

**РАЗДЕЛ III. ЭФФЕКТИВНОЕ РАЗВИТИЕ И САМОРЕАЛИЗАЦИЯ
СУБЪЕКТА ТРУДА И ЖИЗНЕННОЙ СТРАТЕГИИ**

**SECTION III. EFFECTIVE DEVELOPMENT AND SELF-REALIZATION
OF THE SUBJECT OF LABOR AND LIFE STRATEGY**

УДК: 159.9.07

DOI: 10.25629/НС.2023.11.42

**ПРИМЕНЕНИЕ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ В РЕШЕНИИ
РАБОЧИХ ЗАДАЧ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
СОВРЕМЕННОГО РУКОВОДИТЕЛЯ**

Авдоница О.С.

Государственный университет просвещения
Мытищи, Россия

АННОТАЦИЯ

В статье представлены результаты эмпирического изучения особенностей применения арт-терапевтических технологий на примере использования авторской разработки «Техники пяти воплощений» в решении рабочих задач руководителей различных сфер деятельности: оборонно-промышленного комплекса, медицины, образования, государственного управления. Автор приводит краткий обзор отечественной и зарубежной научной литературы, по проблеме исследования, обосновывает выбор применяемого подхода. В материалах статьи подробно изложены этапы апробирования авторской психологической техники, представлены статистические расчеты и итоги проведенного исследования с выводами и рекомендациями. Статья рекомендована широкому кругу специалистов, руководителей и исследователей, фокус научных и профессиональных интересов которых направлен на познание инновационных креативных технологий, с целью практического применения.

КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

Арт-терапевтические технологии, применение «Техники пяти воплощений», фокус исследования, специфика профессиональной деятельности руководителей, арт-терапия в профессиональной деятельности руководителей, инновационные технологии, креативный подход.

ВВЕДЕНИЕ

Специфика профессиональной деятельности руководителей различных сфер и направлений все чаще является фокусом научного познания исследователей в области психологии труда и экспериментальной психологии [1; 2; 3; 5; 8; 11; 13].

Нестабильная экономическая ситуация, стремительный рост цифровых технологий, обновление профессиональных стандартов требуют от руководителей как личного самосовершенствования, так и компетентности в области инновационных подходов к решению рабочих задач и проблемных ситуаций.

КРАТКИЙ ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ

Исследователи (Азарова Л.Н., Гайдамашко И.В., Киселев В.В., Кононов А.Н., Наримбетова Ж.Б., Путивцев П.В. и др.) изучают личностные особенности руководителей, творческую

индивидуальность и ее проявление в профессиональной деятельности, особенности возникновения конфликтов в трудовом коллективе, специфику применения и апробации диагностического инструментария, профессиональную надежность, стрессоустойчивость, использование личностных ресурсов в преодолении эмоционального выгорания, взаимосвязь эмоционального интеллекта и успешности выбора стратегий в принятии решений и т.д. [1; 2; 3; 4; 6; 7; 8; 10].

Актуальной темой исследования является применение креативного подхода в решении профессиональных задач руководителями различных направлений. В рамках нашего исследования, мы решили изучить особенности применения арт-терапевтических технологий.

Все чаще отечественные и зарубежные исследователи в области психологии, в рамках практико-ориентированной деятельности изучают влияние арт-терапии на профессиональную деятельность различных специалистов, в том числе, руководителей [1; 11; 12; 13; 14].

В своих трудах современные ученые рассматривают профессионалов с учетом их психологических особенностей, специфики их профессиональной деятельности и мотивации [6; 8; 9].

ОРГАНИЗАЦИЯ И МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В процессе проведения нашего исследования мы применили авторскую арт-терапевтическую технику, которую назвали «Техника пяти воплощений». Данная техника проводится как индивидуально, так и в группе с количеством участников 6-10 человек.

Ограничения: возраст от 18 лет, психические расстройства личности, нарушение когнитивных функций, алекситимия, личное нежелание испытуемого.

Выборку исследования составили руководители организаций и предприятий в сферах оборонно-промышленной деятельности, медицины, образования, государственного и муниципального управления. Общее количество испытуемых 40 человек.

База исследования: муниципальные образования Московской области.

Фокус нашего внимания мы направили на периферические органы чувств, с помощью которых человек воспринимает информацию окружающей действительности:

- зрение;
- слух;
- обоняние;
- осязание;
- вкусовые рецепторы.

Для «включения» в работу, перечисленных выше органов чувств, нами были использованы психологические приемы:

- визуализация;
- вербализация;
- отождествление;
- кинестетика;
- использование ассоциаций.

Применяемая нами техника состоит из 5 шагов:

- рисунок;
- написание рассказа/сказки по сюжету рисунка и зачитывание написанного сюжета;
- отождествление предметной линии сюжета с восприятием информации посредством органов чувств: обоняние, осязание, вкусовые рецепторы;
- отражение сюжета посредством кинестетики;
- идентификация предметной линии сюжета с восприятием информации с использованием ассоциаций посредством задействования вкусовых рецепторов.

Далее испытуемым было предложено закончить сюжет рассказа/сказки с использованием образов известных сказочных персонажей.

Цель применения техники – решение рабочей задачи или проблемы с использованием арт-терапевтических технологий.

В ходе проведения исследования были задействованы следующие методы:

- беседа;
- метод ассоциаций;
- арт-терапевтические методы;
- анкетирование;
- ранжирование;
- статистические методы.

Участникам исследования была предложена пошаговая инструкция.

«Вспомните актуальную проблему или задачу, которую необходимо решить в настоящий период времени в вашей профессиональной деятельности. Нарисуйте эту проблему в виде сюжета. Как это выглядит, кто задействован – люди, предметы, абстракции? Выразите цветом, формой.

Умение рисовать не является здесь главным, постарайтесь расслабиться и максимально использовать ваше воображение. Время для рисунка 10-12 минут.

После того, как сюжет будет закончен, посмотрите на ваш рисунок, возможно, вы захотите что-то улучшить, добавить или убрать? Сделайте «последние штрихи».

Теперь опишите то, что нарисовали в виде небольшого рассказа или сказки. Время для написания рассказа 10-15 минут.

После того, как вы описали сюжет проблемы, подумайте, возможно, вы захотите что-то изменить? Сделайте это, если необходимо.

Следующим вашим шагом будет зачитывание вашего рассказа/сказки остальным участникам.

Теперь вам необходимо сфокусировать ваше внимание на таких органах чувств, как обоняние, осязание, вкусовые рецепторы и ответить на вопросы:

1. Какие запахи, ароматы вам напоминают детали написанного и нарисованного вами сюжета? Почему, как вы думаете? Это приятные или неприятные запахи? Хотели бы вы их изменить, если «да», то на какие? Измениться ли после этого ваш сюжет, или отношение к нему?

2. Если ли бы вы могли тактильно ощутить детали, образы представленного вами сюжеты, то какие бы это были ощущения? Приятные, неприятные, какие по температуре, структуре, форме? Опишите. Хотели бы вы что-то изменить?

3. Если бы вы могли попробовать на вкус детали представленного вами сюжета и образы, то какими бы они были? Солеными, сладкими, горькими, кислыми и т.д.? Опишите свои ощущения. Хотели ли бы вы что-то изменить?

Время рефлексии 15-20 минут.

Теперь вам необходимо будет закончить сюжет вашего рассказа/сказки с использованием образов известных сказочных персонажей:

- Кошей;
- Змей-Горыныч;
- Баба-Яга;
- Царевна-лягушка;
- Иван-дурак.

Как бы поступили и какие способы использовали бы данные сказочные персонажи в решении вашей проблемы?

Теперь расскажите всю историю до конца».

Далее участникам исследования была предложена анкета с целью итоговой рефлексии, которая включала в себя следующие вопросы:

- Что нового вы для себя узнали по итогам применения «Техники пяти воплощений»?
- Получилось ли у вас решить проблему или найти для этого новые способы и пути?
- Возможно, вы поменяли мнение по поводу проблемы или изменили «взгляд» на нее?
- Рекомендовали бы вы данную технику своим коллегам для решения профессиональных задач?

Каждый ваш ответ оцените по шкале от 0 до 10 баллов, где 0 – отрицательное отношение (не помогла, не интересно, ничего не получилось и т.д.), 10 – положительное отношение (порадовалась, полезна, получилось решить проблему и т.д.).

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

По итогам опроса мы получили следующие результаты (Таблица 1, рис. 1-4).

Таблица 1 – Ответы респондентов по итогам применения «Техники пяти воплощений»

№ п/п	Новые знания	Решение проблемы	Новый «взгляд» на проблему	Применение	Рекомендации коллегам
1	10	7	10	7	7
2	10	8	10	8	10
3	9	9	10	6	8
4	10	7	9	7	10
5	8	6	8	7	8
6	10	8	7	6	8
7	10	9	10	7	10
8	9	5	10	9	7
9	10	7	10	7	8
10	10	8	9	8	8
11	10	8	10	8	10
12	10	7	9	7	10
13	10	9	10	7	10
14	10	8	10	8	10
15	9	7	10	8	9
16	10	8	7	6	8
17	10	8	10	8	10
19	8	7	9	8	9
20	10	8	10	8	10
21	10	10	10	10	10
22	10	10	9	8	10
23	10	10	10	10	10
24	9	8	10	8	10
25	8	8	7	9	10
26	10	9	10	10	10
27	9	8	8	8	8
28	10	10	9	10	8
29	7	8	6	7	7
30	10	10	10	10	8
31	8	7	10	7	7
32	8	7	10	8	7
33	9	8	8	7	6

№ п/п	Новые знания	Решение проблемы	Новый «взгляд» на проблему	Применение	Рекомендации коллегам
34	7	7	8	6	6
35	9	10	10	9	10
36	10	10	10	7	8
37	9	8	8	8	8
38	8	7	8	8	8
39	10	10	10	9	10
40	6	8	7	6	8
СРЗНАЧ	9,2	8,1	9,1	7,8	8,7

Как видно в Таблице 1, респонденты отметили достаточно высокий уровень применения «Техники пяти воплощений» при решении тех или иных профессиональных задач и проблем.

Испытуемые акцентировали внимание на креативных характеристиках, применяемой техники, обосновывая свои ответы тем, что, в основном, в процессе решения профессиональных задач, они используют рациональные подходы и логику, а представленная техника дает возможность использовать воображение, переключиться от стандартных способов решения на новые.

Однако, респонденты также уточнили, что многое зависит и от самой проблемы, так как, например, в медицине, оборонной промышленности и других сферах, всегда есть задачи и ситуации, которые требуют точного алгоритма действий. Тем не менее, данная техника, по мнению испытуемых, способствует «разрядке» атмосферы в трудовом коллективе, возможности «переключиться» и отдохнуть, более глубоко познать себя и свои чувства, что, в свою очередь, оказывает положительное влияние на рабочее состояние и мотивацию.

Так же, в процессе нашего исследования, мы выявили некоторые отличия в ответах респондентов, в зависимости от сферы их профессиональной деятельности.

Руководители, работающие в сфере оборонно-промышленного комплекса, наиболее высокий балл поставили по пунктам «Новые знания», «Новый «взгляд» на проблему» и «Рекомендации коллегам» (срзнач.: 9,6; 9,3; 8,4) (рис.1).

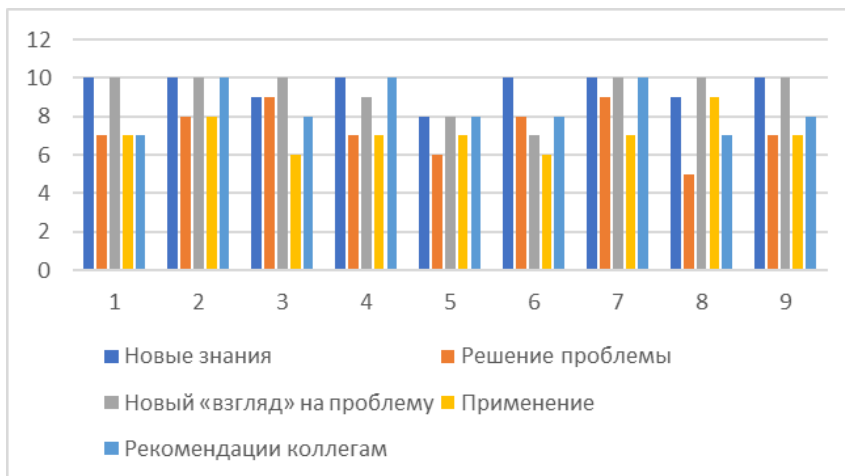


Рисунок 1 – Ответы руководителей, работающих в сфере оборонно-промышленного комплекса

Решению проблемы и простоте применения техники респонденты дали 3 и 4 место, обосновывая ответы тем, что не все вопросы и задачи можно решить, таким образом.

По мнению испытуемых, применять технику интересно, не сложно, но требует необходимой подготовки и креативного подхода, что свойственно не всем руководителям данной сферы, и кому-то удобно использовать более рациональные подходы.

Тем не менее, руководители поставили в среднем достаточно высокие баллы по всем пунктам, отметив, что «Техника пяти воплощений» помогла им иначе посмотреть на проблему и пути ее решения.

Руководители в сфере медицины, также поставили высокие баллы по всем пунктам анкеты (срзнач.: 9,7; 7,8; 9,4; 7,6; 9,4) (рис. 2).

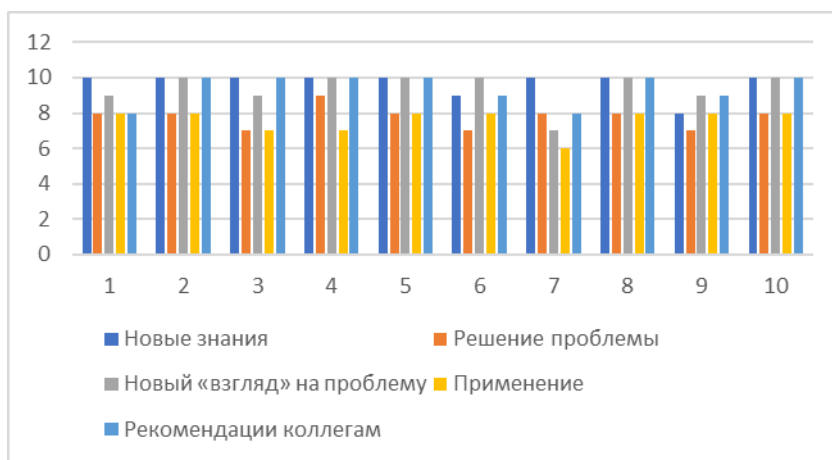


Рисунок 2 – Ответы руководителей, работающих в сфере медицины

Респонденты отметили, что данная техника помогла им найти решение проблемы и изменить фокус не только на процесс поиска, но и на самопознание, рефлекссию.

Так же, испытуемые уточнили важность «обновления нейронных связей» в процессе выполнения заданий представленной техники, что позволяет сделать вывод о положительном воздействии упражнений на психические процессы и физиологию организма. Однако, данные утверждения необходимо дополнительно исследовать, что является одной из научных задач нашей дальнейшей исследовательской работы.

Руководители в сфере образования поставили максимально высокие баллы по всем пунктам анкеты – в среднем 9 из 10-ти (срзнач.: 9,3; 9,1;8,9; 9; 9,1) (рис. 3).

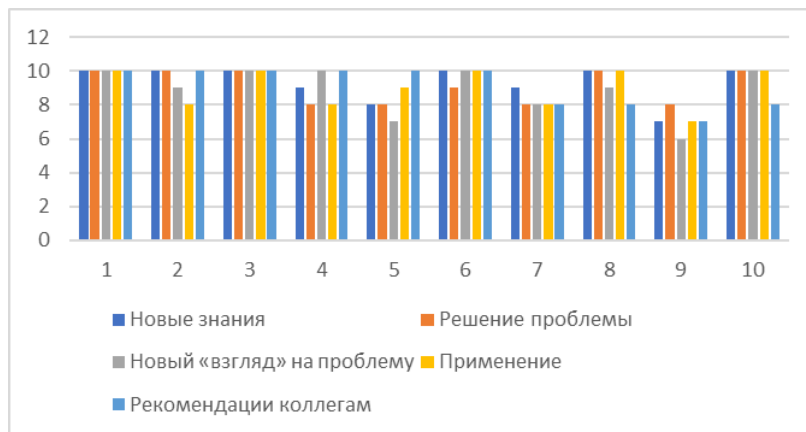


Рисунок 3 – Ответы руководителей, работающих в сфере образования

Респонденты остались довольны знакомством с новой техникой и отметили широкий спектр ее применения в сфере своей профессиональной деятельности.

Испытуемые акцентировали внимание на креативном подходе, возможности работать как индивидуально, так и в группе.

Так же, респонденты отметили, что им интересны новые подходы к получению знаний в той или иной области, это развивает и лично мотивирует. Тем не менее, некоторые руководители высказали другое мнение, отметив, что иногда арт-терапевтические техники отвлекают от рационального решения проблемы, что может привести к неэффективным результатам. Однако, отрицательных ответов было меньшинство – 1 из 10 возможных.

Невысокие показатели (по сравнению с другими респондентами) были выявлены в ответах руководителей в сфере государственного управления – средний балл равен 7,8 (рис. 4). Можно предположить, что полученные результаты обусловлены спецификой профессиональной деятельности руководителей в данной сфере.

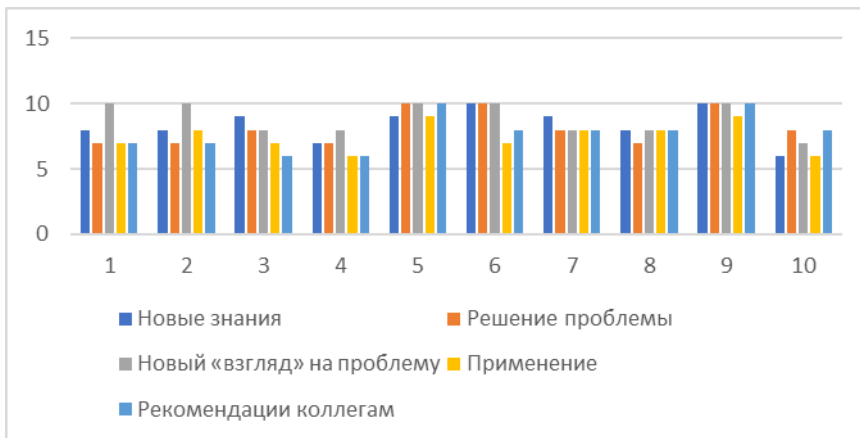


Рисунок 4 – Ответы респондентов, работающих в сфере государственного управления

По итогам применения «Техники пяти воплощений» испытуемые, в общем, отметили, что это интересный опыт для саморазвития и рефлексии. Однако в решении вопросов политического и стратегического характера необходимо, по мнению респондентов, использовать рациональный подход и логику, однако умение креативно мыслить позволяет расширить спектр действий или, возможно, применять полученные знания более локально, в зависимости от характера и содержания профессиональной задачи.

Таким образом, первичные результаты нашего исследования позволяют сделать вывод о том, что «Техника пяти воплощений» может быть интересна и полезна руководителям различных сфер деятельности в решении профессиональных задач и проблем.

Тем не менее, для получения более достоверной информации мы применили Критерий Краскела-Уоллеса (таблицы 2, 3) и сравнили результаты нашего исследования по 4 группам:

- ответы руководителей оборонно-промышленного комплекса;
- ответы руководителей сферы медицины;
- ответы руководителей сферы образования;
- ответы руководителей сферы государственного управления.

Таблица 2 – Ранговые значения Критерия Краскела-Уоллеса

	Группа	№	Средний ранг
Новые знания	Оборонно-промышленная сфера	10	23,65
	Медицина	10	25,20
	Образование	10	21,00
	Гос. Управление	10	12,15
	Всего	40	
Решение проблемы	Оборонно-промышленная сфера	10	13,80
	Медицина	10	18,05
	Образование	10	29,70
	Гос. Управление	10	20,45
	Всего	40	
Новый «взгляд» на проблему	Оборонно-промышленная сфера	10	22,95
	Медицина	10	22,10
	Образование	10	18,70
	Гос. Управление	10	18,25
	Всего	40	
Применение	Оборонно-промышленная сфера	10	13,30
	Медицина	10	19,75
	Образование	10	30,85
	Гос. Управление	10	18,10
	Всего	40	
Рекомендации коллегам	Оборонно-промышленная сфера	10	17,85
	Медицина	10	26,60
	Образование	10	24,05
	Гос. Управление	10	13,50
	Всего	40	

Таблица 3 – Статистики критерия²³

	Новые знания	Решение проблемы	Новый «взгляд» на проблему	Применение	Рекомендации коллегам
Хи-квадрат	9,341	10,803	1,537	13,063	8,813
Ст. св.	3	3	3	3	3
Асимпт. знч.	,025	,013	,674	,005	,032

²³ а. Критерий Краскела-Уоллеса

б. Группирующая переменная: группа

ВЫВОДЫ

По итогам примененного метода статистики мы выявили различия в ответах респондентов по следующим пунктам:

- новые знания;
- решение проблемы;
- применение техники;
- рекомендации коллегам.

Таким образом, мы подтвердили наш предварительный вывод о том, что «Техника пяти воплощений» может быть интересна и полезна руководителям различных сфер деятельности в решении профессиональных задач и проблем, однако ее применение в таких профессиональных сферах, как оборонно-промышленный комплекс, медицина, образование, государственное управление будет иметь свою специфику, с учетом решаемых задач и поставленных целей.

БИБЛИОГРАФИЯ

1. Азарова, Л. Н. Развитие творческой индивидуальности в профессиональной деятельности средствами арт-терапии / Л. Н. Азарова // Великая сила искусства. Арт-терапия. – Москва : Автономная некоммерческая организация дополнительного профессионального образования «Академия искусств Игоря Бурганова», 2020. – С. 260-275.
2. Гайдамашко, И. В. Психологические закономерности проявления профессионализма руководителей / И. В. Гайдамашко, Е. В. Пугачева // Педагогическое образование в современной России: стратегические ориентиры развития / Южный федеральный университет. – Ростов-на-Дону – Таганрог : Южный федеральный университет, 2020. – С. 389-398.
3. Киселев, В. В. Актуальные проблемы психологического исследования конфликтов в профессиональной деятельности / В. В. Киселев // Актуальные проблемы теории и практики психологических, педагогических и лингводидактических исследований : материалы международной научно-практической конференции, Москва, 12–13 апреля 2023 года. – Москва: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Государственный университет просвещения», 2023. – С. 135-141.
4. Кононов, А. Н. Особенности поведения тревожных подростков / А. Н. Кононов, А. С. Комиссарова // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. – 2019. – № 1. – С. 6-16.
5. Кононов, А. Н. Профессиональная ориентация молодежи в современной Российской школе: трудности и задачи / А. Н. Кононов // Социокультурная детерминация субъектов образовательного процесса : сборник материалов международной конференции XI Левитовские чтения в МГОУ, Москва, 20–21 апреля 2016 года. – Москва: Московский государственный областной университет, 2016. – С. 252-256.
6. Маликова, Д. Р. Возможности арт-терапии в гуманизации профессиональной деятельности / Д. Р. Маликова // Научные исследования: фундаментальные и прикладные аспекты – 2021 : Сборник научных трудов, Набережные Челны, 01 января – 31 2021 года. Том Выпуск 1. – Казань: Издательство «Познание», 2021. – С. 214-216.
7. Наримбетова, Ж. Б. Профилактика стресса у сотрудников органов внутренних дел и улучшение эмоционального состояния / Ж. Б. Наримбетова // Морально-психологическое обеспечение деятельности органов внутренних дел: современные подходы и перспективы развития : материалы всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 14 декабря 2022 года / Санкт-Петербургский университет МВД России. – Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации, 2022. – С. 331-334.
8. Новикова, К. В. Возможности актуализации личностных ресурсов преодоления эмоционального выгорания профессионала посредством арт-терапии / К. В. Новикова, П. К. Гора //

Психология профессиональной деятельности: проблемы, содержание, ресурсы : сборник научных трудов, Хабаровск, 22–23 ноября 2018 года / Под редакцией Е.Н. Ткач. – Хабаровск: Тихоокеанский государственный университет, 2019. – С. 316-321.

9. Хакус, Е. А. Арт-терапия как эффективное средство профилактики эмоционального выгорания у педагогов образовательных организаций / Е. А. Хакус, О. Е. Никуленкова // Научный вестник Государственного автономного образовательного учреждения высшего образования «Невинномысский государственный гуманитарно-технический институт». – 2021. – № 4. – С. 67-71.

10. Стрельникова, Ю. Ю. Взаимосвязь социального интеллекта и стратегий принятия решений у сотрудников полиции / Ю. Ю. Стрельникова, Ю. М. Караяни, И. В. Гайдамашко // Юридическая психология. – 2021. – № 4. – С. 3-8.

11. Art therapy in the workplace: art benefits workers [электронный ресурс] URL: <https://psychearts.org/2017/05/art-therapy-in-the-workplace/> (дата обращения: 29.10.2023).

12. Influence of Art Therapy Students' Art Practice on Their Professional Identity and Career Commitment [электронный ресурс] URL: <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/07421656.2020.1743609> (дата обращения: 29.10.2023).

13. Professional Activity and Legal Base of Arts Therapies (VPUPK_333) [электронный ресурс] URL: <https://www.rsu.lv/en/rsu-courses/professional-activity-and-legal-base-arts-therapies-vpupk333> (дата обращения: 29.10.2023).

14. Developing the professional identity of art therapy students as reflected in art therapy simulation sessions [электронный ресурс] URL: https://www.researchgate.net/publication/343897012_Developing_the_professional_identity_of_art_therapy_students_as_reflected_in_art_therapy_simulation_sessions (дата обращения: 29.10.2023).

APPLICATION OF ART THERAPEUTIC TECHNOLOGIES IN SOLVING WORK PROBLEMS IN THE PROFESSIONAL ACTIVITY OF A MODERN MANAGER

Avdonina O.S.

State University of Education

Mytishchi, Russia

ABSTRACT

The article presents the results of an empirical study of the features of the use of art-therapeutic technologies on the example of the use of the author's development of the «Technique of five incarnations» in solving the work tasks of managers of various fields of activity: the military-industrial complex, medicine, education, public administration. The author gives a brief overview of domestic and foreign scientific literature on the problem of research, justifies the choice of the applied approach. The article details the stages of testing the author's psychological technique, presents statistical calculations and the results of the study with conclusions and recommendations. The article is recommended to a wide range of specialists, managers and researchers whose scientific and professional interests focus on the knowledge of innovative creative technologies for practical application.

KEY WORDS

art therapy technologies, application of the «Technique of five incarnations», research focus, specifics of professional activity of managers, art therapy in professional activity of managers, innovative technologies, creative approach.