

ФОТОТЕРАПІЯ В РОБОТІ З ЕМОЦІЙНИМ ІНТЕЛЕКТОМ.

Кульчицький О. І.

Студент 4 курсу першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальність 053 «Психологія» ФПСР

Керівник: Кременчуцька М. К.

к. психол. н., доцент кафедри диференціальної і спеціальної психології ФПСР

Фототерапією називають терапевтичне і коригувальне використання фотографії, її використання для вирішення психологічних проблем, а також розвитку і гармонізації особистості. Він може передбачати як роботу з готовими фотографіями, так і створення оригінальних авторських знімків. Основним змістом фототерапії, таким чином, є створення і / або сприйняття клієнтом фотографічних зображень, доповнених їх обговоренням і різними видами творчої діяльності. Розвивається і цілющий ефект, що виявляється при сприйнятті або створенні фотографій, може проявлятися і в повсякденному житті людей, Однак фототерапія обов'язково включає в себе спілкування з фахівцем (психологом, психотерапевтом). Представники різних психотерапевтичних шкіл і напрямків можуть мати різні підходи до процесу фототерапії: деякі акцентують увагу на роботі з картинками відповідно до психоаналітичної традиції; інші зосереджуються на навчанні навичках та розвитку навичок; треті заохочують клієнта зміцнювати за допомогою фотозйомки відносини з людьми і предметами, що їх оточують і т.д.

Ми дійшли до висновку, що фотографія поєднує в собі безліч форм творчої діяльності, які можуть бути використані в ході занять в різних варіантах і комбінаціях, надаючи багатогранне цілюще, гармонізуюче і розвиваюче вплив на учасників. Але важко визначити остаточно заздалегідь, як фотографія буде «підходити» конкретному клієнту або групі, чи забезпечить вона більший терапевтичний або розвиваючий ефект, ніж будь-який інший інструмент або матеріал. Не менш складно оцінити, як довго клієнт або група будуть зберігати свій інтерес до фотографії. Ефективність фотозйомки як лікувального, коригувального і розвиваючого інструменту багато в чому залежить від того, наскільки вона відповідає мінливим потребам клієнта або групи і умов роботи. Позитивні результати використання фотозйомки можуть бути посилені здатністю фахівця виявляти ці потреби і швидко реагувати на них, варіювати прийоми і засоби роботи.

В своєму дослідженні ми припустили, що емоційний інтелект можна розвинути за допомогою арттерапевтичного тренінгу фототерапії, що знайшло своє підтвердження.

Отримані дані дозволили правильно узагальнити ряд тренінгів з фототерапії, що дозволило знизити рівень тривожності у випробовуваних шляхом їх взаємодії один з одним, можливості побачити себе з боку на фотографіях і за допомогою емоційних реакцій членів групи, підвищити рівень їх емоційного інтелекту, що дозволить їм в майбутньому легше помічати і управляти своїми емоціями, розпізнавати і розуміти емоції інших людей, мати емпатію і легше взаємодіяти.

Література

1. Вознесенська О. Л. Арт-терапія як засіб психосоціального відновлення особистості. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*. Зб. наук. праць. Київський національний університет

імені Тараса Шевченка, 2015. К. : КНУ імені Тараса Шевченка. № 3 (29). С.40–47.

2. Кременчуцька М. К. Місце фотографічних образів у візуальному конструюванні картини світу особистості. Наука і освіта, № 9/СУХ, 2012. С.119–122.

3. Титаренко О. І. Використання арт–терапії в психолого–педагогічному супроводі освітнього процесу. Електронний збірник наукових праць Запорізького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти: URL: http://virtkafedra.ucoz.ua/el_gurnal/pages/vyp6/tytarenko.pdf.