

УДК 008:379.82:159.954

**Олійник Оксана Олексіївна,**  
*кандидат психологічних наук, доцент кафедри культурології  
Київського національного університету культури і мистецтв*  
okleons@mail.ru

## ПСИХОЛОГІЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ У СФЕРІ ДОЗВІЛЛЯ

У статті окреслено особливості психологічних технологій в дозвіллевій діяльності людини, розкрито основні їхні функції. Виділено й схарактеризовано окремі психологічні технології, представлено специфіку їхнього використання в індивідуальних і групових формах організованого, спонтанного та домашнього дозвілля. Визначено роль психологічних технологій у зміцненні фізичного, культурного та психічного здоров'я, в оптимізації психічних станів, творчому самовираженні людей різного віку, професії, соціального статусу, рівня інтелектуального розвитку.

*Ключові слова:* психологічні технології, організоване і домашнє дозвілля, творче самовираження.

**Олейник Оксана Алексеевна,**  
*кандидат психологических наук, доцент кафедры культурологии  
Киевского национального университета культуры и искусств*

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ В СФЕРЕ ДОСУГА

В статье очерчены особенности психологических технологий в досуговой деятельности человека, раскрыты основные их функции. Выделены и охарактеризованы отдельные психологические технологии, представлена специфика их использования в индивидуальных и групповых формах организованного, спонтанного и домашнего досуга. Определена роль психологических технологий в укреплении физического, культурного и психического здоровья, в оптимизации психических состояний, творческом самовыражении людей разного возраста, профессии, социального статуса, уровня интеллектуального развития.

*Ключевые слова:* психологические технологии, организованный и домашний досуг, творческое самовыражение.

**Oliynyk Oksana,**  
*Ph.D. in Psychology, Associate Professor of Department of Cultural Studies  
of the Kyiv National University of Culture and Arts*

## PSYCHOLOGICAL TECHNIQUES IN THE FIELD OF LEASURE

The article outlines special aspects of psychological techniques within leisure activities and reveals their main functions. Separate psychological techniques are emphasized and characterized, specific character of their application is represented in relation to organized, spontaneous and home leisure activities of groups and individuals. Psychological techniques are evaluated pertaining to promotion of physical, cultural and psychological health, optimization of mental states, creative self-expression of persons of different age, profession, social status, intelligence.

Leisure is a set of classes that perform the function of restoring physical and mental strength of personality. The main functions of psychological technologies are: catharsis – cleaning, the release of negative emotions and feelings; regulation – removing mental stress, psychosomatic regulation processes, modeling positive emotional state; communication and reflection – communicative skills development and skills formation adequate interpersonal interaction, the development of self-esteem and self-respect.

In group psychological forms of entertainment technology can develop valuable social skills, contribute to overcoming communication barriers, develop the ability to perform mutual, acquire new roles and be latent personality that fosters personal identity.

Speech creativity – one of the psychological technologies, which refers to the ability for a short time to find the most accurate and effective speech means for effective communication with the person of any age, intellectual level, material and social status. This technology is also seen as a person's ability to easily and freely argue their point of view, to influence others, to show leadership.

One of the leading cognitive mental processes that promotes human creativity is imagination, the mechanism of which is used in creative visualization.

Music therapy improves emotional state, relieve psychophysiological stress, concentration, free expression rights, sound identity, helps her to feel his desire for improvisation.

Wide use in various types and forms of leisure has become expressive therapy, which involves the use of expressive means and opportunities for personal development.

Elements of pictorial therapy is widely used in collaging. Collage is widely used in individual and group forms of organized and home entertainment. The process of creating a collage is the most interesting for older preschoolers (5-6 years), because it creates the conditions for the creative activity of children and contributes to their mental and physical relaxation.

Strong opportunities for personal development and creativity gives puppet therapy. It should be used in individual and group forms of organized leisure activities (children's clubs making soft toys, puppet theater) and during home entertainment (family entertainment, role-playing games, making dolls for New Year and Christmas holidays).

His originality draws attention to the use of cultural and leisure activities of make-up therapy. It is a means of organizing the internal dialogue between the conscious and unconscious personality, widely used in group organized leisure (theater performances, masquerades, akvagram for mass recreational activities, including the City Day, Independence Day, football matches, etc.) in a group home leisure (friendly parties, family celebrations).

His simplicity and charm interest the people of different ages fairytale therapy, which is used individually (interpretation, creation tale by one person) and group (collective creation tales) organized forms (competitive programs during mass events) and home entertainment (a party, family entertainment).

Using psychological technologies in individual and group forms of organized, home entertainment and spontaneous not aimed at making high-quality product world culture. The main objective is to use lifting mental stress, create a favorable atmosphere for health promotion, formation of positive emotions, free expression of people of all ages, professional affiliation, social status and material and intellectual level of the help available to them various materials and tools: words, imagination, paper, paint, clay, dough, music, dance, fairy dolls and more.

*Key words:* psychological techniques, organized and home leisure activities, creative self-expression.

**Постановка проблеми.** Стрімкі соціально-економічні і політичні зміни в сучасному суспільстві, інформаційне перенавантаження, інтенсивна професійно-трудова зайнятість призводять до психічного виснаження, виникнення ряду психосоматичних захворювань людини. Відповідно, актуальною є проблема відпочинку, оптимальної організації та регулювання вільного часу людей різного віку, соціального і професійного статусів.

Регулювання вільного часу має враховувати особистісні ресурси і можливості, здійснюватися з метою зняття напруги і зміцнення фізичного, культурного та психічного здоров'я людини. Чільне місце в цьому процесі посідають психологічні технології, які характеризуються доступністю у використанні та ефективністю в різних видах і формах дозвілля.

**Аналіз досліджень та публікацій.** Дослідження окремих психологічних технологій та особливості їх застосування представлені в роботах сучасних психологів і психотерапевтів. Характеристика основних технік арт-терапії та їх аналіз здійснено в наукових працях психологів Л. Д. Лебедевої, О. В. Тараріної, їх психотерапевтичні властивості доведено в експериментальних дослідженнях І. Г. Малкіної-Пих [3; 4; 7].

Проблема організації дозвілля висвітлюється в роботах сучасних культурологів О.В. Панфілової, І.В. Петрової [5; 6]. Так, О.В. Панфілова визначає дозвілля як сукупність занять, що виконують функцію відновлення фізичних і психічних сил особистості [5, с. 278-279]. Рациональне використання вільного часу та його вплив на розвиток особистості, її фізичну, емоційну й інтелектуальну сфери життєдіяльності представлено в працях сучасного українського психолога В.Й. Бочелюка [1].

**Мета статті** – на основі теоретичного аналізу виділити і охарактеризувати основні психологічні технології, визначити доцільність їх використання в дозвіллевій діяльності людей різного віку, професії, соціального і сімейного станів.

**Виклад основного матеріалу.** Результати досліджень психологічних технологій в процесі дозвіллевої діяльності та наш практичний досвід дають змогу виділити основні їх функції:

- катарсична – очищення, звільнення від негативних емоцій та переживань;
- регулятивна – зняття нервово-психічної напруги, регулювання психосоматичних процесів, моделювання позитивних психоемоційних станів;
- комунікативно-рефлексивна – розвиток комунікативних умінь та навичок, формування адекватної міжособистісної взаємодії, розвиток самооцінки та самоповаги [7, с. 3].

Важливо відмітити, що психологічні технології характеризуються рядом особливостей, що сприяють їх вільному використанню в дозвіллі. Зокрема, О.І. Копитін виділяє такі з них: кожна людина, незалежно від віку, професії, соціального статусу і культурного досвіду, може використовувати психологічні технології в своєму дозвіллі, які не вимагають від неї спеціальних здібностей до образотворчої діяльності або художніх навичок; психологічні технології є засобом переважно невербального спілкування, що робить їх особливо цінними для людей, які недостатньо добре володіють мовленням або, навпаки, активно пов'язані з мовним спілкуванням; психологічні технології є потужним засобом зближення людей, налагодження контактів; психологічні технології сприяють вільному самовираженню і самопізнанню, передбачають атмосферу довіри, високої терпимості і уваги до внутрішнього світу людини; використання психологічних технологій в дозвіллі переважно викликає у людей позитивні емоції, допомагає долати апатію і безініціативність, формувати більш активну життєву позицію; психологічні технології засновані на мобілізації творчого потенціалу людини, потребі в самоактуалізації – розкритті широкого спектру можливостей людини [2, с. 7–12; 7, с. 6–7].

Аналіз представлених особливостей психологічних технологій дозволяє стверджувати про їх доступність, широкий спектр використання в різних видах і формах дозвілля. Так, використання психологічних технологій в групових формах дозвілля сприяє подоланню відчуженості, допомагає вирішенню міжособистісних проблем, оскільки група полегшує процеси самовираження, саморозкриття, самодослідження і самопізнання особистості. У групових формах дозвілля психологічні технології дозволяють розвивати цінні соціальні навички, сприяють подоланню комунікативних бар'єрів, розвивають уміння здійснювати взаємопідтримку, засвоювати нові ролі і проявляти латентні якості особистості, що сприяє зміцненню особистісної ідентичності [7, с. 46–48].

На нашу думку під час організованого, спонтанного та домашнього дозвілля доцільним є використання таких психологічних технологій: мовленнєва креативність, креативна візуалізація, музична терапія, танцювально-рухова терапія, образотворча терапія, колаж, глинотерапія і тістопластика, гримотерапія, лялькотерапія, казкотерапія. Охарактеризуємо означені психологічні технології, які доцільно використовувати в сфері дозвілля для зняття емоційної

напруги, організації й регулювання вільного часу, розвитку креативності особистості.

*Мовленнєва креативність* – одна з психологічних технологій, під якою розуміють здібність за короткий термін знаходити максимально точні та ефективні мовленнєві засоби для результативного спілкування з людиною будь-якого віку, інтелектуального рівня, матеріального і соціального статусу. Дана технологія також розглядається як здатність людини легко і вільно аргументувати свою точку зору, впливати на оточуючих, проявляти лідерські якості. Це, в свою чергу, сприяє розвитку пізнавальних психічних процесів, підвищенню самоповаги, самооцінки, якості життя людини [7, с. 11].

Мовленнєва креативність стимулює розвиток інтелектуальних здібностей, комунікативних навичок, впевненості в собі, зменшує страх публічних виступів. Її доцільно використовувати в групових формах організованого дозвілля (конкурси), спонтанного та домашнього дозвілля (сімейні свята, дружні вечірки).

Одним з провідних пізнавальних психічних процесів, що сприяє розвитку креативності людини, є уява, механізм роботи якої використовують у *креативній візуалізації*. Означена психологічна технологія передбачає індивідуальну і групову форми активності людини, які надають великих можливостей для усвідомлення і проживання людиною причин власних негативних станів і позбавлення від них, залучення до діалогу і отримання зворотного зв'язку; є способом використання природної сили уяви, роль якої полягає у створенні чіткого образу бажаного результату [4, с. 531].

Для використання у дозвіллі креативної візуалізації необхідно мати бажання збагатити свої знання і практичний досвід та бути відкритим для отримання нової інформації. Креативна візуалізація, зазвичай, проводиться у чотири етапи:

- постановка мети;
- створення чіткої мисленнєвої картини – візуалізація бажаного предмету або ситуації;
- систематичне зосередження на мисленнєвій картині – учаснику дається завдання частіше уявляти свою мисленнєву картину, доки вона не стане невід'ємною частиною його життя, але робити це легко і невимушено;
- формування позитивних установок та думок [4, с. 532].

У процесі використання креативної візуалізації важливим є уміння розслаблятися, яке виступає важливою умовою для зняття напруги і тривоги, формування і підтримки міцного здоров'я людини. Основний принцип креативної візуалізації полягає в залежності фізичного здоров'я від емоційного, розумового і психічного здоров'я. Всі ці рівні взаємопов'язані і хвороби тіла завжди є відображенням конфлікту або дисгармонії на інших рівнях [4, с. 533].

Позитивну роль в організованому дозвіллі (культурно-дозвіллеві заходи для людей різного віку, зокрема, День молоді) і домашньому дозвіллі (вишивання, малювання, читання художньої літератури) відіграє використання музичних творів. Зокрема, прослуховування готових музичних творів (вдома, під час відвідування консерваторії, філармонії, театру), створення частини музич-

ного твору і самостійне створення музичного твору (спонтанне, домашнє дозвілля) має цілющі властивості і здійснює сприятливий вплив на психоемоційний і фізичний стани людини [7, с. 71].

*Музична терапія* сприяє покращенню емоційних станів, зняттю психофізіологічної напруги, концентрації уваги, вільному самовираженню людини, звуковій самоідентифікації, допомагає їй відчувати своє прагнення до імпровізації. Так, завдяки звуковій самоідентифікації людина трансформує внутрішній психічний простір. Це зумовлює підвищення самооцінки, розвиток її адекватності, самоприйняття і самоповаги, упевненості в собі, толерантне ставлення до інших [7, с. 75–76].

Отже, музична терапія може широко використовуватися в індивідуальних та групових формах організованого, спонтанного і домашнього дозвілля людей різних вікових категорій, професійного та соціального статусу; сприяє покращенню їх психоемоційних станів і розвитку творчих здібностей.

Тісний зв'язок з музичною терапією має інша психологічна технологія – *танцювально-рухова терапія*. Вона також може використовуватися в індивідуальній та груповій формах організованого (дискотека, школа танців), спонтанного і домашнього дозвілля (сімейні свята, дружні вечірки) і сприяє вирішенню проблем, пов'язаних з міжособистісними стосунками, особистими тривогами і страхами людини, нерозумінням і неприйняттям себе [2; 4, с. 565].

Танцювально-рухова терапія виконує ряд завдань, зокрема, сприяє покращенню фізичного та емоційного станів людини, розвитку її моторних функцій; підсилює почуття власної гідності в людини шляхом вироблення у неї позитивного образу власного тіла (при надмірній вазі, фізичних вадах тощо), оскільки танець дозволяє зробити образ свого тіла більш привабливим, що сприяє створенню позитивного образу «Я» людини; розвиває в людей соціальні навички спілкування та вираження власних емоцій за допомогою набуття «танцювального» досвіду; допомагає людині налагодити контакт з її власними почуттями шляхом встановлення зв'язку між почуттями і рухами.

При творчому підході танець набуває експресивності, яка дозволяє вивільнити придушені почуття, дослідити приховані конфлікти, що часто є джерелом внутрішньої напруги; сприяє розвитку уміння людини організувати власний простір, оскільки це єдина техніка, де використовується великий обсяг вільного простору [4, с. 567–568].

Важливо відмітити, що використання танцювально-рухової терапії в групових формах організованого і спонтанного дозвілля сприяє розвитку емпатії в їх учасників. Емпатія в танцювально-руховій терапії виражається в основному на фізичному рівні. Людина демонструє співпереживання і співчуття, дзеркально відображаючи рухи партнера в танці. Повторюючи і посилюючи рухи, кожен учасник усвідомлює власні почуття через зворотній візуальний зв'язок. Рухова поведінка розширюється в танці, допомагає усвідомленню конфліктів і бажань, сприяє проживанню негативних почуттів і звільненню від них. Організатор (ведучий) допомагає привести процес руху до завершення за допомогою вербального зворотного зв'язку. Це сприяє інтеграції когнітивної (образ-Я), емоційно-оцінної (самооцінка, самоприйняття, самоповага) та поведінкової (фізичної)

складових «Я-концепції» людини [4, с. 569]. З проведеного нами аналізу видно, що танцювально-рухова терапія сприяє розвитку самоприйняття та самовираження особистості, ефективної міжособистісної взаємодії; стимуляції і розвитку творчого потенціалу людини; звільненню від негативних емоцій та комплексів.

Широкого використання в різних видах і формах дозвілля набула *образотворча терапія*, яка передбачає використання образотворчих засобів і можливостей для особистісного розвитку людини. Застосування технік образотворчої терапії дозволяє людині відчувати і зрозуміти саму себе, вільно висловити свої думки і почуття, звільнитися від негативних емоцій, досягти стану внутрішнього комфорту. Не менш важливим є те, що малювання розвиває чуттєво-рухову координацію, сприяє розвитку зору, мислення і мовлення. Зокрема, техніку малювання жестами доцільно використовувати в індивідуальних і групових формах спонтанного і домашнього дозвілля. Вона допомагає розвивати спонтанність дій і почуттів, творче бачення подій, сприяє набуттю внутрішньої розкутості [2; 3; 7, с. 23–45].

При використанні технік образотворчої терапії в індивідуальному спонтанному дозвіллі людина з «художника» перетворюється на «глядача», дистанціюється від своїх переживань, ніби спостерігає їх збоку [4, с. 519]. Це сприяє розвитку рефлексії власних психічних станів. Так, техніка «розповідання в картинках» допомагає розглянути свій стан або певну проблему в динаміці, відтворити послідовність обставин і вчинків. Людина сама формує своє ставлення до подій і може змінити це ставлення. Дана техніка є найбільш актуальною і цінною для людей, що мають проблеми з вербальним описом подій і почуттів [4, с. 519].

У процесі проведення групової форми організованого дозвілля образотворча терапія дозволяє конструктивно вирішувати міжособистісні конфлікти і допомагає в досягненні внутрішньої гармонії його учасників. Образотворча терапія надає учасникам групового організованого дозвілля (наприклад, малюнки до Дня захисту дітей) високого ступеня свободи і самостійності. Заохочується активність, самостійність і оригінальність учасників творчої діяльності. Учасники організованого дозвілля самі визначаються із задумом, обирають форму (на папері, на асфальті), матеріали (олівці, фарби, крейда, пластилін), кольори у відповідності із обраною темою, самі контролюють послідовність дій. За ними залишається право вибору міри участі в груповій дозвіллевій діяльності.

Відповідно, образотворча терапія сприяє виникненню у людини почуття внутрішнього контролю і порядку, розвиває увагу до власних почуттів і почуттів оточуючих, дає можливість прояснити зорові і кінестетичні відчуття та дозволяє експериментувати з ними, сприяє формуванню конкурентоспроможності особистості.

Елементи образотворчої терапії широко використовується у *колажуванні*. Колаж широко використовується в індивідуальній і груповій формах організованого та домашнього дозвілля. Процес створення *колажу* є найбільш цікавим для старших дошкільників (5-6 років), оскільки створює умови для активної творчої діяльності дітей і сприяє їх психічному і фізичному розслабленню [7, с. 147]. На відміну від малюнка колаж надає дітям і дорослим свободу у його

виконанні: дозволяє виходити за межі основи, наклеювати фігури одна на одну тощо. У сімейному дозвіллі колажування сприяє створенню сприятливої атмосфери взаємодовіри, взаєморозуміння між батьками і дітьми.

З представленого вище можемо узагальнити, що колаж надає людям різного віку чудові можливості для створення об'ємних зображень, роботи з часовими перспективами, активізації особистісного ресурсу та розвитку взаєморозуміння.

Не менш цікавими і значущими в процесі організації і проведення різних видів і форм дозвілля є *глинотерапія і тісто пластика*, які передбачають використання глини, тіста й пластиліну у процесі створення бажаних для людини образів. Вони мають особливий потенціал для усвідомлення власних емоційних станів, розвитку емоційного інтелекту, формування нових почуттів, звільнення від негативних емоцій людини. Слід відмітити, що у глинотерапії і тістопластиці використовуються безпечні для дітей матеріали, пластичність яких дозволяє вносити в процесі творчої діяльності чисельні зміни в її продукт і таким чином регулювати власні емоційні стани.

Особливостями глинотерапії і тістопластики є їх включення в індивідуальну спонтанну дозвіллеву діяльність, в колективне організоване дозвілля, в діаду «дорослий-дитина» (домашнє дозвілля), а також може використовуватися у поєднанні з малюванням і казкотерапією.

Отже, глинотерапія і тістопластика сприяють емоційному розвитку, подоланню стресових ситуацій, підвищенню емоційного тону, розвитку лабільності, подоланню почуття відчуження, вирішенню міжособистісних конфліктів, зниженню тривожності, формуванню позитивної Я-концепції, адекватної самооцінки, самосприйняття людини [7, с. 128].

Своєю оригінальністю привертає увагу використання в культурно-дозвіллевій діяльності *гримотерапія*. Вона є засобом організації внутрішнього діалогу між свідомим і несвідомим особистості, широко використовується в груповому організованому дозвіллі (театралізовані постановки, маскаради; аквагрим на масових дозвіллевих заходах, зокрема, до Дня міста, Дня незалежності, футбольні матчі тощо), в груповому домашньому дозвіллі (дружні вечірки, сімейні свята). Означена техніка сприяє розвитку в людини навички довіри до себе, засвоєнню невербальних засобів спілкування, викликає стан натхненності, митця, дозволяє перевтілюватися у бажаний образ [7, с. 15].

Розмальовувати можна обличчя, тіло, кінцівки як власні, так і партнера (взаємне парне гримування). Зокрема, під час дружніх вечірок про правила гримування слід домовлятися спільно: призначати «керівника» процесу, хто, кому і які частини тіла буде розмальовувати, визначати за отриманими масками справжні настрої один одного. За допомогою гриму можна показати те, що важко і незручно виразити словами. Таким чином, гримотерапія актуалізує тему довіри до себе і оточуючих, сприяє взаєморозумінню, збільшенню внутрішнього ресурсу особистості.

Потужні можливості для розвитку особистості та її креативності надає *лялькотерапія*. Її доцільно використовувати в індивідуальній і груповій формах організованого дозвілля (дитячі гуртки виготовлення м'яких іграшок, лялько-

вий театр), а також під час домашнього дозвілля (сімейне дозвілля, сюжетно-рольові ігри, виготовлення ляльок до новорічно-різдвяних свят).

Лялькотерапія сприяє збагаченню людей інформацією про навколишній світ, розвитку комунікативної сфери – формуванню емоційного контакту дітей та дорослих в колективі, зняттю емоційної напруги, покращенню соціальної адаптації [7, с. 109], розширенню спектру особистісних ролей людини, підвищенню її самооцінки, впевненості в собі, допомагає актуалізувати внутрішні ресурси, дозволяє наділяти ляльку тими якостями і властивостями, які є бажаними для людини, але відсутні у неї.

Часто означену технологію використовують в домашньому дозвіллі під час лялькової театралізації казок. Це дає можливість об'єднувати всіх членів родини в спільній діяльності, зберігати позитивні емоційні стосунки, розвивати взаєморозуміння і взаємоповагу.

Своєю простотою і чарівністю зацікавлює людей різних вікових категорій *казкотерапія*, яку використовують в індивідуальній (інтерпретація, створення казки однією людиною) і груповій (колективне створення казки) формах організованого (конкурсні програми під час масових свят) і домашнього дозвілля (дружні вечірки, сімейне дозвілля).

Казкотерапія застосовується для розвитку творчих здібностей, розширення свідомості, удосконалення взаємодій з оточуючим світом. Створення казки допомагає дітям і дорослим долати тривогу і страхи, сприяє розвитку вікової і статевої ідентичності, підвищенню самооцінки, прискоренню процесів комунікації і взаєморозуміння, розвитку мовної креативності, самопізнання, засвоєнню нових необхідних моделей поведінки, творчого образного мислення, емоційного інтелекту, активізації творчого ресурсу особистості. Дану техніку слід використовувати з трьох-чотирьох років, коли дитина починає розмежовувати казку від реальної дійсності [2; 3; 7, с. 135–136].

Таким чином, використання психологічних технологій в дозвіллі сприяє розвитку внутрішньої свободи особистості, її самовираженню, активізації та реалізації творчого потенціалу.

**Висновок.** Використання психологічних технологій в індивідуальних та групових формах організованого, домашнього і спонтанного дозвілля не спрямовано на виготовлення високоякісного продукту світової культури. Основна мета їх використання полягає у знятті психічної напруги, створенні сприятливої атмосфери для зміцнення здоров'я, формування позитивних емоцій, вільного самовираження людей різного віку, професійної належності, соціального й матеріального статусів та інтелектуального рівня розвитку за допомогою різних доступних для них матеріалів і засобів: слова, уяви, паперу, фарби, глини, тіста, музики, танцю, ляльки казки тощо.

### *Література*

1. Бочелюк В.Й., Бочелюк В.В. Дозвіллезнавство: Навч. пос. / В.Й. Бочелюк, В.В. Бочелюк. – К. : Центр навчальної літератури, 2006. – 208 с.
2. Копытин А.И. Основы арт-терапии / А. И. Копытин. – СПб. : Лань, 1999. – 251 с.



3. *Лебедева Л.Д.* Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л.Д. Лебедева. – СПб.: Речь, 2003. – 256 с.
4. *Малкина-Пых И.Г.* Психосоматика. / И.Г. Малкина-Пых. – М.: Эксмо, 2008. – 1024 с.
5. *Панфилова Е.В.* Ценности культуры досуга студенческой молодёжи: результаты исследования / Е. В. Панфилова // Молодой ученый. – 2012. – №8. – С. 278–283.
6. *Петрова И.В.* Дозвілля в зарубіжних країнах: Підручник / І.В. Петрова. – К.: Кондор, 2005. – 408 с.
7. *Тарарина Е.В.* Практикум по арт-терапии: шкатулка мастера: Научно-методическое пособие / Е.В. Тарарина. – Луганск: Элтон-2, 2013. – 160 с.

### Reference

1. *Bocheljuk V.J., Bocheljuk V.V.* Dozvilljevoznavstvo: Navch. pos. / V.J. Bocheljuk, V.V. Bocheljuk. – K.: Centr navchal'noi' literatury, 2006. – 208 s.
2. *Kopytyn A.Y.* Osnovy art-terapyu / A.Y. Kopytyn. – SPb.: Lan', 1999. – 251 s.
3. *Lebedeva L.D.* Praktyka art-terapyu: podhody, dyagnostyka, systema zanjatyj / L.D. Lebedeva. – SPb.: Rech', 2003. – 256 s.
4. *Malkyna-Pyh Y.G.* Psyhosomatyka. / Y.G. Malkyna-Pyh. – M.: Eksmo, 2008. – 1024 s.
5. *Panfylova E.V.* Cennosty kul'tury dosuga studencheskoj molodězhy: rezul'taty yssledovanyja / E. V. Panfylova // Molodoj uchenyj. – 2012. – №8. – S. 278-283.
6. *Petrova I.V.* Dozvillja v zarubizhnyh krai'nah: Pidruchnyk / I.V. Petrova. – K.: Kondor, 2005. – 408 s.
7. *Tararyna E.V.* Praktykum po art-terapyu: shkatulka mastera: Nauchno-metodycheskoe posobyje / E.V. Tararyna. – Lugansk: Elton-2, 2013. – 160 s.

УДК 378.048.2:355.237.1:351.746.1

**Косінова Олена Миколаївна,**  
кандидат педагогічних наук, заслужена артистка України,  
доцент кафедри режисури Національної академії керівних  
кадрів культури і мистецтв  
kosinova@meta.ua

## УПРОВАДЖЕННЯ ЕСТЕТИЧНОЇ СПРЯМОВАНOSTІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ

У статті розкрито сутність процесу упровадження естетичної спрямованості професійної підготовки студентів. Звертається увага на те, що зазначений процес проводиться з майбутніми митцями нашої держави, чий образ належить до ідеального. Дозволяє зрозуміти, що ідеал мистецької освіти потребує змістовного наповнення, створення своєрідних умов естетичного життя студентів ВНЗ культури і мистецтв. Зазначено, що даний процес передбачає набуття студентами естетичних знань і формування в них відповідних переконань, потреб, інтересів, звичок, навичок і вмінь згідно вимог сучасного інформаційного суспільства. Підкреслено, що такий підхід надає можливість припустити, що особистість митця визначається громадською свідомістю як індивідуальна цілісність, яка містить інтелектуальну, морально-естетичну, емоційну, волюву розвиненість.

*Ключові слова:* естетична спрямованість, інформаційне суспільство, творча діяльність, культурна спадщина, естетичний смак, естетичне життя.