

Гльченко Ірина Степанівна
викладач кафедри психології Уманського державного
педагогічного університету
імені Павла Тичини

ВДОСКОНАЛЕННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ЯКОСТЕЙ ПСИХОЛОГА ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

Сутність професійної діяльності практичного психолога полягає у наданні кваліфікованої психологічної допомоги населенню у ситуаціях які вимагають психологічного втручання або спеціальних знань та володіння спеціальними технологіями. Саме тому необхідною умовою надання такої кваліфікованої допомоги є вдосконалення психологом своєї майстерності та постійне поповнення «свого арсеналу» різноманітними техніками та методами, використання яких дозволяє покращити результативність роботи.

Одним з ефективних методів роботи практичного психолога є арт- терапія. Арт-терапія – це метод терапії, який використовує мистецтво в цілях терапії. Це зцілення за допомогою будь-якої художньої творчості. Уперше цей термін був використаний Андріаном Хілом у 1938 р. при описі своєї роботи з хворими туберкульозом і незабаром отримав широке поширення.

Методика арт-терапії має багато схожого з первісними видами мистецтва. Лікування мистецтвом виникло в момент зародження самого мистецтва – протягом століть в будь-якій точці планети хвороби зцілювали музикою, танцями, скульптурою, малюванням.

У процесі застосування арт-терапії увага концентрується на особистості людини з її стереотипами, рушійними мотивами і цінностями, а не на результаті творчості. Методика дозволяє проникнути всередину свідомості людини, спровокувати душевні переживання. Робота з символами стимулює образне мислення, а також погано розвинені системи сприйняття.

Арт-терапевтичні техніки використовуються як з терапевтичною, корекційною, так і діагностичною метою. Вході арт-терапевтичних вправ психолог має можливість зібрати багато цінного матеріалу, аналіз якого дає можливість віднайти причи-

ни виникнення психологічних проблем та забезпечити їх подальше вирішення.

До числа арт-терапевтичних методів, які успішно використовуються практичними психологами можна віднести:

- маскотерапія;
- казкотерапія;
- драматерапія;
- музикотерапія;
- танцювальна терапія та ін.

Таким чином, арт-терапія являється достатньо ефективним методом роботи з людьми, які потребують психологічної допомоги. Оволодівши одним із видів арт-терапії психолог розширює спектр своєї діяльності та вдосконалює свою майстерність тим самим збільшуючи можливості надання швидкої ефективної допомоги клієнтам.