

11. Nastas Laura-Elena, Sala Kincsa Adolescents' emotional intelligence and parental styles [Elektronij resurs] / L.-E. Nastas, K. Sala // Rezhim dostupu: URL: <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042812001759>

Салюк М.А., Бучко А.А.

Уровень развития эмоционального интеллекта как фактор предупреждения склонности к виктимному поведению подростков

В статье рассмотрено понятие эмоционального интеллекта как потенциального фактора предупреждения склонности к виктимному поведению в подростковом возрасте. Приведены результаты эмпирического исследования роли уровня развития эмоционального интеллекта в предупреждении склонности к виктимному поведению подростков, проанализированы полученные данные.

Ключевые слова: виктимность, виктимное поведение, эмоциональный интеллект, когнитивная регуляция эмоций, подростковый возраст.

Salyuk M.A., Buchko A.O.

The level of emotional intelligence as a factor preventing susceptibility to provocative behavior of adolescents

The article discusses the concept of emotional intelligence as a potential factor preventing susceptibility to provocative behavior in adolescence. The results of empirical studies of the role of emotional intelligence in preventing susceptibility to provocative behavior of adolescents, analyzed the data.

Key words: victimization, victim behavior, emotional intelligence, cognitive emotion regulation, adolescence.

Салюк Марина Анатоліївна – кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та медичної психології Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара;

Бучко Анастасія Олександрівна – студентка 5-го року навчання факультету психології Дніпровського національного університету імені Олеся Гончара.

УДК 159.938.3:378

Артюхіна Н.В.

РОЗВИТОК ЖИТТЄТВОРЧОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСОБИСТОСТІ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

У статті наведено результати дослідження розвитку життєтворчого потенціалу особистості юнацького віку засобами арт-терапії. Розглядається думка про те, що життєтворчість, як діяльність особистості, що спрямована на проектування, планування, програмування і творче здійснення людиною свого індивідуального життя, має велике значення щодо розвитку й формування розвиненої індивідуальності, об'єктом творчих діянь якої є її власне буття. Також роздивляється думка про те, що творчий підхід до формування й розвитку

підростаючого покоління робить актуальними ці питання у юнацькому віці, оскільки саме в ньому відбуваються різкі, якісні зміни, які торкаються усіх боків розвитку особистості, формується її самосприйняття й самовідношення, на підставі яких у подальшому формуються особистісні відносини зі світом. Аналізується думка про те, що позитивно напрацьовані простори буття у юнацькому віці у подальшому можуть стати формою дії особистості - засобами творчої побудови і здійснення нею свого життя.

Ключові слова: *особистість, життєтворчість, життєтворчий потенціал, ресурсність, арт-терапія, юнацький вік.*

Постановка проблеми. Сучасний стан нашого суспільства вимагає особливої уваги до становлення та розвитку підростаючого покоління. В українських школах нового типу вже формується нова стратегія освіти, при якій сам освітній процес розглядається як процес оволодіння учнями мистецтвом свідомого і творчого здійснення свого життя. Мова йде про орієнтацію на власну життєтворчість особистості, яка розвивається в соціумі в межах певного культурно-історичного континуума. В цьому процесі діяльність особистості, спрямована на проектування, планування, програмування і творче здійснення нею свого індивідуального життя. Підсумком такого розвитку має стати розвинена індивідуальність, суб'єкт свого індивідуального життя, а об'єктом творчих діянь особистості стане її власне буття [7].

Питання життєтворчості знайшло відображення в багатьох психологічних концепціях Ш. Бюлер, К. Левіна, С. Л. Рубінштейна, Г.С. Костюка, Л.В. Сохань, І. А. Мавп, Н.І. Соболевої, К.А. Абульханової - Славської, Д. А. Леонтьєва та ін. Отже саме поняття життєтворчості, за Д. Леонтьєвим, має на увазі розширення світу, розширення життєвих відносин або є особистісно-орієнтованою практикою розвитку і корекції відносин зі світом[4]. Воно, на думку О. Бичкової, також позначає свідоме структурування свого життєвого шляху, реалізацію в своїй біографії якогось обраного канону, особистої легенди конкретної людини, духовно-творчу установку, спосіб буття або ж рефлексію, метод самопізнання, заснований на ідеології духовних і соціальних шукань людства.

Отже, творчий підхід до формування й розвитку підростаючого покоління задає вектор індивідуальних новаторських шукань за такими напрямками як життєтворчість, як спосіб вирішення життєвих завдань, вчинки в динаміці життєвого шляху особистості, образ її світу і регулювання нею подій індивідуального життя. Дуже актуальними ці питання, з нашої точки зору, становляться саме у ранньому юнацькому віці, оскільки саме в цьому віці відбуваються різкі, якісні зміни, які торкаються усіх боків розвитку особистості, формується її самосприйняття й самовідношення, на підставі яких у подальшому формуються особистісні відносини зі світом. Оскільки отрочество складає перехідний етап від дитинства до зрілості, Е. Еріксон вважає цей період вирішальним.

Динамічний характер розвитку, активне формування теоретичного, розмірковуючого мислення, з одного боку, та соціальна незрілість особистості раннього юнацького віку, її обмежений життєвий досвід – з другого, призводять до того, що збудувавши будь - яку теорію, зробивши висновки, така особистість

сприймає «власну творчість» за реальність, в якій починає діяти, і яка може призвести до не завжди бажаних нею результатів.

Як показала психологічна практика українських арт-терапевтів Є.Л. Вознесенської, А.В. Старовойтова, Н.Б. Ткаченко, А.А. Бреусенко-Кузнецова, Плетки О.Т., Є.Є. Голубевої, С.Ю. Мельниченка, Л.В. Мови, Н.В. Артюхіної, Є.М. Морозової та ін., в корекції власної життєтворчості особистості раннього юнацького віку може допомогти саме арт-терапія, яка, в силу власної великої ресурсності, надає можливість у безпечному просторі відреагувати негативні емоції та почуття, перенавчитись взаємодії з оточуючими, проробити та випробувати програму нових ефективних дій із собою та довколишнім середовищем [2;3]. Саме ці позитивно напрацьовані простори у подальшому можуть стати формою дії особистості раннього юнацького віку - засобами творчої побудови і здійснення особистістю свого життя.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Від давнини людину хвилює питання, чи можна свідомо впливати на своє життя, творити його, змінювати свою долю. І позитивна відповідь активізує зусилля людини, спонукає її творчо будувати своє життя.

Предметом творчості людини є не тільки навколишній предметний світ, а й вона сама, її особисте життя і життя інших людей. Людське життя може здійснюватися або як стихійний процес, або як усвідомлено і творчо спрямований шлях. Розумність, як принцип побудови людського життя - не просто вища ступінь пізнавальної діяльності людини, здатність мислити, міркувати. Це духовно-моральна сила людини, яка зосереджує в собі її інтелектуальні, емоційно-вольові потенції, які відображають творчу природу і перетворюючу діяльність людини[7].

Питання життєтворчості, як особливої і вищої форми прояву творчої природи людини, як духовно-практичної діяльності особистості, спрямованої на творче проектування та здійснення нею життєвого проекту, знайшло відображення в багатьох соціально-психологічних концепціях. Найбільш помітними серед них є наступні: концепція життєвих прагнень (Ш. Бюлер); тематична структуралізації життя (К. Левін); теорія особистості як суб'єкта життя (С. Л. Рубінштейн); теми буття (Х. Том, В. Лери); концепція саморозвитку особистості (Г.С. Костюк); життєва програма особистості (Л.В. Сохань, І. А. Мавп, Н.І. Соболев); стратегії життя (К.А. Абульханова - Славська) [1;4;7].

Особистісний вибір є сутністю самовизначення особистості і одночасно атрибутом людського буття і служить відправним моментом для логіки розгортання подальших подій життя людини. Людина впливає не тільки на нинішні події, а й аналізує минулі і програмує майбутні. Ставлення особистості до свого життя, її самопочуття і задоволеність життям залежить від внутрішнього образу, званого подієюв картою життя, а саме того, яка подієва картина власного життя розгортається у свідомості особистості, як вона бачить цю картину, розуміє її, які акценти відрізняє в ній, що вважає головним, що другорядним.

Важливим компонентом життєтворчості особистості є перебудова себе, творчість себе, яка полягає в самовдосконаленні. Для усвідомлення свого призначення в житті людині, по-перше, необхідно пройти складний процес особистісного самоусвідомлення. По-друге, процес рефлексії вимагає від

особистості самопізнання. Саме єдність процесів самоусвідомлення і самопізнання забезпечує особистість функцією осмисленого конструювання власної життєдіяльності. Таким чином, людина стає творцем власної долі. Даний процес український соціолог Л.В. Сохань визначила як життєтворчість, яка є багатограним, багатовекторним явищем, що відбиває багатство і невичерпність життя [7].

Особливого значення ці питання набувають у ранньому юнацькому віці, коли поглиблюються та розширюються рефлексивні характеристики самосвідомості та відбувається самопізнання особистістю самої себе як активного суб'єкта своєї життєдіяльності, як суб'єкта власної життєтворчості. І найважливішим надбанням цього віку є відкриття свого внутрішнього світу [1]. Завдяки рефлексії юнаки набувають здатності заглиблюватись в себе, в свої переживання, усвідомлювати свої емоції не тільки як похідні від певних зовнішніх подій, а як стани власного Я [5].

Ранньому юнацькому віку, Еріксон приділяє велике значення, оскільки у ньому відбувається вирішення найбільшої кількості завдань, пов'язаних з проблемою формування ідентичності – запоруки «нормального», здорового, успішного розвитку особистості, здатної до власної життєтворчості [7]. Відчуття "я той, ким хочу бути сам" грає вирішальну роль в розвитку нормального почуття особистості раннього юнацького віку.

Вирішувати завдання попередження і корекції поведінкових і емоційних розладів, пов'язаних з проблемою формування ідентичності у представників раннього юнацького віку, розвитку у них комплексу психологічних навичок, необхідних для успішного соціального, творчого існування, допоможе впровадження арт-терапії в різних освітніх установах. За час свого існування арт-терапія асимілювала досягнення психологічної науки і практики, теоретичні розробки і прийоми різних напрямків психотерапії, досвід і стратегії образотворчого мистецтва, методи педагогіки, окремі уявлення теорії культури, соціології та інших наук. Вона продовжує активно розвиватися і в даний час, освоюючи нові області практичного застосування та збагачуючись ідеями завдяки об'єднанню з іншими науковими дисциплінами[6].

Завдяки своїй ресурсності методи арт-терапії мають значний здоров'язберігаючий та творчий потенціал. Про це свідчать сучасні дослідження Л. Галіциної, В. Костевич (Грудий), Л. Мови, І. Прейс, С. Курасової, Н. Артюхіної та інших практиків арт-терапевтів. Незважаючи на тісний зв'язок з лікувальною практикою, арт-терапія в багатьох випадках набуває переважно психопрофілактичну, соціалізуючу і розвиваючу спрямованість [2;3;6].

Основною метою застосування арт-терапії в системі освіти є сприяння процесу самопізнання, розширення власного досвіду, самовираження, внутрішньої інтеграції особистості (в різних її аспектах і компонентах) та інтеграції з зовнішньою реальністю (соціальною, культурною, етнічною). Все це надзвичайно важливо для розвитку й формуванню особистості раннього юнацького віку.

Мета статті – визначення впливу арт-терапії на розвиток життєтворчого потенціалу особистості раннього юнацького віку .

Дослідження проводилося у місті Одеса з жовтня 2016 року по березень 2017 року. Нами були опитані респонденти раннього юнацького віку, учні 10-11 класів загальноосвітніх шкіл міста. Тестування проводилось на базі майстерні

особистісного зростання й розвитку «Потік». У дослідженні взагалі брали участь 92 респондента: 50 дівчин та 42 юнака у віці 15-16 років. Умови дослідження були однакові для респондентів обох статей. Загальний час проходження методик склав приблизно півтори години. Кожному респонденту надався примірник питань (анкети) та бланк відповідей. Після проведення корекційно-розвивальної арт-терапевтичної роботи було проведено повторне тестування на предмет оцінки результатів арт-терапевтичної роботи щодо збільшення ресурсів для покращення процесу власної життєтворчості у респондентів раннього юнацького віку.

Відправною точкою нашого дослідження стало положення про те, що процес покращення власної життєтворчості особистості має на увазі роботу з механізмом творчості респондентів раннього юнацького віку. В якості опори ми узяли схему складових частин механізму творчості особистості, яка була запропонована В.В. Кліменко, а саме:

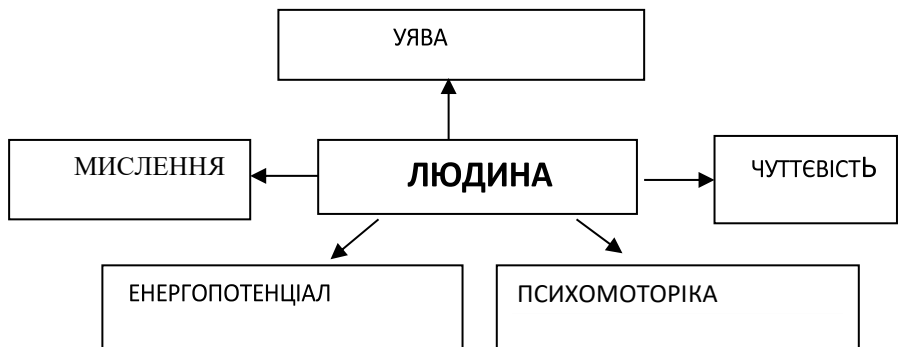


Рис. 1. Складові частини механізму творчості особистості В.В.Кліменко

Враховуючи те, що механізм творчості особистості - це неподільна цілісність, в якій його частини, його складові, можуть перебувати в трьох станах дієздатності, а саме - працювати разом, підсилювати один одного та вимикати один одного з активності, ми підбрали методики, які б могли надати нам можливість отримати емпіричні показники про вплив арт-терапії на розвиток життєтворчого потенціалу респондентів. Так, для досягнення мети дослідження нами було обрано наступний діагностичний інструментарій: методика дослідження самоставлення «МДС» С.Р. Пантелєєва, методика діагностики типу емоційної реакції на вплив стимулів довколишнього середовища, В. В. Бойко, методика дослідження самооцінки Т. Дембо – С. Рубінштейн у модифікації А.М. Прихожан, методика діагностики психологічних меж особистості Т.С. Леві, методи статистичної обробки даних.

Наше дослідження складалася з трьох етапів: I – визначення стану життєтворчого потенціалу респондентів; II - розробка арт-терапевтичної корекційно-розвивальної програми та її впровадження; III - оцінка результатів корекційно-розвивальної роботи.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. На першому етапі дослідження нами були отримані наступні результати щодо дослідження самоставлення респондентів, які свідчать про переважання у групі представників раннього юнацького віку середніх результатів. В особливостях самоставлення по всім факторам між дівчатами та юнаками значних відмінностей не виявлено. Показники загального середньогрупового суб'єкту також знаходяться в межах середніх значень.

Але, не зважаючи на середньогрупову картину нами було виявлено 16 респондентів, які за результатами дослідження потребують корекційно - розвивальної роботи бо мають підвищення по окремих шкалах методики. Ці респонденти були виділені нами у експериментальну групу. Особливої уваги привертають показники їх самовпевненості й конфліктності, які знаходяться у зоні високих значень, як у дівчат, так і у хлопців.

Діагностика типу емоційної реакції на вплив стимулів довколишнього середовища, за допомогою методики В. В. Бойко виявила, що переважна кількість респондентів раннього юнацького віку (49%) має ейфорійний тип емоційної реакції, коли фактори, що впливають на особистість юнаків - негативні, позитивні і амбівалентні - переробляються найчастіше в позитивну енергію, і потім вона породжує відповідні позитивні стани або надсилається зовні - на активні дії, на партнерів. 38% респондентів раннього юнацького віку мають рефрактерну активність спрямовану усередину. Це говорить про те, що їхня емоційна система сприйняття пасує перед різними енергетичними впливами - позитивними, негативними і амбівалентними. При цьому вони «застрягають» в особистості, залишаються у вигляді переживань неприємного осадку, роздумів, прихованого смутку, злості. 12% респондентів раннього юнацького віку здійснюють дисфорійну активність, спрямовану зовні. При домінуванні дисфорійної формули позитивні і негативні стимули зводяться до негативних переживань, коли емоційна система в цілому настроєна на негативні стимули, на негативні поведінкові акти і психічні стани, спрямовані на навколишнє середовище. І тільки 1 респондент (0,43%) раннього юнацького віку продемонстрував пасивне реагування, що означає схильність реагувати на багато явищ спокійно, не надаючи їм особливого значення.

З нашої точки зору корекційно – тренувальної роботи потребують, згідно за даною методикою, респонденти, що мають *рефракторний та дисфорійний типи активності*. Виходячи з результатів дослідження – це майже 50% респондентів загальної вибірки.

Дослідження самооцінки й рівня домагань респондентів раннього юнацького віку за методикою Т. Дембо – С. Рубінштейн показало помірність самооцінки юнаків загальної вибірки, коли респонденти ставлять завдання, які можуть досягти, реально дивляться на речі. Але були деякі показники, які вказували на наявність конфлікту коли юнаки низько оцінюють себе, а рівень домагань є занадто високий. Це стосується шкал «Зовнішність», «Вміння багато робити своїми руками, умілі руки», «Впевненість у собі» та «Характер». Ми вважаємо, що саме ці домагання свідчать про основні потреби юнацького віку, де респонденти відчувають свою вразливість.

Дослідження показало, що респонденти чоловічої статі найбільш високо

оцінюють свої розум і здібності. Ця оцінка трохи завищена. Друге місце приділяється вмінню робити щось своїми руками, на третє місце виходить показник «авторитет у однолітків». Більш низько хлопці оцінюють власний характер, зовнішність та впевненість у собі. Більш емпатичні, відкриті до взаємодії з іншими людьми, дівчата, які «розуміють і приймають», не ставлять на перше місце інтелектуальне зростання, не надають йому того істотного значення, як хлопці. Мабуть, вони більш орієнтовані на інтуїтивне світосприйняття, ніж на логічне. На першому місці у них впевненість у собі, на другому – зовнішність, а на третьому – авторитет у однолітків. Різниця між зазначеними параметрами досить незначна, але самі показники наближуються до верхньої межі реалістичної (адекватної) самооцінки. З нашої точки зору це свідчить про те, що дівчатка надають найбільшу перевагу саме цим характеристикам. Також дівчатка, у порівнянні з юнаками більш високо оцінюють власний характер. Найнижчий показник у дівчат стосується вміння багато робити своїми руками. Отже, отримані результати свідчать про достовірність даних гендерної психології про превалювання у юнаків логічного мислення, а в дівчат емоційного сприйняття та образного мислення.

Також були отримані дані, які вказували на те, що у респондентів, які потребують корекційно - розвивальної арт-терапевтичної роботи по підвищенню життєтворчого потенціалу відзначається нереалістичне, некритичне ставлення до власних можливостей, що в свою чергу свідчить про те, що респонденти раннього юнацького віку низько оцінюють себе, а рівень домагань мають занадто високий.

Дослідження психологічних меж особистості за методикою Т.С. Леві показало, що у групі респондентів раннього юнацького віку найбільшою мірою виражена віддаюча функція меж особистості, в найменшій - спокійно-нейтральна. Тобто респонденти в більшості своїй вважають за краще виражати себе при наявності адекватних умов, контактувати з навколишнім середовищем. Але при цьому вони мають деякі ускладнення з проявом себе серед оточуючих, що в свою чергу стримує активну взаємодію зі світом «тут і тепер» в разі аналогічного стану світу. Респондентам заважають емоційні розлади. З нашої точки зору це може бути пов'язано з внутрішньою конфліктністю, з тим, що респонденти відчують ще крихкість власного «Я», своїх принципів і переконань і прагнуть звести до мінімуму можливі загрози для них.

Порівняння значень середньогрупових суб'єктів, отриманих в групі дівчат і юнаків показали, що у юнаків більш розвинені неупускаюча, вбираюча і спокійно – нейтральна функції меж особистості. Їм простіше взаємодіяти з оточуючими спокійно і нейтрально, ніж більш емоційним дівчаткам. Виражена вбираюча функція у юнаків говорить про їхню здатність бути більш активними в задоволенні своїх потреб. Таким чином, вже в ранньому юнацькому віці починає формуватися маскулітний симптомокомплекс, характерний для дорослої чоловічої вибірки, що виявляється в вираженості неупускаючої, вбираючої та спокійно –нейтральної функцій психологічних меж особистості.

У дівчат краще ніж у юнаків розвинуті проникна й віддаюча функції меж особистості. Виявлені відмінності у показниках спокійно-нейтральної функції меж особистості між юнаками й дівчатками раннього юнацького віку можна пояснити більшою емоційною лабільністю дівчат, а також впливом існуючих у соціумі

установок, які припускають хлопцям більш самостійну, впевнену й активну поведінку у соціумі.

II етап – корекційно-розвивальна робота з арт-терапії. На підставі результатів, отриманих на першому етапі дослідження, нами була виділена експериментальна група респондентів (16 осіб: 10 дівчат та 6 юнаків), яка взяла участь в арт-терапевтичному експерименті, спрямованому на розвиток життєтворчого потенціалу особистості. Основна корекційно-розвиваюча робота була спрямована на усвідомлення респондентами власних ресурсів, на розвиток впевненості в собі, на розвиток самоприйняття і формування оптимальної взаємодії з собою і навколишнім світом. Формуючий експеримент тривав протягом 2 місяців. Для розвитку життєтворчого потенціалу представників раннього юнацького віку нами була розроблена спеціальна мультимодальна арт-терапевтична програма, яка складалася з використання різних арт-терапевтичних вправ, виходячи з різних арт-терапевтичних напрямків. У розробленій нами системі використовувалися арт-техніки, а також власні авторські техніки, спрямовані на розвиток саморегуляції в системі «Я-СВІТ». Підбірка технік здійснювалася відповідно до завдань розвиваючої роботи. Основними засобами розвитку життєтворчого потенціалу особистості раннього юнацького віку виступали рух, танцювальна імпровізація, спрямована уява, арт-техніки (малюнок, колаж, ліплення з глини), робота з диханням і медитація. Принциповим моментом побудови такої роботи було комплексне використання технік, що задіюють різні модальності сприйняття - кінесіку, колір, форму, звук.

Заняття проходили 1 раз на тиждень по 6 годин на базі майстерні особистісного росту й розвитку «Потік». В цілому було здійснено 54 години корекційно - розвивальної арт-терапевтичної роботи.

III етап дослідження. На підставі проведеної корекційно – розвивальної роботи з арт-терапії нами були отримані наступні дані про динаміку середніх значень самовідношення у респондентів експериментальної групи раннього юнацького віку. Так в ході корекційної роботи у середньогрупового суб'єкту відзначається підвищення показників за рядом факторів. В зоні значущості змін ($U_{Eмп} = 0, p \leq 0.01$) опинилися показники: «відкритості», «самовпевненості», «самокерування», «самоприйняття», «самоприхильності», «внутрішньої конфліктності», «самозвинувачення». З нашої точки зору дані обставини можуть свідчити про покращення усвідомлення респондентами власних ресурсів, про розвиток впевненості в собі, про розвиток самоприйняття і покращення оптимальної взаємодії з собою і навколишнім світом. В зоні незначущості змін опинились показники: «дзеркальне Я» ($U_{Eмп} = 2, p \leq 0.01$) та «самоцінність» ($U_{Eмп} = 1.5, p \leq 0.01$), хоч за даними показниками теж відзначається позитивна динаміка. Вважаємо, що значущість змін буде більшою при більшому часі корекційної роботи. Порівняння з даними контрольної групи за допомогою критерію t-Ст'юдента, надало можливість констатувати, що отримані емпіричні значення t при $p \leq 0.01$ знаходяться у зоні значущості по факторах: «відкритість» ($t_{Eмп} = 8.9$), «самокерування» ($t_{Eмп} = 7$), «самоцінність» ($t_{Eмп} = 5.4$), «внутрішня конфліктність» ($t_{Eмп} = 7$), «самоприйняття» ($t_{Eмп} = 12.5$), самоприхильність» ($t_{Eмп} = 8.9$), «самозвинувачення» ($t_{Eмп} = 4.3$). Все це указує на позитивні наробки респондентів експериментальної групи, щодо розширення потенціалу для власної

життєтворчості. За фактором «самовпевненість» ($t_{\text{Емп}} = 1.8$) отримане емпіричне значення знаходиться у зоні незначущості, а отримане емпіричне значення за фактором «дзеркальне Я» ($t_{\text{Емп}} = 3$) знаходиться у зоні невизначеності. Тут суттєвих відмінностей між групами визначено не було.

Дані про динаміку типу емоційної реакції на вплив стимулів довколишнього середовища учасників експериментальної групи до і після формуючого експерименту, свідчать про те, що якщо серед представників експериментальної групи (16 осіб, 100%) на початку корекційно-розвивальної арт-терапевтичної роботи було 13 осіб (81%), що мають рефрактерну активність, спрямовану всередину і 3 респондента (19%) з дисфорійною активністю, спрямованою зовні, то по закінченні корекційної роботи серед респондентів з рефрактерною активністю залишилось 3 особи (19%). 3 респондента (19%) експериментальної групи з початкової дисфорійної активності перейшли на енергозберігаючий стиль поведінки типу «пасивне реагування», а 10 респондентів (63%) з групи «рефрактерна активність, спрямована всередину» перейшли до групи «ейфорійна активність, спрямована зовні», коли фактори, що впливають на особистість юнаків - негативні, позитивні і амбівалентні - переробляються найчастіше в позитивну енергію, і потім вона породжує відповідні позитивні стани або надсилається зовні - на активні дії, на партнерів. В даному випадку ми можемо говорити про позитивну динаміку змін типу емоційної реакції на вплив стимулів довколишнього середовища учасників експериментальної групи, що також позначається на позитивних змінах у масштабі усієї вибірки респондентів раннього юнацького віку. Так, у порівнянні з першим етапом дослідження здійснилося підвищення показників загальної вибірки за шкалою «ейфорійна активність, спрямована зовні» на 14%, а за шкалою «пасивне реагування» - на 8,6%, й пониження показників за шкалами «рефрактерна активність, спрямована всередину» - на 15% і «дисфорійна активність, спрямована зовні» - на 7%. Такі обставини, з нашої точки зору, є потенційно сприятливішими щодо більш активного функціонування представників експериментальної групи у довколишньому середовищі, що також може вказувати на розширення їх потенціалу життєтворчості.

Дані про підвищення самооцінки у досліджуваних, отримані за допомогою методики Т. Дембо - С. Рубінштейн свідчать про позитивну динаміку самооцінки респондентів експериментальної групи, яка відбулася в ході корекційно - розвивальної арт-терапевтичної роботи, не зважаючи на те, що отримане емпіричне значення $U_{\text{Емп}} = 6,5$ при $p \leq 0.01$ знаходиться у зоні невизначеності. Це також можна пояснити короткістю арт-терапевтичної роботи. Отже, ми бачимо позитивну динаміку, але респонденти потребують подальшої корекційно - розвивальної роботи, що й було відзначено у матеріалах, які були представлені до уваги шкільних психологів та класних керівників.

Дані про розвиток функцій психологічних меж учасників експериментальної та контрольної груп до і після формуючого експерименту, отримані за допомогою методики Леві «Психологічні межі» свідчать про те, що показники контрольної групи залишаються практично незмінними, в той час як у експериментальній групі відзначається виражена позитивна динаміка. Особлива розбіжність між експериментальною і контрольною групами спостерігається в

показниках по спокійно-нейтральній функції, яка є базовою функцією, що означає як би готовність до контакту або відходу з нього, до швидкого включення будь-якої функції. Розвиток цієї функції спирається на усвідомлення людиною власного ресурсу, впевненості в собі і самоприйнятті і представляється, з нашої точки зору, надзвичайно важливим для здійснення процесу життєтворчості особистості. У зв'язку з цим настільки суттєві позитивні зміни за цією шкалою є для нас особливо значущими.

Результати аналізу статистичної значущості приросту показників розвитку функцій психологічних меж учасників розвиваючої групи показали, що по п'яти функцій з шести існують значущі відмінності в прирості показників між експериментальною і контрольною групами: активно вбираюча межа ($t_{\text{Емп}} = 4,21$, $p < 0,001$), спокійно-нейтральна межа ($t_{\text{Емп}} = 3,28$, $p < 0,01$), активно віддаюча межа ($t_{\text{Емп}} = 3,06$, $p < 0,01$), повністю проникна межа ($t_{\text{Емп}} = 2,49$, $p < 0,05$), активно не пропускаюча межа ($t_{\text{Емп}} = 2,40$, $p < 0,05$). Значущих відмінностей не спостерігається по функції «активно стримуюча межа». Даний факт, на наш погляд, пояснюється наступними причинами. Для багатьох учасників експериментальної групи було набагато легше стримати свої емоції, ніж дозволити собі бути спонтанними, сказати «ні», довіритися і відкритися в спілкуванні, заявити про свою потребу. Вони вмilo приховували невдоволення, незадоволеність, гнів і також були скупі в прояві теплих почуттів, часто вважаючи їх недоречними. Внутрішня енергія концентрувалася на стримуванні, в процесі тренінгу було важливо спрямувати цю енергію на роботу інших функцій межі.

Таким чином, на основі статистичного аналізу доведена ефективність використання арт-терапевтичних технік, а саме танцювально-рухових, для розвитку психомоторики, як складової механізму творчості особистості, і функцій психологічної межі респондентів раннього юнацького віку. Динаміка психологічних меж залежить від їх вихідного стану і має тенденцію змінюватися в бік, сприятливий по відношенню до цього стану.

Якісний аналіз індивідуальних випадків показав, що в процесі корекційно-розвивальної роботи з арт - терапії відбувається вирішення актуальних особистісних завдань учасників, розширення потенціалу їх можливої життєтворчості.

Висновки. Проведене дослідження розвитку життєтворчого потенціалу особистості раннього юнацького віку засобами арт-терапії доводить, що навчання життєтворчості повинно починатися як можна раніше, оскільки позитивно напрацьовані емоційні простори в подальшому становляться формою дії людини. Особливу увагу слід приділити ранньому юнацькому віку, коли відбувається своєрідний перехід від дитячого до дорослого стану, від незрілості до зрілості. Мистецтво, як потужний фактор впливу на особистість, здатне допомогти сформувати арт-терапевтичну культуру представників раннього юнацького віку, яка розуміється як культура використання ними отриманих арт-терапевтичних знань, умінь і навичок в процесі власної життєтворчості. Корекційно - розвивальна робота з арт-терапії є ефективним засобом оптимізації психологічних меж особистості, покращення самоприйняття, покращення психоемоційних станів, усвідомлення людиною власного ресурсу, розвитку впевненості в собі, тобто активно сприяє розширенню потенціалу особистісної життєтворчості.

Перспективи подальшого дослідження мають полягати у впровадженні прийомів арт-терапії у загальноосвітні заклади в якості інструмента розвитку певних психологічних і особистісних якостей. Арт-терапія може підвищувати оперативність психологічних утручань і тим самим посилювати профілактичну спрямованість роботи з підростаючим поколінням, навчаючи засобам підвищення якості власного життя.

Список використаної літератури

1. Абульханова - Славская К. А. Активность и жизненная позиция личности. М., 1988. - 341 с.
2. Артюхина Н.В. Опыт развития и трансформации личности посредством творческой самореализации. Вісник Чернігівського державного педагогічного університету, Випуск № 59, Том 1, Серія; Психологічні науки, Чернігів, 2008, С. 26-31.
3. Вознесенська О.Л., Мова Л.В. Арт-терапія в роботі практичного психолога: використання арт-технологій в освіті. – К.: Шкільний світ, 2007. – 120 с.
4. Леонтьев Д. А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности // Психологический журнал. - 2000. - Т. 21. - № 1. - 125 с.
5. Миславский Ю.А. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте. — М.: Педагогика, 1991.—152 с.
6. Никитин В. Н. Арт-терапия: Учебное пособие. – М.: Когито-Центр, 2014. –330 с.
7. Сохань Л.В. Искусство жинетворчества. Предназначение. Жинетворчество. Судьба: Социологические очерки, социально-психологические эссе, интервью, глоссарий / Л. В. Сохань. – К.: Издательский Дом Дмитрия Бурого, 2010. – 576 с.

Транслітерація

1. Abul`xanova - Slavskaya K. A. Akty`vnost` y` zhy`znennaya pozy`cy`ya ly`chnosty`. М., 1988. - 341 s.
2. Artyuxu`na N.V. Opyt razvy`ty`ya y` transformacy`y` ly`chnosty` posredstvom tvorcheskoj samorealy`zacy`y`. Visnyk Chernigivs`kogo derzhavnogo pedagogichnogo universy`tetu, Vy`pusk # 59, Tom 1, Seriya; Psy`xologichni nauky`, Chernigiv, 2008, S. 26- 31.
3. Voznesens`ka O.L., Mova L.V. Art-terapiya v roboti prakty`chnogo psy`xologa: vy`kory`stannya art-texnologij v osviti. – K.: Shkil`ny`j svit, 2007. – 120 s.
4. Leont`ev D. A. Psy`xology`ya svobody: k postanovke problemy samodeterny`nacy`y` ly`chnosty` // Psy`xology`chesky`j zhurnal. - 2000. - T. 21. - # 1. - 125 s.
5. My`slavsky`j Yu.A. Samoregulyacy`ya y` akty`vnost` ly`chnosty` v yunosheskom vozraste. — М.: Pedagogy`ka, 1991.—152 s.
6. Ny`ky`ty`n V. N. Art-terapy`ya: Uchebnoe posoby`e. – М.: Kogy`to-Centr, 2014. –330 s.
7. Soxan` L.V. Y`skusstvo zhy`znetvorchestva. Prednaznachenye. Zhy`znetvorchestvo. Sud`ba: Socy`ology`chesky`e ocherky`, socy`al`no-

Артюхина Н.В.

Развитие жизнетворческого потенциала личности юношеского возраста

В статье приведены результаты исследования развития жизнетворческого потенциала личности юношеского возраста средствами арт-терапии. Рассматривается мнение о том, что жизнетворчество, как деятельность личности, направленная на проектирование, планирование, программирование и творческое осуществление человеком своей индивидуальной жизни, имеет большое значение для развития и формирования развитой индивидуальности, объектом творческих деяний которой является ее собственное бытие. Также рассматривает мнение о том, что творческий подход к формированию и развитию подрастающего поколения делает актуальными эти вопросы в юношеском возрасте, поскольку именно в нем происходят резкие, качественные изменения, которые касаются всех сторон развития личности, формируется ее самовосприятие и самоотношение, на основании которых в дальнейшем формируются личностные отношения с миром.

Ключевые слова: *личность, жизнетворчество, жизнетворческий потенциал, ресурсность, арт-терапия, юношеский возраст.*

Artyukhina N.V.

The development of lifecreativity potential of a person in adolescence

The article presents the results of a study of the development of the lifecreation potential of a person in adolescence using art - therapy. An opinion is considered that lifecreation, as an activity of the individual, aimed at designing, planning, programming and creative realization by a person of his individual life, has a great importance for the formation of a developed individuality whose object of creative deeds is her own being. Also considers the view that the creative approach to the formation and development of the younger generation makes these issues urgent in youth, because it is time where sharp and qualitative changes occur that affect. This changes concern all aspects of personal development, they are formed its self-perception and self-relation and personal relationships with the world.

Key words: *personality, lifecreation, lifecreation, potential, resource, art-therapy, adolescence.*

Артюхіна Наталія Вікторівна – кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної психології і психології розвитку особистості, Інститут математики, економіки і механіки, Одеського національного університету імені І. І. Мечникова.