

брать ответственность на себя за те события, которые происходят. Очевидно, что в исследовании приняли участие респонденты, которым удалось достичь значительной степени адаптированности к болезни и готовности к социальной активности, у них развит контроль, как убежденность в своей способности влиять на происходящее (как составляющая, обеспечивающая жизнестойкость). Таким образом, исследование жизнестойкости у лиц с ограниченными физическими возможностями подтверждает значимость этой характеристики для сохранности имеющегося здоровья, успешности реабилитации и адаптации в трудных жизненных ситуациях.

Список использованной литературы:

1. Логинова, И.О. Аналитический обзор исследований по проблеме реабилитации и реабилитационного потенциала человека в современных медико-психологических публикациях / И.О. Логинова, О.В. Петряева // Психология. Психофизиология. – 2019. – Т. 12, № 4. – С. 34–43.
2. Леонтьев, Д.А. Личностный потенциал: структура и диагностика / Д.А. Леонтьев [и др.]; под ред. Д.А. Леонтьева. – М.: Смысл, 2011. – 680 с.
3. Леонтьев, Д.А. Тест жизнестойкости / Д.А. Леонтьев, Е.И. Рассказова. – М.: Смысл, 2006. – 63 с.

Крук В.А.

ВГУ имени П.М. Машерова, Республика Беларусь, г. Витебск
Студент
valya_kruk01@mail.ru

Циркунова Н.И.

ВГУ имени П.М. Машерова, Республика Беларусь, г. Витебск
Старший преподаватель
cirkunovan@mail.ru

УДК 316.614:615.851.82

СОЦИАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ

*В статье рассмотрен опыт использования методов арт-терапии в социализации личности.
Ключевые слова: социализация, арт-терапия, средства арт-терапии.*

SOCIALIZATION OF PERSONALITY BY MEANS OF ART THERAPY

*The article discusses the experience of using art therapy methods in the socialization of personality.
Keywords: socialization, art therapy, means of art therapy.*

Введение. Проблема социализации личности всегда привлекала внимание ученых и практиков. Сегодня проблему социализации изучают философы, этнографы, социологи, психологи, педагоги, представители других наук [1, с. 295]. Хотя интерес к данной проблеме начал волновать мыслителей и ученых еще с древнейших времен, но самостоятельной отраслью изучения социализация стала с развитием социологического знания. Г. Тард и Э. Дюркгейм более конкретно смогли найти объяснение вопросу «Как человек становится полноценным членом общества?» и тем самым заложили основу современной теории изучения социализации.

Термин «социализация» впервые ввел в научный оборот как самостоятельную категорию американский социолог Ф. Гиддингс в 1887 году. В своей работе «Теория социализации» он употребил его в значении близком к современной трактовке: «развитие социальной природы или характера индивида», «подготовка человеческого материала к самостоятельной жизни».

В настоящее время под социализацией в самой широкой его трактовке понимается развитие человека во взаимодействии с окружающим миром. В это же время различные области знания, которые занимаются проблемами социализации, дают определение данного понятия с учетом своей предметной области. В частности, белорусские ученые психологи М.И. Дьяченко и Л.А. Кандыбович определяют социализацию как «процесс, в ходе которого человек с определенными биологическими задатками и психологическими предрасположенностями приобретает качества, опыт, необходимые для жизнедеятельности в обществе [2].

А.Б. Мещеряков связывает понятие «социализация» с навыками, набор которых направлен на достижение целей, взаимосвязанных социальных моделей поведения, которым можно научиться и которые находятся под контролем человека. С помощью этих навыков мы можем убеждать других членов общества и взаимодействовать с ними без конфликтов и дисгармонии. Они включают в себя получение социальной информации, ее осмысление, анализ и соответствующую реакцию. Хорошие социальные навыки необходимы для успешного функционирования в жизни, поскольку они влияют на успеваемость в школе, взаимоотношения и, в конечном итоге, на успех в работе.

В области психологии было разработано несколько групповых подходов для развития социальных навыков у людей. Совместная арт-сессия является одним из эффективных средств для развития социальных навыков. Некоторые фундаментальные исследования и исследования, основанные на клинических условиях, изучали совместную арт-сессию как средство развития социальных навыков.

Американская ассоциация арт-терапии в 2013 году описала арт-терапию как «терапевтическое использование художественного творчества в рамках профессиональных отношений людьми, которые переживают болезнь, травму или трудности в жизни, а также людьми, которые стремятся к личностному развитию.

Создавая произведения искусства и размышляя над художественными продуктами и процессами, люди могут повысить осознание себя и других, справиться с симптомами, стрессом и травматическими переживаниями, повысить когнитивные способности и получить жизнеутверждающее удовольствие от занятий искусством» [3]. Арт-терапия использует различные виды искусства: живопись, скульптуру, драму, музыку и рассказывание историй; сочинение историй своей жизни, пересказ сказок, песочную терапию, чтобы помочь людям выразить свой внутренний мир.

Арт-терапия подходит для работы с травмами и различными психологическими проблемами, которые могут замедлять процесс социализации личности. С помощью арт-терапии люди учатся контролировать свои эмоции, разрешать эмоциональные конфликты, снижать уровень тревожности, улучшать социальные навыки и навыки решения проблем, получать обратные отзывы и принимать изменения.

Материал и методы. В процессе написания статьи использовались теоретические методы: анализ психологической литературы, обобщение и синтез. В качестве основы были использованы работы отечественных и зарубежных психологов, изучавших понятия «социализация», «арт – терапия» и раскрывшие их суть в своих публикациях.

Результаты и их обсуждение. На современном этапе признано, что одним из наиболее эффективных методов включения индивида общество стала арт-терапия. Ее преимущество заключается в том, что одновременно она диагностирует, лечит и дает человеку ощущение своих сил, возможностей и тем самым расширяет границы взаимосвязи с окружающими людьми. Так же арт-терапия помогает человеку позитивно взглянуть на мир, себя и свои возможности в мире.

Мартин Селигман, основоположник позитивной психологии, классифицировал подходы арт-терапии, используемые для клиентов. В эту категорию входят объектные отношения, оптимизм и пессимизм человека, поведенческие подходы и психотерапия [4].

Психологи, которые практикуют арт-терапию, работают в рамках различных направлений и теорий, таких как психодинамические; гуманистические (феноменологические, гештальт, личностно-центрированные); психообразовательные (поведенческие, когнитивно-поведенческие, развивающие); системные (семейная и групповая терапия); а также интегративные и эклектические подходы. Кроме того, существуют различные вариации индивидуальных предпочтений и ориентации арт-терапевтов.

Главным преимуществом арт-терапии является то, что она строится на вере в основу человека, которая проявляется через творчество. Ее основной целью является гармоничное развитие личности через самовыражение, а не сделать человека художником, дизайнером или актером. Таким образом, при помощи искусства человек познает внутреннюю часть себя, то, какие у него взаимоотношения с окружающими и самим собой, также может открыть для себя новые возможности и таланты, о которых не знал ранее. Все эти процессы происходят на бессознательном уровне.

В зависимости от стран и менталитета народа существуют различные направления арт-терапии. В самом начале возникновения под данным видом терапии предполагали лишь визуальные техники: рисование, фотографию, живопись, лепку из глины и пластилина, графику и т.д. На данный момент арт-терапия насчитывает огромное количество техник, в которые входят библиотерапия, музыкотерапия, драмотерапия, сказкотерапия, метафорические ассоциативные карты и многое другое.

В качестве средств для развития коммуникации используются различные материалы, такие как живопись и драма. Совместное создание каких-либо небольших конструкций, сооружений было признано эффективным в решении проблемы дефицита социальных навыков. Подход, использованный Ле Гоффом, известный как "LEGO® терапия", широко применялся в группах с детьми с аутизмом. Участникам назначаются роли "инженера", "поставщика" и "строителя", и их поощряют работать вместе для решения определенной задачи. Инженера просят давать указания другим членам группы. Поставщик отвечает за выбор подходящих блоков и их предоставление группе. Наконец, строитель следует инструкциям и строит фигуры. Эффективное сотрудничество и распределение ролей облегчают как вербальное, так и невербальное общение. Кроме того, участники с большей вероятностью поделятся с другими своими творческими способностями и навыками решения проблем в ходе всего процесса, тем самым повышая свои социальные навыки.

Данная техника также часто используется в групповой терапии. Изначально техника была разработана как инструмент для индивидуальной психотерапии. Используя блоки и фигурки, клиенты получали инструменты для выражения всего, что приходит им в голову, основываясь на структурах песочной игры и коллажной терапии. Терапевты наблюдали за творческим процессом и отметили, что он оказывает определенный терапевтический эффект. Было установлено, что эта структура также полезна в групповой терапии и позволила детям быстрее встраиваться в работу группы и проще приобретать социальные навыки и контакты.

Коэн-Яцив и Регев в 2019 году опубликовали обзор по арт-терапии для детей и подростков и обнаружили положительный эффект у детей с психологическими травмами, у несовершеннолетних правонарушителей, а также у детей в системе специального образования и с ограниченными возможностями. В данной работе они высказали, что арт-терапия «дает ребенку безопасную среду для доступа к своим эмоциям через творческую среду» [5].

Совместно с отдельными техниками существует комплексный метод (арт-синтезтерапия). Данный подход основан на слиянии двух и более техник арт-терапии. С годами таких приемов становится больше.

Заключение. Перспективы арт-терапии в социализации людей средствами искусства и художественной коммуникации обусловлены ее междисциплинарным характером, наличием плодотворных идей в сопряженных областях науки и практики, осмысленных в этой сфере подходов и методов педагогики искусства, гуманитарно-эстетического образования, которые следуют гуманистическим принципам.

Арт-терапия для людей любого возраста характеризуется разнообразием материалов, техник, форм структуры проведения сессий, тренингов и консультаций. Исследования и внедрение их в жизнь показывают, что арт-терапия приводит к положительным результатам в отношении психологических и социальных проблем. Несмотря на доказанную эффективность данной техники, нужен персонализированный подход к применению арт-терапии, связанный с индивидуальными целями человека, его взглядом на мир и самооощением.

Список использованной литературы:

1. Циркунова, Н.И. Профессиональная социализация современного студенчества / Н.И. Циркунова // Социализация детей и молодежи: опыт, теория, практика, перспективы : материалы междунар. науч.-практ. конф., 17 нояб. 2006 г. – Витебск, 2006. – С. 295–297.
2. Дьяченко, М.И. Психологический словарь – справочник/ М.И.Дьяченко, Л.А. Кандыбович. – Минск: Харвест; М.: АСТ, 2001. – 576 с.
3. Американская ассоциация арт-терапевтов [Электронный ресурс] / Американская ассоциация арт-терапевтов. – Вашингтон, 2013. – Режим доступа: <https://www.arttherapy.org/upload/whatisarttherapy.pdf>. – Дата доступа: 29.09.2021.
4. Селигман, М. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни / М. Селигман: Перев. с англ. – М.: Издательство «София», 2006. – 368 с.
5. Коэн-Яцив, Регев Й, Лиат [Электронный ресурс] / Коэн-Яцив, Й. Регев, Лиат. – Москва, 2015 – Режим доступа: https://stringfixer.com/ru/Child_therapy. – Дата доступа: 29.09.2021.

Кудаш Д.С.

ВГУ имени П.М. Машерова, Республика Беларусь, г. Витебск

Магистрант

kudash.1998@mail.ru

УДК 159.99

САМОЭФФЕКТИВНОСТЬ КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ ЧЕЛОВЕКА

В статье рассматриваются вопросы восприятия самоэффективности как составляющей жизнеспособности взрослого человека. Отмечаются особенности влияния самоэффективности на когнитивные способности, мотивацию и жизненный выбор личности. Делается попытка проанализировать трансформацию самоэффективности на протяжении жизненного пути индивида.

Ключевые слова: самоэффективность, жизнеспособность, мотивация, жизненный опыт, процесс выбора.