

Ковальчук О. П. кандидат психологічних наук, Національний університет оборони України імені Івана Черняхівського
<https://orcid.org/0000-0002-4571-482X>

Інжієвська Л. А. кандидат психологічних наук, доцент ДЗВО «Університет менеджменту освіти» Національної академії педагогічних наук України
<https://orcid.org/0000-0002-2058-1485>

ВИКОРИСТАННЯ АРТ-ЗАСОБІВ У ПСИХОЛОГІЧНОМУ СУПРОВОДІ ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

У статті охарактеризовано арт-засоби як один з чинників психологічного супроводу військовослужбовців – ефективну психологічну практику, що сприяє глибинному самопізнанню, саморозумінню та розвитку особистості військовослужбовця, коригує самооцінку, самосприйняття, мотивацію, уявлення про професійну діяльність.

Ключові слова: арт-терапевтичний підхід; арт-засоби; військово-професійна діяльність; військовослужбовець; психологічний супровід військовослужбовців; арт-технології.

Вступ. Трансформаційні процеси сучасного українського війська актуалізують проблему психологічного супроводу військовослужбовців. З огляду на це постає питання забезпечення належного рівня їх професіоналізму в умовах змін, зокрема пов'язане з розвитком особистості, що зумовлює необхідність синергійно-системного інтегрування професіогенезу та особистісного зростання. Це, у свою чергу, потребує створення нових гнучких технологій психологічного супроводу військовослужбовців, які стимулюють зміни самої особистості. Серед них чільне місце посідають арт-технології.

Аналіз практики морально-психологічного забезпечення військовослужбовців показує наявність низки суперечностей, які існують у системі психологічного супроводу військовослужбовців, зокрема таких:

між потребою в оновленні програмно-методичного забезпечення психологічної підготовки військовослужбовців і недостатньою розробленістю або розрізненістю підходів до можливостей застосування інноваційних, наприклад, арт-корекційних підходів у цьому процесі;

між специфікою розвитку особистісних психічних структур у різних за віком та статтю військовослужбовців і відсутністю коректного психолого-педагогічного

супроводу, спрямованого на гармонізацію та оптимізацію процесу самозмін.

Мета статті полягає у визначенні особливостей використання арт-засобів для цілеспрямованого особистісного розвитку військовослужбовців у контексті їх психологічного супроводу.

Теоретичне підґрунтя. У ході аналізу сучасної наукової літератури з цієї проблеми визначено, що інтерес до арт-засобів виявляли представники фактично всіх напрямів психотерапії та різних наукових шкіл. Крім того, у наукових дослідженнях зазначено, що творчість людини виявляється у різних напрямках творчої діяльності (І. Бабій, О. Вознесенська, Н. Калька, З. Ковальчук, Л. Подкоритова, Л. Інжієвська та ін.). Як термін арт-засоби науковці розуміють використання мистецтв візуального ряду (малюнка, живопису, ліплення, гриму, боді-арту тощо), а також власне засоби корекції та розвитку за допомогою художньої творчості, тобто зцілення через будь-яку художню творчість [1–3; 5; 7].

В основу застосування сучасних арт-засобів покладено насамперед ідеї З. Фрейда. Відповідно до його вчення внутрішнє «Я» людини виявляється у візуальній формі кожного разу, коли особистість спонтанно щось малює чи ліпить, а образотворче мистецтво, маючи багато спільного з фантазіями та

сновидіннями, компенсує та знімає психічне напруження. Згідно з учінням К. Юнга важливо використовувати персональні та універсальні символи, щоб в образотворчому мистецтві реалізувати самозцілюючі можливості психіки [1; 5].

У зв'язку з цим сучасні учені зазначають, що головною відмінністю арт-засобів від інших психологічних методів є триадність. Лише арт-засоби дають змогу замінити звичну діаду «консультант – клієнт» на триаду «консультант – творчий продукт – клієнт», де експресивний продукт несе важливі повідомлення індивіда і, відповідно, психотерапевтичний альянс перетворює на «психотерапевтичний трикутник» [1; 3; 6].

Дослідження учених також показують важливість мистецтва і творчості для сучасної особистості, що відображають основні доміанти її життєвої активності та формуються через самостійне усвідомлене віднаходження смислів життя, активізацію процесу самоаналізу, пошуку інформації і прогнозування подальшого професійного розвитку, ефективної самопрезентації тощо. Творча діяльність і мистецтво є основними джерелами енергії та натхнення у людини [1; 5; 8].

Методи дослідження. Для досягнення мети дослідження було використано методи аналізу та узагальнення наукових результатів з дослідження природи арт-терапії, яка створює умови для глибинного усвідомлення військовослужбовцем себе як цілісної особистості, і завдяки цьому – формування і коригування професійної ідентичності.

Результати й обговорення. Система застосування арт-засобів у психокорекційній практиці сформувалася у 40–50-х роках ХХ ст. у Великій Британії та США і має за мету гармонійний розвиток особистості, розширення можливостей її соціальної адаптації за допомогою мистецтва. Унікальність застосування арт-засобів полягає в їх здатності підвищувати рівень самоконтролю, саморозкриття і саморозвитку. Використання арт-засобів ґрунтується на мобілізації творчого потенціалу людини, внутрішніх механізмів саморегуляції і відповідає фундаментальній потребі в самоактуалізації: розкриттю

широкого спектру можливостей людини, ствердженню нею свого індивідуального та неповторного способу буття у світі. Психокорекційна робота із застосуванням арт-засобів допомагає людям сформувати активнішу життєву позицію [2; 3; 5].

Надзвичайно цікавою є ідея використання потенціалу арт-засобів для розвитку особистісного потенціалу військових фахівців. Так, арт-засоби не лише можна застосовувати з військовослужбовцями, яким необхідно надати психологічну допомогу у складній життєвій ситуації, а й за їх допомогою сприяти особистісному зростанню. Гуманістична спрямованість арт-засобів дає змогу створювати умови для самоактуалізації за допомогою творчого самовираження та пошуку трансцендентних життєвих цілей [4; 8].

Арт-засоби мають істотні переваги порівняно з іншими психологічними засобами, а саме є засобом вільного самовираження й самопізнання, «інсайт-орієнтовані», зумовлюють можливість створення атмосфери довіри і розуміння внутрішнього світу людини, не мають обмежень у застосуванні, здебільшого викликають у людей позитивні емоції, допомагають долати апатію, безініціативність, формувати активну життєву позицію та позитивне світосприйняття, базуються на мобілізації творчого потенціалу особистості, внутрішніх механізмів саморегуляції та самоактуалізації, відзначаються «м'якістю» прийомів і впливів, є засобом переважно невербальної комунікації.

На сьогодні найбільш поширеними є напрями індивідуального і групового малювання, створення скульптур і колажів, що допомагають реалізувати ідею психологічного благополуччя особистості, а саме:

знімати стрес і напруження, які можуть відчувати військовослужбовці;

сприяти вивченню індивідуальних ресурсів і бажань;

підвищувати рівень рефлексії завдяки аналізу результатів отриманих у процесі роботи;

навчати розумової діяльності, яка виходить за визначені межі;

Питання психології

сприймати творчість як цінність особистісного розвитку.

Вказані переваги мають цінність для підтримки військовослужбовця та розвитку його особистісного потенціалу. Арт-засоби допомагають подолати перепони, які не дають змоги військовим фахівцям розвивати креативність: негативне ставлення до особистісного потенціалу, яке може бути соціально зумовлено, високу тривожність, напруження, послаблення контролю.

Додатковими перевагами арт-засобів можна вважати організацію індивідуальної та групової роботи з військовослужбовцями, яка сприяє вивченню соціальних навичок (роботу в команді, вільне вираження своєї думки, оволодіння етичними принципами спілкування); набуття креативності; експериментування з різними типами мислення; застосування матеріалів і технік, які підвищують ефективність генерування ідей; збагачення творчого процесу за рахунок включення в роботу різних учасників.

Особливостями застосування арт-засобів для особистісного розвитку військовослужбовців визначено:

інтегративність застосування арт-засобів – сприяє внутрішньопсихічним інтеграційним процесам як у професійній, так і в особистісній сфері;

поєднання навчального і терапевтичного процесів на заняттях із застосуванням арт-засобів – сприяє ефективнішому засвоєнню суто професійних знань, умінь і навичок, а також глибшому пізнанню власного внутрішнього світу, розумінню інших;

поєднання індивідуальної і групової роботи – сприяє, з одного боку, прояву індивідуальності, а з іншого – соціалізації та адаптації індивіда;

рефлексивність занять – допомагає особистісній та професійній самоусвідомленості («пропускаючи крізь себе» певну методику, військовослужбовець глибше пізнає і краще розуміє дію застосованих на занятті засобів, що сприяє ефективнішому засвоєнню професійних знань);

творча атмосфера занять – забезпечує відкрите, спонтанне, природне вираження індивідуальності кожного

військовослужбовця, розкриває творчий потенціал;

творчий процес – зцілює і перетворює, сприяє корекції особистості;

спрямованість на внутрішній світ особистості – вирішує проблему проходження власної психотерапії як необхідної умови для подальшої успішної професійної діяльності;

поєднання занурення у власні емоції та аналізу експресивного продукту – сприяє досягненню інсайту і катарсису, а отже, забезпечує духовне зростання особистості.

Здобутий внаслідок застосування арт-засобів позитивний досвід стає джерелом для особистісного та професійного зростання військовослужбовця, зразком для вибудовування гуманних стосунків з людьми.

У цілому арт-засоби допомагають військовослужбовцю зрозуміти власні мотиви, потреби, суперечності, усвідомити зони своїх проблем і позитивні сторони своєї особистості, навчитися розуміти та приймати і себе, й інших, розкрити і розвинути свій творчий потенціал, креативність, комунікабельність, рефлексивність, емпатійність, сензитивність.

Висновки. Застосування арт-засобів у психологічному супроводі військовослужбовців є досить новою галуззю, що, однак, у світовій психотерапевтичній практиці має глибокий історичний контекст. Арт-засоби дають змогу реалізувати один з головних принципів психологічного супроводу – можливість організації активного процесу залучення до взаємодії. Широке використання арт-терапії у психологічному супроводі військовослужбовців відображає потребу сучасного військовослужбовця в більш природних варіаціях гармонізації професійного світу, де головну роль відіграють розум, почуття, здатність до інтроспекції та активної дії. Завдяки застосуванню арт-засобів військові фахівці стають більш активними та відповідальними за свою службу, бачать нові можливості для вираження власної індивідуальності. Навички, набуті з цього досвіду, допоможуть військовослужбовцям відчувати себе комфортніше і впевненіше у професійному житті.

Список використаних джерел

1. Арт-терапевтичний тренінг: конспект лекцій та робочий зошит для самостійної роботи з дисципліни / авт.-уклад. Л. А. Інжієвська. 2-ге вид., доп. – Київ. : Педагогічна думка, 2018. – 184 с.
2. Бабій І. В. Теорія і практика арт-терапії: навчально-методичний комплекс / І. В. Бабій. – Умань: АЛМІ, 2014. – 75 с.
3. Вознесенська О. Л. Ресурси арт-терапії на допомогу вимушеним переселенцям. практичний посібник для тренерів / О. Вознесенська. – Київ. : Human Rights Foundation, 2018. – 50 с.
4. Інжієвська Л. А. Арттерапевтичні техніки у психологічному супроводі військовослужбовців: теорія і практика: навч.-метод. посіб. / Л. А. Інжієвська, О. П. Ковальчук. – Київ. : НУОУ ім. Івана Черняхівського, 2019. – 184 с.
5. Калька Н. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посіб. / Н. Калька, З. Ковальчук. – Ч. 1. – Львів : ЛьвДУВС, 2020. – 232 с.
6. Кузікова С. Б. Основи психокорекції : навч. посібник. / С. Б. Кузікова. – Київ: Академвидав, 2012 – 385 с.
7. Подкоритова Л. Багатовимірність арт-терапії як професійного буття психолога / Л. Подкоритова // Простір арт-терапії: зб. наук. Статей / УМО, 2010, ГО «Арт-терапевтична асоціація», 2011 ; редкол. : П. В. Лушин, А. П. Чуприков [та ін.]. – К. : Золоті ворота, 2011. – Вип. 2 (10). – С. 15–23.
8. Теорія і практика психологічної допомоги та реабілітації: підручник. Вид. 2-ге, доп. / кол. авт. ; за заг. ред. Василя Осьодла. – Київ : НУОУ імені Івана Черняхівського, 2020. – 484 с.

References

1. Art-terapevtychnyi treninh: konspekt leksiі ta robochyi zoshyt dlia samostiіnoi roboty z dystsypliny / avt.-uklad. L. A. Inzhyievska. 2-he vyd., dop. – Kyiv. : Pedahohichna dumka, 2018. – 184 s.
2. Babii I. V. Teoriia i praktyka art-terapii: navchalno-metodychnyi kompleks / I. V. Babii. – Uman: ALMI, 2014. – 75 s.
3. Voznesenska O. L. Resursy art-terapii na dopomohu vymushenym pereselentsiam. praktychnyi posibnyk dlia treneriv / O. Voznesenska. – Kyiv. : Human Rights Foundation, 2018. – 50 s.
4. Inzhyievska L. A. Arterapevtychni tekhniky u psykhologichnomu suprovodi viiskovosluzhbovtziv: teoriia i praktyka: navch.-metod. posib. / L. A. Inzhyievska, O. P. Kovalchuk. – Kyiv. : NUOU im. Ivana Cherniakhovskoho, 2019. – 184 s.
5. Kalka N. Praktykum z art-terapii: navch.-metod. posib. / N. Kalka, Z. Kovalchuk. – Ch. 1. – Lviv : LvDUVS, 2020. – 232 s.
6. Kuzikova S. B. Osnovy psykhokorektsii : navch. posibnyk. / S. B. Kuzikova. – Kyiv: Akademydav, 2012 – 385 s.
7. Podkorytova L. Bahatovymirnist art-terapii yak profesiinoho buttia psykhologa / L. Podkorytova // Prostir art-terapii: zb. nauk. Statei / UMO, 2010, HO «Art-terapevtychna asotsiatsiia», 2011 ; redkol. : P. V. Lushyn, A. P. Chuprykov [ta in.]. – K. : Zoloti vorota, 2011. – Vyp. 2 (10). – S. 15–23.
8. Teoriia i praktyka psykhologichnoi dopomohy ta reabilitatsii: pidruchnyk. Vyd. 2-he, dop. / kol. avt. ; za zah. red. Vasyliia Osodla. – Kyiv : NUOU imeni Ivana Cherniakhovskoho, 2020. – 484 s.

Резюме

*Ковальчук А. кандидат психологических наук,
Национальный университет обороны Украины
имени Ивана Черняховского*

*Инжієвська Л. кандидат психологических наук,
доцент, государственное учреждение высшего
образования «Университет менеджмента образования»
Национальной академии педагогических наук Украины*

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-СРЕДСТВ ПРИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОМ СОПРОВОЖДЕНИИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

В статье охарактеризованы арт-средства как один из факторов психологического сопровождения военнослужащих – эффективную психологическую практику, которая способствует глубинному самопознанию, самопониманию и развитию личности военнослужащего, корректирует самооценку, самовосприятие, мотивацию, представление о профессиональной деятельности.

Ключевые слова: арт-средства; военно-профессиональная деятельность; военнослужащие; психологическое сопровождение военнослужащих; арт-технологии.

Summary

Kovalchuk O. candidate of psychological sciences, National Defense University of Ukraine named after Ivan Cherniakhovskyi
Inzhyeyvska L. candidate of psychological sciences, associate professor, state institution of higher education «University of Educational Management» of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine

USE OF ART MEANS IN PSYCHOLOGICAL ACCOMPANYING OF SERVICEMEN

Introduction. Analysis of the practice of moral and psychological support of servicemen shows a number of contradictions that exist in the system of psychological support of servicemen, including the following: between the need to update the software and methodological support of psychological training of servicemen and insufficient development or diversity of approaches to this application; between the peculiarity of the development of personal mental structures in servicemen of different ages and genders and the lack of correct psychological and pedagogical support aimed at harmonizing and optimizing the process of self-change. Thus, the widespread use of various methods of art therapy in the psychological support of servicemen reflects the need of modern servicemen in more natural variations of harmonization of the professional world, where feelings, ability to introspection and active action play the main role.

The purpose. The purpose of the article is to determine the features of the use of art tools for purposeful personal development of servicemen in the context of psychological support of servicemen.

Methods. To achieve the goal of the study, methods of analysis and generalization of scientific results from the study of the nature of art therapy were used, which creates conditions for deep awareness of the serviceman as an integral person, and thus – the formation and adjustment of professional identity.

Originality. The use of art processes is based on the mobilization of human creativity, internal mechanisms of self-regulation and meets the fundamental need for self-actualization: the disclosure of a wide range of human capabilities, the assertion of its individual and unique way of life in the world. Psycho-correctional work with the use of art tools helps people to form a more active life position. The idea of using the potential of art tools to develop the personal potential of military professionals appears to be extremely interesting. Thus, art tools can not only be used with servicemen who need psychological help in a difficult life situation, but also with their help to promote personal growth. The humanistic orientation of art means makes it possible to create conditions for self-actualization through creative self-expression and the search for transcendent life goals.

Art tools have significant advantages over other psychological means, namely, they are a means of free self-expression and self-knowledge, «insight-oriented», determine the possibility of creating an atmosphere of trust and understanding of the inner world, have no limitations in application, mostly evoke positive emotions in people, help overcome apathy, lack of initiative, form an active life position and a more positive worldview, based on the mobilization of creative potential, internal mechanisms of self-regulation and self-mobilization, marked by a special «softness» of techniques and influences, are a means of mostly nonverbal communication.

Researchers consider the organization of individual and group work to be additional advantages of art tools, which contributes to the study of social skills (teamwork, free expression of opinion, mastering ethical principles of communication).

Conclusion. The use of art tools in the psychological support of servicemen is a fairly new field, which, however, in the world of psychotherapeutic practice has a deep historical context. Art tools provide an opportunity to realize one of the main principles of psychological support – the possibility of organizing an active process of involvement in interaction. Thanks to the use of art tools, military professionals become more active and responsible for their service, see new opportunities to express their individuality. The skills gained from this experience will help servicemen feel more comfortable and confident in their professional lives.

Key words: art-therapeutic approach; art-means; military-professional activities; serviceman; psychological support of servicemen; art-technologies.

Автори заявляють про відсутність конфлікту інтересів.
Received/Поступила: 24.06. 21.