r = 0,557$ при $p > 0,01$), «Q3» ($r = - 0,468$ при $p > 0,05$). Представлені дані показують зв'язок між параметрами впевненості у собі та схильністю до ризиків і збудливістю, а також зворотній зв'язок із нервовою напругою. Можна констатувати, що практично всі шкали методики Р. Кеттелла позитивно корелюють між собою, що дає можливість зробити доволі однозначні висновки про респондентів, що приймають участь у дослідженні.

Таким чином ми робимо висновок, що не дивлячись на те, що проективна методика «Малюнок людини» має широкий діагностичний потенціал, вона

«програє» за рівнем об'єктивності та достовірності даних методики Р. Кеттеллу. У результаті співставлення даних обох методик ми побачили, що у 30 % респондентів є неспівпадіння за показником «тривожність» (за даними проективної методики вона висока, а за результатами діагностики по методиці Р. Кеттелла – у нормі). Така ж ситуація простежується і з даними по самооцінці досліджуваних (результати методики «Малюнок людини» показують, що самооцінка низька, а за даними Р. Кеттелла вона знаходиться на середньому рівні), неспівпадіння виявлено у 40 % респондентів.

З метою перевірки достовірності отриманих даних ми залучили до дослідження додаткову тестову методику «Тест самоствавлення В. Століна», яка направлено на визначення показників самооцінки людини.

Якісно-кількісний аналіз даних за методикою В. Століна, С.Пантелєєва показав розмежування даних у відповідності до трьох основних рівнів: 1) глобальне самоствавлення, 2) самоствавлення, диференційоване за рівнем самоповаги, аутосимпатії, самоінтересу і очікуваним відношенням до себе, 3) рівень конкретних дій по відношенню до власного «Я».

Детальний аналіз отриманих даних, які представлені на рис. 2.2, показав, що параметри різних шкал опитувальника В. Століна, С. Пантелєєва розподілились відносно рівномірно (з певними особливостями у окремих респондентів). Високе відсоткове співвідношення можна побачити у таких шкалах, як «глобальне самоствавлення» (65,2 %), «аутосимпатія» (41,1 %), «самоінтерес» (45,4 %) та «самоприйняття» (42,7 %). Найбільш незначний відсоток виразу ознаки припадає на шкали «очікуване ставлення від інших» (6,1 %) та «відношення інших» (19,2 %).

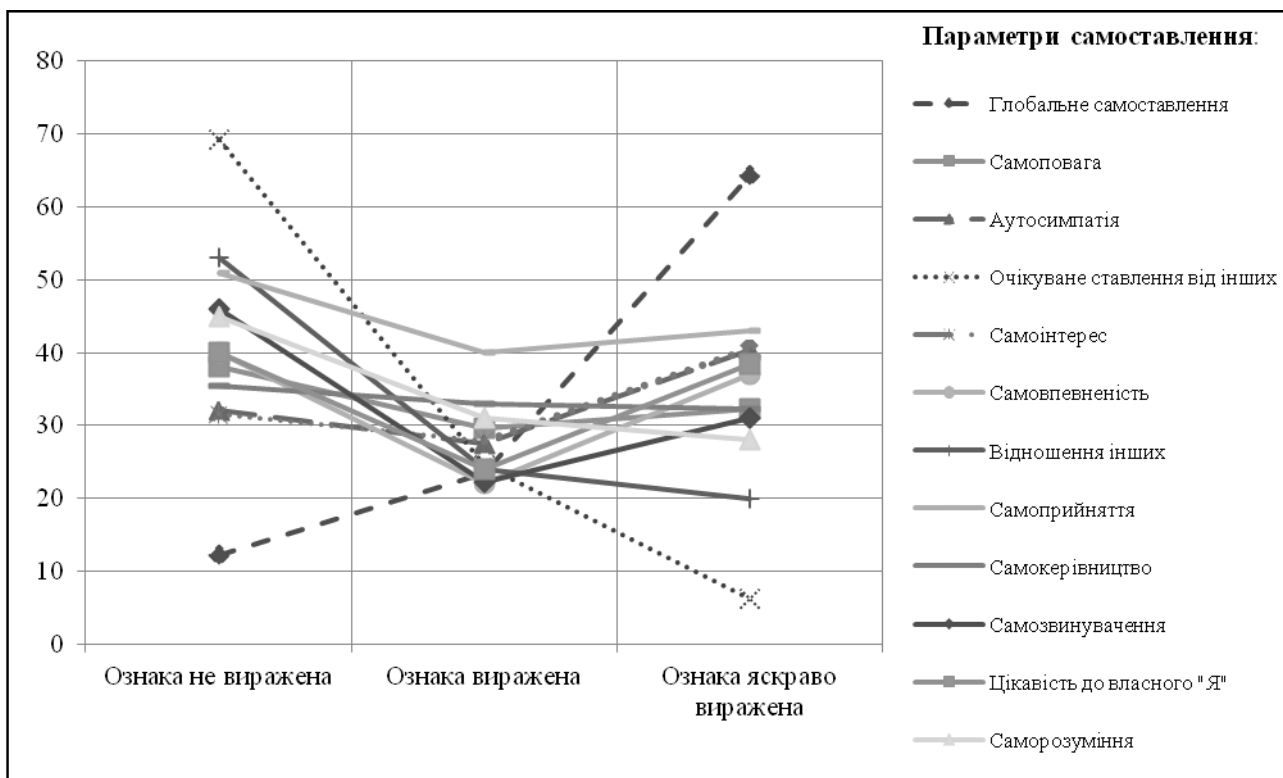


Рис. 2.3 Діаграма ступенів виразу самоствавлення досліджуваних (за методикою В. Століна, С. Пантисєва)

Значимим для нашого дослідження був аналіз даних у вибірках респондентів, які увійшли до відсотку тих, чії дані за попередніми двома методиками не співпадають. У результаті ми побачили, що дані методики В. Століна у цілому підтвердили результати діагностики за методикою Р.Кеттелла, а з показниками, що дала проєктивна методика «Малюнок людини» результати діагностики за тестом В. Століна співпадають лише частково.

Для статистичної достовірності ми перевірили кореляційні зв'язки між двома бланковими методиками (Р.Кеттелл і В.Столін). Результати кореляційного аналізу за критерієм Пірсона показали наявність позитивних кореляційних зв'язків між шкалами тесту В. Століна і шкалою «С» (впевненість у собі) методики Р. Кеттелла ($r = 0,549$ при $p > 0,05$). Ці дані дозволяють зробити висновок відносно того, що бланкові методики є пріоритетними у проведенні діагностичних досліджень, а проєктивні методики можуть слугувати підґрунтям для уточнення чи поглиблення отриманих статистичних

даних і не можуть використовуватися як самостійне і єдине джерело інформації про психологічні параметри особистості.

Отже, узагальнимо результати другого етапу. Емпіричне дослідження психодіагностичних можливостей проєктивних та бланкових тестів було організовано на вибірці з 30 осіб, які було сформовано у групі Фейсбук.

Дослідження проводилося у три етапи у травні-червні 2020 року на спеціально організованій базі для проведення арттерапії.

На першому – готувалася база дослідження (оброблялася спеціальна література, формувався методологічний інструментарій, відбувалася організація бази для проведення експерименту, проводилися консультації з працюючими психологами).

На другому проводилася діагностика групи з метою визначення особистісних проблем. У якості методик, що порівнювалися було обрано проєктивну методику «Малюнок людини» і бланкові тести (Р.Кеттела і В.Століна).

На третьому була сформована контрольна група, у якій за допомогою ізотерапії означені проблеми корегувалися.

Метою експериментальної частини нашого дослідження стала перевірка психодіагностичного потенціалу проєктивних та бланкових тестів при вивченні психологічних особливостей учасниць та психотерапевтичних можливостей ізотерапії.

Проєктивна методика «Малюнок людини» не дає можливості отримати статистичні дані за окремо визначеними шкалами, але аналіз малюнків дозволяє виділити пріоритетні проблеми у особистісному розвитку людини. Зокрема, 30 % вчителів виявляють риси підвищеної тривожності та почуття незахищеності (маленькі фігури, або занадто великі зображення, великі очі із промальованими зіницями, промальовка лінії землі та ін.); у 40 % респондентів мають місце виражені страхи (малюнок розпочатий із промальовки ніг, зображення людини, яка тікає від когось та ін.); у 10 % прослідковується слабкий внутрішній контроль (громіздкі розміри фігури).

У цілому, порівнюючи проєктивні малюнки за методикою «Малюнок людини» і результати діагностики педагогів за методикою Р. Кеттелла ми побачили, що у результатах є як моменти, що доповнюють і підтверджують результати так і серйозні неспівпадіння.

Кількісно-якісний аналіз отриманих даних показав, що бланкові методики мають набагато більший діагностичний потенціал ніж проєктивна методика «Малюнок людини». У зв'язку з цим зроблено висновок відносно того, що проєктивні методики доречно використовувати у комплексі із методиками бланковими. Тільки в такому випадку дослідник може розраховувати на отримання максимально наближених до об'єктивності результатів.

РОЗДІЛ 3

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНА ПРОГРАМА ВПЛИВУ НА ОСОБИСТІТЬ ЗА ДОПОМОГОЮ МАЛЮНКОВИХ ТЕСТІВ

3.1. Організація психотерапевтичного впливу у тренінгу за допомогою проєктивного малювання

Після завершення констатувального етапу дослідження було визначено ряд існуючих особистісних проблем:

- підвищена тривожність;
- нервова збудливість;
- невпевненість у собі;
- знижена самооцінка.

Відповідно сформовано експериментальну групу у кількості 7 осіб.

Формувальний етап планувався за допомогою тренінгового формату, на якому втілювався ряд заходів щодо корекції емоційного стану, деяких індивідуально-типологічних особливостей, паттернів поведінки. Ми обрали такий вид психотерапевтичного впливу як арт-терапію, малювання (у формі тренінгу). Як відомо, у процесі малювання акцент робиться не на результат, а на процес, який впливає на стабілізацію емоційного стану, підвищення впевненості у собі, своїх можливостей, прагнення самоудосконалення.

Засновником напрямку психотерапевтичного малювання є Маргарет Наумбург, яка в 1940 році запропонувала ставитися до малюнка, як до способу проявити несвідомі образи. Сьогодні напрацювання цієї дослідниці використовуються практикуючими фахівцями психоаналізу, і вважаються одним з найпотужніших в терапевтичному плані способів художнього самовираження. М.Наумбург особливу увагу звертала на живопис маслом, як один з різновидів арт-терапії. Саме він допомагає людині не тільки пізнати себе, але і є ефективним інструментом самоцілення. Існує тісний зв'язок між

тим, що людина малює, і тим, що відбувається у нього в душі. Фахівці пропонують задіяти зворотний зв'язок, і, змінюючи малюнок – міняти свідомість живописця.

Психотерапевтичні можливості малювання підтверджено великою кількістю досліджень. Огляд цих досліджень представлено психологом О.Колядою [74].

Зокрема, дослідження в Science Direct у 2014 році показало, що малювання може навіть змінити структуру мозку. Люди, які багато малюють мають більше сірої речовини на певних ділянках тім'яної частини. В процесі творчості мозок задіює максимальну кількість нейронних зв'язків, йде настільки складний біохімічний процес, що це просто не може не позначитися на розумових здібностях. Людина стає більш зосередженою, може концентруватися на можливому, бачити деталі і краще запам'ятовувати інформацію.

Дослідження науково-дослідного центру мистецтв і культури (RCAC) виявило наступний феномен: художники-митці рідше переживають депресію, відчуття самотності, навіть навпаки – вони більше залучені у соціальні події, частіше займаються волонтерством. Тобто, малювання знижує рівень депресії та підвищує соціальну активність.

В В Інституті наук про здоров'я та охорону здоров'я у 2017 Крістіна Бломдаль дослідила рівень тривожності, емоційного напруження в пацієнтів. Після залучення до арт-терапевтичних вправ, показники їх емоційного стану покращилися у порівнянні з групою, яка арт-терапію не проходила.

У журналі PLUS ONE у 2014 описували нейронний вплив малювання (візуального мистецтва) на психологічну стійкість. Функціональна МРТ показала у дорослих зв'язок малювання і підвищення психологічної стійкості.

У клініці Мейо постійно практикують арт-терапію з клієнтами. Вони зазначають: мистецтво допомагає підняти настрій, заспокоїтись, підвищити усвідомленість, зменшити больові відчуття. Відчуття спокою під час малювання схожі на відчуття під час медитації.

Крім того, малювання сприяє розвиненню художнього смаку, отриманню нових навичок, набуття хобі, розширенню кола спілкування.

Форма психотерапевтичного впливу, якій ми надали перевагу – тренінг.

Організація тренінгу – це розповсюджена технологія, хоча іноді (на наше переконання) неефективна з причин порушення деяких вимог по організації такого виду діяльності.

Щоб запобігти помилок та досягти результату, ми скористалися сучасними науковими джерелами, які містять ґрунтовний опис організації тренінгової діяльності. Тому що саме тренінг дозволяє реалізувати необхідні психологічні умови розвитку професійного та особистісного самоусвідомлення людей, актуалізацію їх внутрішніх ресурсів, змінити поведінку учасників, відношення до оточуючого світу, оточення. Мова йде про «Вікна у світ тренінгу» І.Вачкова та С.Дерябо [70], яка містить методологічні основи суб'єктивного підходу до групової роботи та «5 тренінгових програм «під ключ» Олени Дагаєвої [71].

По-перше, автори проаналізували можливості тренінгового впливу та дійшли висновку, що правильно організований тренінг може мати психотерапевтичний ефект та впливати на зміни у індивідуально-типологічних характеристиках особистості. Наприклад, під час тренінгу тренер використовує багато метафоричних слів та ритуалів, що впливають на психічні процеси, енергетику та фізичний стан організму. Завдяки цьому при малюванні, учасник заспокоюється, проектуючи на аркуш паперу, власне бачення світу, свої емоції та почуття.

По-друге, робота проводиться у групі, яка на думку фундатора тренінгової форми роботи К.Левіна, не тільки здатна змінити поведінкові паттерни, погляди, переконання, цінності, але й привчити людину до прийняття групових норм. Особливо важливим фактом є той, що формування групи відбувається за принципом схожості, близькості (інтересів, життєво-психологічних проблем, віку, статусу, освіти).

По-третє, тренінг буде найбільш ефективним, якщо буде містити не тільки психокорекційні чи психотерапевтичні вправи, а й різноманітні розвивальні ігри, дискусії, рефлексування. Саме те, що прискорює формування необхідних навичок. Зокрема ми, продумуючи власний тренінг, не тільки підбирали комплекс вправ, але й формулювали питання для обговорення, вернісажі малюнків, форми презентацій.

Існує значна кількість досліджень щодо тренінгової діяльності, визначень даного виду впливу. Вдалим нам вважається визначення В.Нікандрова [72,6]: психологічний тренінг – метод ігрового моделювання психогенних ситуацій з метою розвитку психологічної компетентності, формування та удосконалення різноманітних психологічних властивостей, вмінь, навичок учасників.

Але найбільш науково обґрунтовано (з посиланням на культурно-історичну теорію Л.С.Виготського) визначила сутність тренінгу Т.В.Зайцева [73]. Тренінг – своєрідне культурне знаряддя, особливе інструментальне, опосередковане дійство. За допомогою такого знаряддя засвоюється нова поведінка чи змінюється стара. Засвоєння нового відбувається у межах «зони найближчого розвитку» кожного учасника у результаті сумісної групової діяльності.

Тобто, підсумовуючи можна зазначити, що психотерапевтичний вплив на тренінгу у нашому випадку повинен пройти такі етапи:

- надання учасникам певних знань щодо арт-терапії, можливостей малювання, протіканні процесу малювання;
- активізації мотивації учасників, підвищення їх зацікавленості у результатах тренінгу;
- навчання основним вмінням та навичкам, здатності застосовувати їх в різних життєвих ситуаціях.

Саме ці етапи забезпечують принцип системності у тренінговому впливові.

Для системної арт-терапії потрібно відпрацювати принципи, за якими будемо працювати на тренінгу. За основу ми взяли принципи арт-терапії, запропоновані А.І.Копитіним [35, 39].

- Принцип *суб'єктності*, який передбачає врахування основних, індивідуально-типологічних характеристик учасників. Тобто на тренінгу ми враховували не тільки вік, статус, погляди, а і настрій учасників.

- Принцип *поєднання індивідуальної, групової роботи та партнерства*. Після проведеної діагностики з кожним з учасників проводилася бесіда з інтерпретацією отриманих результатів, що позитивно впливало на загальний настрій та активність групи. При цьому тренер виступав не як лікар чи сторонній спостерігач, а як доброзичливий партнер.

- Принцип *опори на наочно-чуттєвий характер* діяльності. Учасники не тільки малювали. Вони слухали музику, проводили активні обговорення створених ними «вернісажів», придумували історії за малюнками, що сприяло взаємодоповненню вербальної та невербальної експресії, приймали участь у «сюжетному танцюванні», яке сприяло розвитку їх уяви тощо.

- Принцип *інтегративності*, за допомогою якого робилася спроба здолати протиріччя між вчинками, думками, почуттями (знижувався когнітивний дисонанс), активізувалися різноманітні аспекти особистості. У тренінгу весь час був наявний зворотній зв'язок, який дозволяв учасникам звітувати про свої почуття, думки, враження від малювання, взаємодії з іншими учасниками групи.

Якщо брати до уваги теми, форми та методи роботи на арт-терапевтичних тренінгах (розвиток когнітивних функцій, сприймання себе, загальні теми) , запропоновані О.Копитовим, то ми створили певну компіляцію. На тренінгу давали можливість виразити різноманітні почуття, дослідити власний образ Я, внутрішній світ, систему міжособистісних відношень.

Особливо важливим для нас був вибір парадигми арт-терапевтичного тренінгу.

Згідно узагальненим дослідженням І.Вачкова [70, 126-148] існують такі парадигми.

1. Тренінг як дресура. Обирають такий вид тренінгу прихильники біхевіористів, які вважали, що правильно організована система підкріплень формує у людини оптимальний поведінковий паттерн.

2. Тренінг як репетиторство. У даному виді тренінгу відбувається спроба модифікувати мислення людини (згідно А.Бека), таким чином змінюючи поведінку та емоційний стан.

3. Тренінг як наставництво. Тренер надає увагу не кінцевому результату, а створенню умов для можливостей учасників змінити себе. У основі такої парадигми – ідеї гуманістичної психології.

4. Тренінг як розвиток суб'єктності. Основа дій на такому тренінгу – формування у учасників переконання, що вони є «ковачами» власного життя. Суб'єктами життя. Щоб створити умови для розвитку суб'єктності, у основу тренінгу потрібно покласти подієву (событийну) природу. Подієва природа для тренінгу – це

- ідентифікація проблеми, яка поєднала учасників;
- інтерпретація причин, умов, наслідків цих подій;
- пошук можливих шляхів вирішення проблеми.

Як ми бачимо, кожна парадигма, має у своїй основі діючі, ефективні механізми впливу. Тому ми компілювали їх для подальшої роботи.

Зокрема, у процесі нашої арт-терапії було присутнє підкріплення (аплодисменти, компліменти, подарунки); учасникам надавалися знання щодо впливу малювання на зміну патернів поведінки, емоційний стан; були створені комфортні умови для проведення тренінгу (правильно організований простір та підібраний час); формувалися навички щодо різноманітних підходів до оцінки ситуації.

На жаль, дуже часто тренінг психотерапевтичного спрямування - це набір непов'язаних між собою вправ, які «насмикані» з різних джерел з приблизно схожою назвою. Непродумана структура тренінгу, непроаналізовані

індивідуальні особливості учасників, відсутність бачення кінцевої мети робить такий тренінг низько ефективним. Ми ознайомилися з методами тренінгу, запропоновані І.Вачковим та С.Дерябо [70,181] та обрали найбільш придатні для нашого формату. Методи представлено у таблиці 3.6

Таблиця 3.6

Методи терапевтичного впливу на тренінгу (за І.Вачковим)

Метод	Сутність методу	Приклад застосування у арт-терапії
Метод регресії	Активізація події, що відбулася у психологічному просторі	Намалюй малюнок «Моя внутрішня дитина»
Обмін досвідом	Обмін досвідом щодо подій життя, реагування на них	Проведення групової дискусії біографічного характеру з прив'язкою до малюнків
Імітація	Моделювання ситуації, поведінки, стану	Вільне малювання
Метод концентрування присутності	Переживання події, яка відбувається зараз	Відповідь на питання «Про що ти думаєш під час малювання?» «Що ти зараз відчуваєш», «що означає твоя репліка...» тощо.
Групова рефлексія	Сумісне обговорення, аналіз подій, самоаналіз	Аналіз результатів тренінгового заняття, яке відбулося
Метод символічного самовираження	Використання різноманітної символіки для зміни уявлень про світ та себе	Намалюй ідеальний день
Метод операціоналізації	Здатність демонструвати набуті навички у нових паттернах поведінки	Намалюй себе у ...ситуації

3.2. Зміст та структура психотерапевтичної та психокорекційної арт-терапевтичної програми

Як вже зазначалося, після проведеної діагностики (перший етап дослідження), нами була спланована робота щодо психотерапевтичного та психокорекційного впливу арт-терапевтичних методів на особистість. Напередодні нами був створений жіночий клуб «АРТ Мастермайдан», основна мета якого була вирішення проблем у особистісній та емоційній сфері жінок юнацького віку (25+). Заняття проводилися раз на тиждень у спеціально орендованому приміщенні (корекційний етап). Наразі експеримент знаходиться на третьому, завершальному етапі з оцінкою отриманих результатів.

Всього було проведено 10 засідань клубу.

Для підвищення ефективності терапевтичного впливу був ретельно організований простір для роботи: світле комфортне приміщення кімнати з достатньою кількістю вільного місця, олівців, фарб, паперу, ноутбуком, фліп-чартом іншими матеріалами для ізотерапії. Слід зазначити, що у імпровізованій «студії» було створено дві зони, які сприяли ефективному арт-терапевтичному впливові. Одна з цих зон була обладнана зручними місцями для малювання, ліплення. В якості альтернативного обладнання поряд стояли фліп-чарти та стаціонарні дошки. Друга, не менш важлива зона арт-терапевтичного середовища (дивани, пуфи), призначалася для релаксації, підведення підсумків перед початком та після закінчення, групової дискусії, яка завжди слідувала після завершення процесу художньої діяльності. Важливо усвідомити, що арт-терапевтичне середовище відіграє важливу роль у досягненні того чи іншого арт-терапевтичного ефекту. Всі елементи середовища були орієнтовані на створення атмосфери довіри, діалогу, безпеки, зручності.

Проведена діагностика 30 учасників (на основі чого була створена експериментальна група з 7 осіб), дала можливість визначити основні показники для застосування індивідуальних чи групових методів роботи, конкретних вправ, технік.

Велику увагу ми приділили створенню відповідної атмосфери, формуванню терапевтичних відношень з опорою на взаємну довіру серед всіх учасниць. Цьому сприяв креативний початок роботи клубу та комфортне приміщення для подальшої роботи.

Психотерапевтичний етап в першу чергу передбачав, як вже зазначалося, створення дружньої атмосфери, толерантності, безпеки. Під час робочих занять завдяки такій атмосфері розкривалися особистісні прояви учасниць, потреби, прагнення, знижувався рівень напруги, спостерігалася поступова корекція проблем, з якими учасниці прийшли на цей тренінг. На початку роботи, ми сподівалися, що робота клубу сприятиме розвитку більш гнучких адаптивних форм поведінки, формування позитивної Я-концепції.

На завершальному етапі були проведені бесіди, спостереження, додатковий аналіз малюнків. Отриманий результат дав можливість опосередковано визначити ефективність проведеної роботи., переконатися у психотерапевтичних можливостях малювання. Також учасницям запропонували на основі отриманих знань сформулювати кроки, етапи по упровадженню отриманого досвіду у життя.

Психотерапевтичний вплив на тренінгу, як визначено вище, проходив такі стадії: надання учасникам певних знань щодо арт-терапії, можливостей малювання, протіканні процесу малювання; активізації мотивації учасників, підвищення їх зацікавленості у результатах тренінгу; навчання основним вмінням та навичкам, здатності застосовувати їх в різних життєвих ситуаціях.

Саме дотримання такого порядку повинно гарантувати системність та результативність психотерапевтичного впливу.

Концепція тренінгу арт-терапевтичного впливу передбачала мету та завдання.

Мета – визначити психотерапевтичні можливості проєктивних методик (малюнкових тестів) шляхом аналізу наукової літератури, Інтернет-джерел, упровадити на практиці заходи щодо корекції індивідуально-типологічних особливостей людини за допомогою арт-терапевтичного малювання.

Задачі:

1.Структурування та організація поведінки та досвіду учасників арт-терапевтичного процесу, розвиток терапевтичного альянсу.

2.Поступова корекція наявних порушень поведінки та емоційних проблем шляхом малюнкової терапії.

3.Розвиток у учасників арт-терапевтичного процесу більш адаптивних моделей поведінки, формування позитивної «Я-концепції».

4.Закріплення отриманого досвіду з подальшим плануванням застосування отриманого досвіду у житті.

Загальна кількість зустрічей та занять – 10, кожна з яких 2-3 години з перервою.

На початку тренінгу було прийнято ряд правил, які певним чином співпадали з основними принципами проведення тренінгів, сформульовані основна мета, задачі тренінгу, зібрано інформацію щодо очікувань від занять.

Це правило активної участі у тренінгу без примусовості, взаємоповаги, толерантності по відношенню одна до одної, відсутності таких відволікаючих факторів як телефон, права на виказування власної думки.

Потім, на етапі «розігрівання» було запропоновано розказати, яку роль відіграє малювання у житті людини, що воно означає для учасниць. Узагальнений список визначень ролі малювання було записано на дошці.

Малювання – прихований засіб самовираження.

Малювання допомагає зняти напругу, стабілізувати настрій, емоції.

Малювання – спосіб вирішення проблем у незвичайний спосіб.

Малювання впливає на розвиток когнітивних функцій: мислення, уяву, пам'ять, увагу, сприймання.

Малювання допомагає сконцентруватися та зосередитися.

Малювання формує нові навички та вміння.

Малювання піднімає настрій.

Нами було запропоновано невеликі розповіді про цілющу роль ізотерапії у корекції невротичних, психосоматичних порушень як дорослих так і дітей,

користуючись матеріалами Інтернет-джерел та спеціалізованої літератури. Наведено факти впливу малювання на здоров'я, психосоматичні захворювання, допомоги у переживанні життєвих труднощів, розвитку благополуччя. Доведено, що будь-яка людина здатна перейти у особливий творчій стан, малюючи, змінити себе, переосмислити життя.

Після цього обиралася тема малювання з послідуочим обговоренням результатів.

Завдання (на основі досліджень та рекомендацій М.Шевченко) [65] пропонувалися наступні :

1. Розкриття внутрішнього потенціалу. Таке завдання передбачало розвиток уяви в першу чергу. Для цього учасниці з заплющеними очима, сидячи на диванах уявляли собі різні кольори, їх зміну на білому аркуші паперу. Також використовували методи «Леонардо» (малювання каракулів, створення за допомогою фарб імпровізованих кольорових «плям», грифельних плям). Потім розвивалися художні навички (вільне, імпровізоване малювання, створення малюнку у незвичайному ракурсі, малювання неведучою рукою, малювання двома руками). Особливо учасницям сподобалися такі завдання.

- обвести контур своєї долоні, а потім внести у кожний фрагмент малюнку цікавий узор;

- відкрити Вікіпедію, знайти будь-яке слово, намалювати малюнок, який би відповідав даному слову;

- намалювати різноманітні лінії з заплющеними очима, а потім спробувати на їх основі створити сюжет, образ (фрактальне малювання).

2.Зняття напруги. Наприклад, вільне малювання протягом 5 хвилин блакитним олівцем ліній, які не перетинаються. Малювання під релаксуючу музику (зокрема, А.Вівальді). Завдання «Вихлюпуємо злість на папір» передбачало агресивне, активне малювання на аркуші, а потім знищення (розірвання) такого «малюнку». Малювали свої страхи, очищувалися від негативних емоцій, хвороб. З задоволенням учасниці виконали вправу «Знищуємо хворобу», під час якої малювали себе на аркуші з віником у руці.

Поряд писалося звернення до тієї проблеми зі здоров'ям, яка існує та турбує. При малюванні подумки проговорювався текст «Вимітаю хворобу з себе! Йди звідсіля, звільни мене, Я – здорова та щаслива». Науковці стверджують, що подібний текст який повторюється 21 раз відтворюється у підсвідомості та проектується у життя.

3.Вирішення життєвих проблем. Дуже ефективним вважаємо зображення у будь-який спосіб власної проблеми на одній зі сторін чистого листа паперу, а поряд зображення себе. Потім за допомогою ножиць «проблема» відрізається, що дає змогу нашому мозку «звільнитися» від концентрації на такій проблемі. Приблизно у такий же спосіб діяла вправа «Ховаємо проблему у шухляду», при якій ми малювали велику шухляду, шафу, ящик, подумки «запираючи» в них існуючу проблему.

4.Вивчаємо себе. Саме для більш глибинного занурення у свій внутрішній світ пропонувалося намалювати власну внутрішню дитину та подарунок для неї. Слід зазначити, що більшість учасниць на початку роботи зображували свою внутрішню дитину сумною, підбирали для малюнку сірі, невиразні кольори. Після того, як було запропоновано частіше звертатися до своєї «дитини», міняючи колір, спостерігалася позитивна динаміка у настроях, самооцінці.

Також виконувалася вправа «Рожевий кущ». Після того, як учасниця виконувала просте завдання «уявіть, що Ви – це рожевий кущ та намалюйте його», проводилася додаткова бесіда з такими питаннями:

- 1.Який розмір вашого куща?
- 2.Чи є там квіти, бутони, шипи, листя?
- 3.Де росте ваш кущ?
- 4.Що знаходиться навколо куща?
- 5.Хто доглядає за ним?
- 6.Як почувається кущ, коли починаються морози?

Для прикладу наводимо коментар до малюнку учасниці А., яка намалювала кущ сірим кольором, пояснивши, що так він виглядає у сірій

дощовий ранок. *«Я перетворилась у кущ, який росте у місцині, де постійно йдуть дощі. Тому квіти не встигають проявитися у всій красі (мало сонця), вони швидко псуються та опадають. Тому цей кущ переважно з листям та шипами. Кущ росте під високим забором, дратує хазяйку, тому вона постійно хоче його зрізати».*

Інтерпретуючи такий малюнок, ми визначили, що у його авторки – підвищений рівень агресивності «багато шипів», знижений настрій. Є почуття небезпеки, можлива внутрішня спустошеність, наявність певної травмуючої ситуації. Як прояснилося у індивідуальній бесіді - А. була скорочена під час карантину зі свого місця роботи, де отримувала неофіційну зарплату. Тому вона відчуває матеріальні проблеми, ображається на хазяйку, має песимістичний склад характеру.

Велику роль у організації було відведено музикотерапії. Зокрема, звучали фрагменти з «Адажіо для скрипки з оркестром, «Концерт для флейти та арфи», «Концерт для фортепіано з оркестром», «симфонія №35» Моцарта; «Розамунда» Шуберта, твори Адольфа Адана та Габрієля Форе.

Крім того, під час групового малювання нами проводився додатковий збір інформації для подальшого індивідуального консультування. Опорні елементи для нас у інтерпретації малюнків та питання для бесіди з учасником орієнтовно представлені у Є.Г.Суркової [22,92]. Подаємо їх разом з коментарями досліджуваних.

- 1.Які почуття викликає малюнок?
- 2.Що виглядає дивним?
- 3.Чого не дістає на малюнку?
- 4.Як використано простір аркушу?
- 5.Які кольори переважають?
- 6.Як виглядають зображені на малюнку об'єкти?
- 7.Що відчувають персонажі, зображені на малюнку?
- 8.Як співвідноситься зображене на малюнку з реальною ситуацією?
- 9.Як оформлено малюнок?

10. Особливості зображення.

Цікавим, на наш погляд, були пояснення до малюнків, надані учасницями. По отриманим малюнкам можна було зразу визначити настрій, внутрішній світ учасниць. Так, учасниця В. представила свій малюнок (дивись Додаток), виконаний переважно у холодних сірих тонах. Гори, сонце, яке ховається за хмарами. При цьому малюнок займав весь простір аркушу, всі об'єкти зображено необережними штрихами, відсутня будь-яка рослинність, люди, тварини. У індивідуальній бесіді авторка пояснила, *що саме таким бачить своє майбутнє, тому що вже з третім чоловіком не може створити повноцінну родину. Один з чоловіків знущався над нею, другий не хотів мати дітей, третій – одружений, розлучатися не хоче, прагнучи до неофіційних таємних стосунків.*

Малюнок К., навпаки, символічно зображував фігуру, схожу на фрукт, у середині якого знаходилася кісточка. Для малюнку вибрані яскраві кольори, є квіти, сонце. Але сонце зображено нечітко, у хмарах. Розповідь авторки була наступна. *У її рідної 40-річної сестри народилася довгоочікувана дитина. На жаль, лікарі побачили вади у розвитку дитини, які можуть прогресувати у майбутньому. Але дитина настільки заповнила собою простір життя всієї родини, що вирішено зробити все можливе для її лікування чи комфортного існування.*

У учасниці М. на малюнку багато синьо-жовтих та чорних кольорів. Малюнок не має чіткого сюжету та супроводжується такою розповіддю. *Коли почалися військові дії на сході нашої країни, громадянський чоловік М. пішов воювати. При цьому, пішов він не за контрактом, а за покликом серця. Але повертаючись до мирного життя спостерігав, що навколо вирує життя, де мають місце поверхневе відношення оточуючих до подій, немає поваги до захисників, усвідомлення серйозності ситуації. Тому у відношеннях їх молодій родині переважають гнітючі настрої, песимізм, невіра у майбутнє.*

Під час занять також пробували малювати у незвичайний спосіб. Наприклад, за допомогою акварельного дудлінгу (дудлінг – малювання без

мети, концентрації уваги, без правил). Саме за допомогою такого малювання (подібного до медитації) знижувався рівень стресу. З великим задоволенням учасниці робили колажі, шукаючи матеріали для них у старих кольорових журналах, рекламних проспектах. Така техніка ще з часів стародавнього Китаю допомагала розвинути творчі здібності, підвищити самооцінку, зміцнити фізично та психологічно.

Після проведених занять методом бесіди нами було проведено діагностичне інтерв'ю, яке дозволило визначити, що наша гіпотеза щодо психотерапевтичних можливостей малювання у цілому підтвердилася. Наводимо основні виказування учасниць.

Сама атмосфера клубу «зробила мій настрій». Було надзвичайно цікаво, затишно».

Я ніколи раніше не уявляла, що саме за допомогою малювання можна, наприклад, просто заспокоїтися. Раніше вважала, що потрібна пігулка, вода, кава, алкоголь.

Вдячна організаторам такого клубу. Дуже багато дізналася про себе такого, що раніше навіть не підозрювала.

Зрозуміла після занять, що можна і потрібно змінювати себе, ставлення до ситуації. Кожна з ситуацій повинна розглядатися під різними кутами зору.

Поспішала до клубу з нетерпінням. Відпочивала душею. Потім подумки «прокручувала» всі фрагменти зустрічі.

Зацікавила таким малюванням всіх членів родини. Переконала їх, що краще не гризтися, ображати один одного, а просто сісти та намалювати свій гнів, незгоду. Працює!

Нами також було запропоновано намалювати себе знову. Порівняльний аналіз малюнків ДО та ПІСЛЯ (за О.Потьомкіною) показав позитивні зміни у емоційній сфері, підвищення життєвої активності. Зниження негативних реакцій (зокрема, на критику), підвищення потреби у саморозвитку.

3.3. Психолого-організаційні рекомендації щодо використання проєктивних методик (малюнкових тестів), арт-терапії у роботі практичного психолога

Для ефективної та результативної психокорекційної та психотерапевтичної роботи потрібно підходити системно. Для цього:

1. Мати відповідний базовий інструментарій для проведення ґрунтовної, всебічної діагностики особистості. При цьому, небажане користування тільки проєктивними методиками. Вони повинні використовуватися як додатковий метод у поєднанні з валідними психометричними методиками.

2. Для створення повного портрету клієнта, який має певні особистісні, емоційні проблеми використовувати Q-методи (бесіди, інтерв'ю, самооцінювання); Т-методи (тести); L-методи (спостереження, самоспостереження, експертні оцінки).

3. Підбирати такі психометричні методики, які є валідними у діагностиці проблем. Наприклад, для діагностики особистості використовувати «16-факторний питальник Кетела», тест-питальник рівня суб'єктивного (локусу) контролю Роттера, багатофакторний особистісний питальник FPI, методику оцінки рівня самоактуалізації особистості Е.Шострома, методики по визначенню рівня самооцінки Заззо, Л.Столяренко тощо. Для діагностики стану емоційної сфери та проблем у ній: «Рівень депресії» А.Бека, методику вивчення домінуючого стану Л.Кулікова, експрес-діагностику рівня психоемоціональної напруги (ПЕН) Є.А Суислової, шкалу радості-депресії М.Арґайла тощо.

Для організації діагностичної роботи щодо проблем особистості за допомогою малюнкових тестів потрібно:

1. Досконало вивчити всі діагностичні можливості малюнкових тестів. Зокрема,

- «Малюнок людини» для визначення рівня інтелектуального розвитку особистості, починаючи з 14 років;

- «Автопортрет» для визначення рівня само усвідомленості, самопочуття, особистості, самооцінки, відношення до себе;
- «Дом-Дерево-Людина» визначає особистісні особливості дорослого та дитини, рівень інтелектуального розвитку, емоційний стан, наявність проблем, індивідуально-типологічні особливості;
- «Конструктивний малюнок людини з геометричних фігур» - визначення одного з 7 типів (63 підтипів) людини за індивідуально-типологічними відмінностями;
- «Неіснуюча тварина» - діагностує особистісні особливості дорослого та дитини, рівня, емоційного стану;
- «Вільний малюнок» - визначення одного з 8 особистісних типів екстравертів-інтровертів (за К.Юнгом).

2. Притримуватися основних правил діагностичного процесу:

- встановлення рапорту;
- обов'язкове збереження професійної таємниці;
- побудова партнерських, а не менторських відношень з клієнтом;
- при аналізі отриманих у діагностиці матеріалів роботи акцент на позитивному представленні матеріалу, підкреслюючи потенційні можливості досліджуваного, запобігати негативних оцінок;
- не занурювати досліджуваного у деталі інтерпретації методик, що може вплинути на рівень їх достовірності;
- по закінченню діагностики розказати досліджуваному про подальшу взаємодію.

3. Пам'ятати про фактори, які можуть вплинути на якість результатів проективної діагностики.

- порушення процедури дослідження;
- неврахування настрою та стану досліджуваного;
- обов'язкове використання як проективних так і психометричних методів;

- доступне пояснення інструкції з послідуною перевіркою її зрозумілості;
- не переводити діагностику з людиною, яка не проявила особистісної зацікавленості у ній;
- враховувати можливий ефект зустрічної проекції, тобто спробу інтерпретувати малюнок необ'єктивно;
- шукати прихований зміст проективної методик, пробувати знизити рівень психологічного захисту;
- не давати розгорнуте пояснення досліджуваному щодо реальної мети діагностики.

Для всебічного діагностичного аналізу малюнка використовувати наступну схему (узагальнену О.Ф.Потьомкіною) [с.94].

1.Цілісний аналіз. При ньому визначається загальне враження від намальованого:

- Я-проекція;
- розповідь у образах у процесі малювання та бесіди;
- засіб духовного засвоєння світу та самовираження;
- індикатор індивідуальних особливостей.

2.Типологічний аналіз, за допомогою якого виділяються певні ознаки:

- форми, пропорції, розмір, колір;
- якість ліній;
- розташування на аркуші;
- особливості нажиму, промальовування, штрихування;
- композиційна побудова;
- зміст зображення;
- ступінь осмислення.

3.Поелементний аналіз. Він дозволяє визначити:

- стан моторики;
- індивідуально-типологічні та вікові особливості;
- графічну культуру;

- емоційний стан;
- когнітивні стилі; рівень інтелектуального розвитку;
- мотиваційний комплекс;
- психологічний тип, самооцінку;
- темпераментальні особливості;
- художні здібності;
- стан здоров'я; наявність патологій;
- стан міжособистісної взаємодії.

Для організації психотерапевтичної роботи за допомогою проєктивного малювання враховувати:

1. Обов'язкове слідування основним етапам:

- надання учасникам певних знань щодо арт-терапії, можливостей малювання, протіканні процесу малювання;
- активізації мотивації учасників, підвищення їх зацікавленості у результатах тренінгу;
- навчання основним вмінням та навичкам, здатності застосовувати їх в різних життєвих ситуаціях.

2. Створення відповідних умов для проведення психотерапевтичного заняття:

- приміщення з 2-ма зонами (для малювання та релаксації);
- наявність достатньої кількості різноманітних матеріалів для роботи;
- створення відповідної атмосфери довіри та толерантності;
- використання додаткових засобів впливу: музики, подарунків, вернісажів тощо.

3. Обов'язкове використання рефлексії для переосмислення проведеної роботи, змін, які відбулися у особистості, її емоційній сфері, поведінці.

Отже, аналізуючи формувальний етап нашого дослідження можна зазначити.

Арт-терапія – спеціалізована форма психотерапії, яка заснована на образотворчому мистецтві та творчій діяльності, одна з форм психотерапевтичної практики використання клієнтами візуальних, пластичних засобів самовираження у контексті психотерапевтичних відношень, сукупність методів впливу, які застосовуються у контексті образотворчої діяльності клієнта та психотерапевтичних відношень, психокорекції, психопрофілактики, реабілітації осіб з різноманітними недоліками, емоційними та психічними розладами, представниками групи ризику. Можливості застосування арт-технологій в освітньому процесі розглядали у своїх працях О. Вознесенська, Т. Зінкевич-Євстигнеєва, А. Копитін, В. Кокоренко, Л. Лебедева та інші автори.

Для проведення психотерапевтичної роботи вибрано формат тренінгу. Тренінг був побудований на таких принципах: принцип суб'єктності, принцип поєднання індивідуальної, групової роботи та партнерства; принцип опори на наочно-чуттєвий характер діяльності; принцип інтегративності.

Психотерапевтичний вплив на тренінгу, як визначено вище, проходив такі стадії: надання учасникам певних знань щодо арт-терапії, можливостей малювання, протіканні процесу малювання; активізації мотивації учасників, підвищення їх зацікавленості у результатах тренінгу; навчання основним вмінням та навичкам, здатності застосовувати їх в різних життєвих ситуаціях.

По закінченню роботи були розроблені психолого-організаційні рекомендації.

ВИСНОВКИ

Проекція або «викидання» – винесення внутрішнього змісту індивіда, такого, яким він є зараз, його різноманітних уявлень про себе, яким він би хотів бути – назовні. Проективні тести - це методи оцінки особистості, при яких деяка невизначеність в тестових стимулах або інструкціях створює можливості для суб'єктів структурувати свої відповіді з точки зору їх індивідуальних особистісних характеристик і, таким чином, надає інформацію про природу цих характеристик.

Інтерес до проективних методик спостерігається і у вітчизняних вчених Л.Ф.Бурлачука, В.К.Воронова, Є.Ю.Коржової, О.М.Кучаєнка, П.І.Коропова, Я.М.Когана, О.Ф.Потьомкіної, Ю.С.Савенко, Є.Т.Соколової, І.Д.Єрмакова, М.О.Рибнікова, Т.С.Яценко та інших. Психологи З.В.Огороднійчук, В.І.Кротенко, О.Т.Соколова досліджували проблеми проективних методів в дослідженні особистості тощо.

Найбільш важливі ознаки проективних методів: невизначеність стимулів, які використовуються; відсутність обмежень при виборі відповіді; неможливість ділення відповідей досліджуваних на «правильні» та «помилкові».

Основні принципи побудови проективних методик:

1) неструктурованість, невизначеність стимульного матеріалу, що припускає можливість використання або тлумачення його найрізноманітнішими способами;

2) стисле, узагальнене формулювання інструкцій, що передбачають самовираження і фантазію;

3) створення атмосфери доброзичливості за відсутності оцінних суджень дослідника;

4) неінформованість досліджуваного про діагностичне значення його дій і слів, що дає змогу уникнути навмисних чи мимовільних перекручень при проекції особистості.

Найпоширеннішою галуззю, де застосовується проективна діагностика - малюнкові тести. Малюнки мають необмежені діагностичні можливості. За допомогою малюнка можливе вивчення особистості, її індивідуально-типологічних особливостей, створення психологічних портретів, прогнозування поведінки. Як відомо, художні засоби дають інший набір багатих можливостей для проективних методів вивчення особистості. Малюнки містять більше корисної для психолога інформації ніж навіть рукописні тексти.

До основних малюнкових тестів діагностики особистості відносимо: «Малюнок людини» Ф.Гудінаф, модифікація Д.Харріса; «Малюнок» сім'ї Д.Вулфа; «Автопортрет» «Дом-Дерево-Людина» Дж.Бека; «Дерево» Е.Жукерта; «Конструктивний малюнок людини з геометричних фігур» Махоні, О.В.Лібіна; «Неіснуюча тварина» М.Е.Друкаревич

Крім діагностичної функції, проективні методики, малюнкові тести уможливають корекцію індивідуально-типологічних особливостей, поведінки, стабілізацію емоційних розладів, покращення міжособистісних відношень. Малювання (діагностичне та терапевтичне) відбувається в тісному контакті з психологом, який займає позицію не стороннього експериментатора, що слідкує за дотриманням інструкції та правильним виконанням завдання, а доброзичливого партнера, розуміючого співбесідника.

Дослідження проводилося у три етапи у травні-червні 2020 року на спеціально організованій базі для проведення арттерапії.

На першому – готувалася база дослідження (оброблялася спеціальна література, формувався методологічний інструментарій, відбувалася організація бази для проведення експерименту, проводилися консультації з працюючими психологами).

На другому проводилася діагностика групи з метою визначення особистісних проблем. У якості методик, що порівнювалися було обрано

проективну методику «Малюнок людини» і бланкові тести (Р.Кеттела і В.Століна).

На третьому була сформована контрольна група, у якій за допомогою ізотерапії означені проблеми корегувалися.

Метою експериментальної частини нашого дослідження стала перевірка психодіагностичного потенціалу проєктивних та бланкових тестів при вивченні психологічних особливостей учасниць та психотерапевтичних можливостей ізотерапії.

У цілому, порівнюючи проєктивні малюнки за методикою «Малюнок людини» і результати діагностики педагогів за методикою Р. Кеттелла ми побачили, що у результатах є як моменти, що доповнюють і підтверджують результати так і серйозні неспівпадіння.

Кількісно-якісний аналіз отриманих даних показав, що бланкові методики мають набагато більший діагностичний потенціал ніж проєктивна методика «Малюнок людини». У зв'язку з цим зроблено висновок відносно того, що проєктивні методики доречно використовувати у комплексі із методиками бланковими. Тільки в такому випадку дослідник може розраховувати на отримання максимально наближених до об'єктивності результатів.

Арт-терапія – спеціалізована форма психотерапії, яка заснована на образотворчому мистецтві та творчій діяльності, одна з форм психотерапевтичної практики використання клієнтами візуальних, пластичних засобів самовираження у контексті психотерапевтичних відношень, сукупність методів впливу, які застосовуються у контексті образотворчої діяльності клієнта та психотерапевтичних відношень, психокорекції, психопрофілактики, реабілітації осіб з різноманітними недоліками, емоційними та психічними розладами, представниками групи ризику.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бурлачук Л.Ф. Словарь-справочник по психодиагностике. СПб: Питер, 2008.688с.
2. Галян І. М. Психодіагностика. навч. посіб. 2-ге вид., К.: Академвидав, 2011. 464 с.
3. Головкова Н. О. Символічна інтерпретація проективної експресивної продукції. Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. 2016. Вип. 5(1). С. 55-60.
4. Давидо Розалин. Внутренний мир ребенка по его рисункам. Минск: Попурри, 2008. 272 с.
5. Двінін О.П., Романченко І.А Сучасна психодіагностика :навчально-практичне керівництво. СПб: Речь, 2012. 283с.
6. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Тихонова Е.А. Проективная диагностика в сказкотерапии.СПб: Речь, 2005.208с.
7. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Кудзилов Д.Б. Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии. СПб: Речь, 2014. 144с.
8. Walter G. Klopfer. The short history of projective techniques // Journal of The History of the Behavioral Sciences. 1973. №9 С. 60-65.
9. Сілвер Роулі. Малюнкові тести. Краще з арсеналу практичного психолога та психотерапевта. СПб:Прайм-Еврознак, 2008. 384 с.
10. Франк Л. Проективные методы изучения личности // Проективная психология. Москва, 2000.С.68-83.
11. Франк Л. Проективные методы. URL:<https://ru.m.wikipedia.org> (дата звернення 15.08.2020)
12. Корнер А.Ф. Теоретическое исследование пределов возможности проективных методик // Проективная психология. Москва, 2000. С.84-93
13. Прошанский Г.М. Классификация проективных методов //

Проективная психология. М., 2000. 258с.

14. Лебедева Л.Д., Никифорова Ю.В., Тараканова Н.А. Энциклопедия признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии. СПб: Речь, 2006. 336с.

15. Потемкина О.Ф. Потемкина Е.В. Психологический анализ рисунка и текста. СПб: Речь, 2005.524с.

16. Либин А.В., Либина А.В. Психографический тест. Москва: Эксмо, 2008. 368с.

17. Скнар О. М. Досвід використання проективної методики незавершених речень для вивчення громадянської та національної самоідентифікації молоді. URL:<http://lib.iitta.gov.ua/708612/1/Sknar-nez-rech.pdf>. (дата звернення: 4.08. 2020)

18. Подвальна Н. В. Проективне малювання як спосіб консультативного діалогу. Наукові праці Чорноморського державного університету імені Петра Могили комплексу "Києво-Могилянська академія". Сер. : Педагогіка. 2010. Т. 144, Вип. 131. С. 106-109.

19. Романова Е. Графические методы в практической психологии. СПб: Речь, 2012.

20. Байда С.П., Чамлай І.В. Проективні техніки як метод всебічного дослідження особистості [URL: psyj.udpu.edu.ua > article > view](http://psyj.udpu.edu.ua/article/view)

21. Суркова Е.Г. Проективные методы диагностики: Психологическое консультирование детей и подростков. Учеб.пособие для студентов вузов. ЗАО«Аспект Пресс», 2008. 319с.

22. Потемкина О.Ф. Способ составления психологического портрета и автопортрета. М., 2001. 212 с.

23. Эткин А.М. Цветовой тест отношений //Общая психодиагностика. Москва: МГУ, 1997. С.221-227

24. Кудзилов Д.Б. Психодиагностика в проективной психологии. СПб: Речь, 2012. 214с.

25. Яньшин П.В. Практикум по клинической психологии: Методы

исследования личности. СПб: Питер, 2014. С.45-57

26. Яценко Т.С. Основы глубинной психокоррекции: феноменология, теория і практика: Навч. посіб. К.: Вища шк., 2006. 382 с.

27. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты: Иллюстрированное руководство. М.: Владос-Пресс, 2005. 122с.

28. Грегг М.Ф. Тайный мир рисунка. СПб: Европейский дом, 2000. 210с.

29. Музыченко Г.Ф.. Несуществующее животное. Спб: Речь, 2013.556с.

30. Маховер К. Проективный рисунок человека. Москва, 1996.

31. Мираа-и-Лопес. Графическая методика исследования личности /научный редактор Н.А.Грищенко. СПб: Речь, 2012. 411с.

32. Goodenough F. Measurement of intelligence by drawing. Yonkers on Hudson, N.Y., Chicago, World Book Company, 1926, 48 с.

33. Вознесенська О. Використання арт-технологій в сімейній психотерапії // Простір арт-терапії: Зб. на-ук. ст. / ЦППО АПН України, ГО "Арт-терапевтична асоціація"; Редкол.: Семиченко В. А., Чуприков А. П. та ін. – К.: Міленіум, 2007. – Вип. 1. – С. 5-19.

34. Психотерапия. Под редакцией Б.Д.Карвасарского. СПб: Питер, 2012.672с

35. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. Москва: Когито-центр, 2007. 197с.

36. Киселева М. В. Арт-терапия в работе с детьми: руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. Спб.: Речь, 2006. 158 с.

37. Раздобудько Л.В. Арт-терапія – мистецтво заради лікування
[URL:library.edu.ua](http://library.edu.ua) (дата звернення 15.04.2020)

38. Зинченко Е.В. Использование АРТ-терапии в коррекции тревожности младших школьников. URL: app.sfedu.ru > zinchenko (дата звернення 15.04.2020)

39. КрижановськаЗ.Ю. Арт-терапевтичний досвід у роботі психолога-

консульта. // Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ, 2014. Вип.1. С.74-84

40. Середа І.В., Збишко Є.А. Використання технологій арт-терапії у корекційно-виховній роботі URL:[nbuv.gov.ua > VchdpuP_2017_142_39](http://nbuv.gov.ua/VchdpuP_2017_142_39) (дата звернення 23.04.2020)

41. Абт Л.Э. Теория проективной психологии. Проективная психологи. Москва: психотерапия, 2010. С.29-59.

42. Бурлачук Л.Ф. Введение в проективную психологию. Киев: Вист-С, 1997. 128с.

43. Істратова О.М. Довідник по груповій психокорекції. Ростов\на Д : Феникс, 2008. 443с.

44. Рудестам К.Групповая психотерапия. Москва: Прогресс, 1993. 368с.

45. Ялом И. Групповая психотерапия: теория и практика. Москва: Апрель Пресс, 2010. 576с.

46. Осипова А.А.Общая психокоррекция. Москва: Сфера, 2000. 512 с.

47. Landgarten H., Furth G.Clinical art-therapy: a comprehensive guide. New York:Brunner Mazel, 1980.P.112

48. Эйдемиллер Э.Г.Семейная психотерапия. URL:www.twirpx.com > [file](#) (дата звернення 30.01.2020)

49. Келиш Эбби. Арт-терапия: неортодоксальный, альтернативный или комплиментарный подход к психотерапии. URL:<http://www.arttherapy.ru/publication/content/25.htm> (дата звернення 1.02.2020)

50. Максименко Ю., Фурман А. Майбутнє проективних методик: рефлексія прихованих можливостей. Психологія і суспільство. 2017. №3. С. 51-58.

51. Хлівна О.М. Психологічні тенденції використання проективних методів в сучасній практичній психології. Вісник Одеського національного університету. Психологія. 2012. Т. 17, Вип. 8. С. 439-445.

52. Максименко С.Д. Основні методи дослідження особистості та категорія нужди. Збірник наукових праць ім. Інституту психології ..Г.С.Костюка. Проблеми сучасної психології, 2014. Випуск 23. С.7-18
53. Корольчук М.С., Осьодло В.І. Психодіагностика: Навчальній посібник для студентів вищих навчальних закладів/ За заг. ред. М.С. Корольчука. – К.: Ельга:Ніка-Центр,2004.400с.
55. Марінушкіна О.Є., Замазій Ю.О. Порадник практичного психолога. Харків: Основа, 2008. 236с.
54. Серденюк Г.В. Діагностичні можливості та обмеження графічного тесту «Дерево» при вивченні індивідуальних особливостей підлітка
55. Силко Р. М., Грушко А. П. Використання елементів арт-терапії у зображувальній діяльності дошкільників.
56. О.Брюховецька. Арт-терапевтичні технології у процесі особистісно-орієнтованої підготовки майбутніх психологів, які отримують другу вищу освіту. URL:[core.ac.uk > download > pdf](http://core.ac.uk/download/pdf) (дата звернення 7.08.2020)
57. Малхазов О.Р. Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю: Монографія. К.: Євролінія, 2002. 320 с.
58. Чухраєва Г.В. Раткевич Л.І. Деякі проєктивні методики в системі МВС. Вісник Національного університету оборони України, 2014. 3 (40). С.353-358
59. Зинченко Е.В. Диагностика эмоциональных и когнитивных особенностей личности с помощью рисуночных тестов // Северо-Кавказский психологический вестник, 2009. №7 С. 37-41.
60. Семенова З.Ф., Семенова С.В. Психологические рисуночные тесты. Методика «Дом-Дерево-Человек». Москва: АСТ, 2006.
61. Соколова Е.Т. Проективные тесты в исследовании личности. Москва, 2008.
62. Шапарь В.Б., Шапарь О.В. Практическая психология. Проективные методики. Ростов на/Д,: Феникс, 2006
63. Шевченко Маргарита. Рисуночные тесты в психологии.

Диагностика, самопознание, релаксация. Москва: АСТ, 2017. 144с.

64. Проективная психология. Москва: Психотерапия», 2010. 416с.

65. Бетенски М. Что ты видишь? Новые методы арт-терапии. Москва: Эксмо-Пресс, 2002. 78 с

66. Диагностика здоровья. Психологический практикум. Под ред. Г.С. Никифорова. СПб: Речь, 2007. 950с.

67. Вачков И.В., Дерябо С.Д. Окна в мир тренинга. Методологические основы субъективного подхода к групповой работе: Учебное пособие. СПб: Речь, 2014. 272с.

68. Дагаева Елена. 5 тренинговых программ «под ключ». Практическое руководство для тренера. Ростовн/д: Феникс, 2015. с349с.

69. Никандров В.В. Антитренинг, или Контуры нравственных и теоретических основ психотренинга. СПб: Речь, 2013. 332 с.

70. Зайцева Т.В. Теория психологического тренинга. СПб: Речь, 2002. 251с.

71. Коляда Олена. Малюнок – це не просто спосіб відпочинку.

URL:smartmedicalcenter.ua (дата звернення 12.08.2020)

72. Isabel Fattal. The Hidden Meaning of Kids' Shapes and Scribbles. URL: <https://www.theatlantic.com/education/archive/2017/10/the-hidden-meaning-of-kids-shapes-and-scribbles/543873/> (дата звернення: 30.10.2019).

ДОДАТОК А

ДОДАТОК Б

ДОДАТОК В