

**Пепа Митева**

PhD, Бургаский свободный университет, Болгария, Бургас  
e-mail: pepa\_miteva@abv.bg

**АРТ-ПРОЕКТИВНАЯ ДИАГНОСТИКА В ТРЕНИНГЕ –  
ВОЗМОЖНОСТЬ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ  
И САМОПОЗНАНИЯ**

Статья рассматривает актуальные в современной психолого-педагогической практике возможности арт-проективной диагностики в тренинге. В последние годы формат тренинга преимущественно изменяется от работы с детьми и взрослыми до возможности рефлексии, личностного развития и самопознания. Применяются психологические и арт-терапевтические подходы, фототерапия. В статье акцентировано внимание на применении сторителлинга и умения тренера создать атмосферу доверия во время проведения тренинга. В статье раскрывается богатство методов и техник для открытия, развития креативности и взаимодействия в работе с детьми и подростками. Приведен пример проектирования тренинга с арт-диагностикой.

Структура тренинга включает: 1. Настройку – создание раппорта/доверия. 2. Разогрев. 3. Актуализацию визуальных, аудиальных и кинестетических ощущений. 4. Индивидуальную изобразительную работу. 5. Активную вербализацию и невербальное представление. 6. Коллективную работу. 7. Заключительный этап, рефлексия.

**Ключевые слова:** арт-терапия, арт-диагностика, визуальная социология, фототерапия, тренинг, личностное развитие, самопознание.

**Пепа Митева**

PhD, Бургас ерікті университеті, Болгария, Бургас  
e-mail: pepa\_miteva@abv.bg

**Тренингтегі арт-жобалау диагностикасы –  
тұлғаның өзін-өзі тану және дамыту мүмкіндігі**

Мақалада тренингтегі арт-жобалау диагностикасының қазіргі психологиялық-педагогикалық тәжірибедегі өзектілігі қарастырылады. Рефлексияның және тұлғалық даму мен өзін-өзі танудың мүмкіндіктеріне орай соңғы жылдары балалармен және ересектермен жүргізілетін тренингтердің форматы өзгеруде. Психологиялық және арт-терапиялық тұрғылар, фототерапия қолданылады.

Мақалада сторителлингті қолдануға және тренинг өткізу барысында тренердің сенімділік атмосферасын құра алу біліктілігіне ерекше назар аударылады. Балалар және жасөспірімдермен жұмыс жасауда креативтілікті, өзара әрекеттестікті дамытудың көптеген бай әдістері мен техникалары мақалада көрсетіледі. Арт-диагностика тренингін жобалау мысалы беріледі.

Тренинг құрылымына кіреді: 1. Сенім күйіне/раппорт/ келу. 2. Жылыту. 3. Визуалды, ауди және кинестетикалық сезінулерді өзектендіру. 4. Жеке көркем бейнелеу жұмысы-тақырыпты дайындау. 5. Белсенді вербалды және вербалды емес көріністер. 6. Ұжымдық жұмыс. 7. Қорытынды кезең, рефлексия.

**Түйін сөздер:** арт-терапия, арт-диагностика, визуалды әлеуметтану, фототерапия, тренинг, өзін-өзі тануды тұлғалық дамыту.

Пепа Митева,

PhD, Burgas Free University, Bulgaria

e-mail: pepa\_miteva@abv.bg

### Art-projective Diagnostics in Training – the Possibility of Personal Development and Self-cognition

The article considers the possibilities of art-projective diagnostics in trainings, which are relevant in modern psychological and pedagogical practice. In recent years, the format of the training has changed successively from working with children and adults, with increasing opportunities for reflection, personal development and self-cognition. Psychological and art-therapeutic approaches, phototherapy are applied. The article emphasizes the use of storytelling and the ability of the coach to create an atmosphere of trust during the training. The article reveals the wealth of methods and techniques for discovering, developing creativity and interacting with children and adolescents. An example of designing a training with art-diagnostics is given. The structure of the training includes: 1. Setting / rapport / trust. 2. Warming up activity 3. Update of visual, auidial and kinesthetic sensations. 4. Individual artwork- the development of the theme. 5. Active verbalization and nonverbal presentation. 6. Teamwork. 7. The final stage, self-reflection.

**Key words:** art therapy, art diagnostics, visual sociology, phototherapy, training, personal development, self-cognition.

#### Введение

Современная наука располагает многообразием вариантов диагностики, терапии, исследовательской работы в образовании. Безусловно, новый тип людей в обычной жизни и профессиональном развитии нуждаются в интегративных подходах при предоставлении обратной связи для их личного развития и самопознания. Сегодня актуальны темы о рефлексии, об актуализировании ценностей и базовых потребностей. Ведется поиск механизмов краткосрочной терапии и консультирования, и одновременно с этим – проявления инсайта и экзистенциальных ответов. Образцы из прошлого сливаются с новыми, модными моделями и, таким образом, добрые практики обогащаются и возрождаются. Среди предпочитаемых исследовательских и терапевтических способов выделяется арт-проективная диагностика с богатством техник, достигающих глубины внутренней психической жизни человека. С одной стороны, она помогает выражению себя и становится мощным стимулом для творчества, с другой – провокацией для самопознания и углубленного исследования собственного Я.

*Цель статьи* – обобщение опыта применения арт-диагностики в тренинговой работе.

*Материалы и методы исследования:* анализ и обобщение опыта применения тренинга и арт-терапевтических методик и арт-диагностики в образовании.

*Обзор литературы. Тренинг как форма обучения*

Применяемые в форме тренинга подобные стратегии приобретают преемственность, не-

посредственность и разрушают страхи личности «непосредственно открыть свое лицо». Группа как естественный источник корректной обратной связи и защиты предохраняет от тревожности, показывает сопричастность и участники погружаются в атмосферу доверия. В сущности, «тренинг» – это «форма активного обучения, источник новой информации, вдохновения и отличается интенсивностью проведения» (Алексиева, Митева, 2016) [1, с. 20]. Понятие «Тренинг» происходит из английского «Train» и означает тренируюсь – популярный метод в психокоррекционном, обучающем и исследовательском формате. Базовый вклад тренинга – возможность формирования на личном опыте, умение работать в команде, предоставление и получение доверия и стратегии для коммуникации. Опыт и развитие характера – сопутствующие привилегии этого вида групповой работы [2]. Разработка и проведение тренинга требуют предварительной работы и подготовительного этапа, который включает:

- предварительного настроя и готовности ведущего/тренера;
- компетентность ведущего/тренера в ведении групп;
- построение подходящего брендинга ведущего и со-ведущего;
- выбор подходящей и аттрактивной темы;
- подбор соответствующей аудитории/участников;
- выбор адекватного места проведения;
- подготовка зала, технических средств и дидактических материалов;
- подготовка и подбор соответствующих рабочих материалов по теме;

- организация пространства;
- подходящее представление ведущего и введение в программу;
- разработка эффективных задач и игр – для введения/ледоколы, мини-презентации, заключительные игры и обратная связь;
- выбор адекватной и эффективной диагностической техники и инструментов;
- умение ведущего опознавать типы участников, управление временем, планирование и окончание тренинга, и др.

### Сторителлинг и доверие в тренинге

Дизайн и разработка модели тренинга связаны с конкретным выяснением и соблюдением целей событий и корректной методологической подготовкой. Не на последнем месте и важное значение эффекта в процессе имеют PR-стратегии и имидж ведущего. Все более актуально в тренинг-программах предложение использовать притчи, анекдоты, сторителлинг – рассказывание историй. Кармайн Гало в работе „Тайны рассказывания историй” (2017) указывает привлекательную силу и магию создания интереса у участников, а именно «умение быть рассказчиком» [3]. Автор побуждает к усовершенствованию этого искусства, так же подчеркивает его роль в укреплении культур, диалога, традиций и ценностей. «Истории, рассказанные лицом к лицу, – отмечает Пенина Шрам, цитируя Гало, – передает опыт, мудрость, уроки прошлого и настоящего, а изысканный голос несет послание и связывает сердца в одно» (Гало, 2017, с. 244-245). Так же истории пробуждают воображение, а образы оживают и носят иносказания. Рассказчик становится вдохновителем, если он аутентичен, эмоционален и умеет создавать нити между участниками – так он воспитывает и убеждает. Тогда, «конец одной истории является началом другой» и этим самым создается вечность! [3]. Условие – история должна подходить к контексту темы и содержать **инструменты для рассказа**, например: анафоры, которые усиливают идеи и подсказывают движение (А есть Б или А как Б). Истории должны возбуждать аплодисменты аудитории и приглашать к презентации [3, с. 253-254].

Каждая такая история одинока, если не создается **доверие** в процессе общения с участниками тренинга. Доверие развивается в процессе взаимодействия. Оно следует правилам дипломатии, озвученной Коко Шанель: «Никогда нет второго шанса для первого впечатления». И в то же время «доверие» – это процесс, который

непрестанно порождает и возрождает с начала и до конца тренинга. Оно начинается с подготовки и повествовательного отношения ведущего, первой встречи, знакомства участников и как мозаика собирается и заполняет пространство профессиональной встречи. Доверие, согласно создателей концепции «Окно Джохари» требует познаний и „выхода из зоны слепого пятна”, т.е. когда я расскажу кто Я есть и когда пойму кто другие, которые меня окружают – независимо в личном или профессиональном плане, какие наши сильные стороны и ограничения. Оно зависит от пространства раскрытия себя и целей тренинга (<https://bg.wikipedia.org/wiki>) [4]. Доверие как феномен понимается как «субъективное личное отношение к другому или другим». Связано с переживаниями личности и ее потребности безопасности. (Ильин, 2013) [5, с. 20].

Толкование понятия неоднозначно – это отношение, состояние, надежда, как социальная эмоция скорее интуитивная, чем рациональная основа. Еще в своих трудах Е. Эриксон [7] (Энциклопедия, 1998) доверие и недоверие определяет как базовые чувства, которые в следствии проектируют развитие человека в отношении не самого себя и других, а к миру. Идея доверия как «социальной эмоции» развита Дж. Барбале-том, он связывает ее с уверенностью – основанием к действию (Ильин, 2013). В этом смысле с точки зрения концепции применения тренинга и значимости доверия в смысле «возможности достижения рапорта» необходимо знать его двойственный характер – эмоциональность и рациональность. Потеря доверия в тренинге между сторонами ведет к вытеснению целей и потере смысла. Для его утверждения имеет значение и хорошее знание различных типов людей в группе и умение ведущего представить себя подходящим для этого «оружием-улыбкой», что обеспечит эффективную работу. Часто доверие обезличивается из-за **равнодушия** аудитории к процессу или так называемой апатии к людям, событиям, отсутствием спокойствия и эмпатии к другим. Равнодушные участники становятся безразличными к происходящему, бездушными, холодными, а этот настрой не ведет к созиданию, не получается обратной связи и мешает работе в группе. Процитированно в работе Ильина [6, с. 74]: «Илья Черт, очень образно определяет процесс равнодушия в своих стихах:

«Сам разбирай, не мне же больно. С меня своих проблем довольно!»

И так и дальше, жить в покое. Делить все на свое и на чужое.

Чужую боль в упор не замечают. Забыв одно... Бездушье не прощают!»

Доверие и эмпатия ведущего к участникам тренинга и их между собой строятся очень внимательно, с аутентичным интересом и стимулированием своего представления с помощью стимулирующих игр (подогревающих игр). Это можно устанавливать и с помощью арт-проективной диагностики. Например: тест «Доверие» (рис. 1), в котором участники с помощью стимулирующего материала получают задачу

дорисовать лесной пейзаж – домик Эльфа, неосознанно информируются о наличии или отсутствии доверия [8].

В этом процессе утверждают: неценное слушание, перифраза, умение рефрейминга («смена рамки», положительная точка зрения) ведущего, а также и умение работы молчанием и языком тела. Хорошая оценка типов людей (открытые ли – экстравертные, которые нуждаются в эмоциональном контакте или рациональные – интровертные, которые нуждаются в получении фактов и информации) предполагает обеспечения более успешной групповой когезии (взаимодействия).

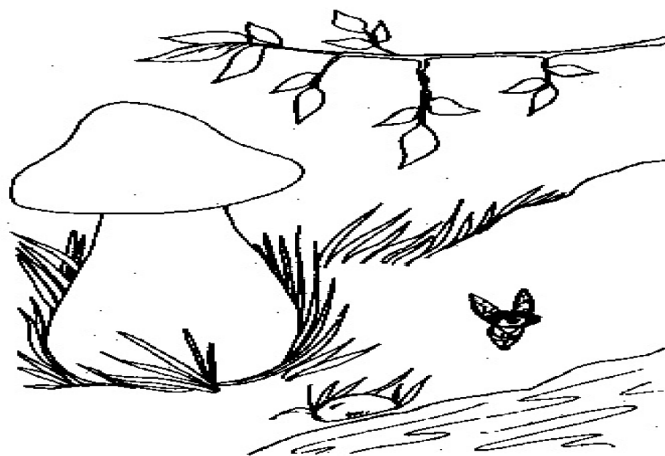


Рисунок 1 – Стимулирующий материал 1. Тест «Доверие»

После того как коммуникация, построенная на доверительных отношениях и добровольном участии будет достигнута, начинается настоящая работа тренинга. Она подчинена предварительно поставленным целям. Здесь подходящее место занимают различные интерактивные формы работы, такие как мини-лекции, мини-презентации, ролевые игры и другое, которые вовлекают участников в процесс обучения. Непосредственно с этими формами может быть введена и диагностическая процедура, которая дает информацию участникам о самих себе, об остальных (социометрия), в целом о группе, в зависимости от запланированного.

#### **Арт-диагностика**

Арт-терапия, арт-педагогика, арт-менеджмент, фототерапия и другие имеют похожую картину, связаны с искусством. В зависимос-

ти от цели применения они так подбираются, чтобы можно было стимулировать и воздействовать на ресурсы у данной личности. Часть этой большой группы средств для психотерапии и психодиагностических средств проектируются в форме психодиагностики в арт-терапии, проективной арт-диагностике и др. В таких странах, как США, Великобритания, арт-терапия обособлена в самостоятельную профессию в таких областях, как: медицина, психиатрия, образование, менеджмент (Копытин, 2014) [9]. Используется так же, как инструмент при оказании помощи, поддержки, коррекции. А также при эмоционально-поведенческом расстройстве, при нарушении в развитии, при психосоматических заболеваниях, при дистрессе, при коммуникационных трудностях, где рисунки и изображения являются основным средством для общения и выражения себя.



Проективные методики, некоторые из которых являются подходящими для арт-диагностического применения, отличаются богатой и многосторонней классификацией:

1. Методы дополнений: набор слов-стимулянтов (ассоциации, которые могут предотвращаться и арт-терапией), тест «Незаконченные выражения», тест «Кто Я?».

2. Методы интерпретации – набор картинок, фотографий, составление коротких рассказов с рисованием образов или аппликации, «Тест Роренцвейга».

3. Методы структурирования – толкование случайных форм, «тест Роршаха», арт-терапия, арт-педагогика и др.).

4. Методы изучения экспрессии (анализ подчерка, особенности речевого поведения, НЛП репрезентативные системы и др.).

5. Методы изучения творческих продуктов – тест (Дом, дерево, человек); тест «Рисунки семьи», Цветовой тест отношений, методика Пиктограмм, тест «Свободный рисунок», тест «Несуществующее животное» и др.

6. Метод, исследования взаимодействия с другими – социометрические круги, тест «Лестница» и др.

7. Методы изучения личности – тест «Автопортрет», тест «Человеческая фигура Махвера», тест «Два дома», тест «Картина мира», методика «Если бы ты был волшебником. Если бы у тебя была волшебная палочка», методика «Мой герой», рисовальный тест Р.Сильвера, психодиагностический инструмент «Мандала», Графическая беседа «Мой круг общения», экспресс-тест «Конструктивный рисунок человека, авторская методика по диагностики и оценки семейства с арт-терапией по А.И. Копытину и др. (Копытин, 2014; Бурлачук, 2005) [9-10].

А.И. Копытин определяет основные модели арт-терапевтической диагностики – медицинские/ клинические, психодинамические/ личностноориентированные, биопсихосоциальные/ адаптационные, которые придают интегративность, способы анализа и синтеза данных и «возможность включиться в терапевтическую среду» [9, с. 28-35]. Среди современных средств воздействия и диагностики выделяется и «**терапия фотографией**», близкая по концепции к **визуальной социологии**. *Фототерапия* по своей сущности является инструментом арт-терапии. Она имеет лечебно-коррекционный эффект и раскрывает внутренние конфликты и потребности личности. Можно назвать ее как «игра с

реальностью», согласно информации Копытина, где оживают эмоции, настроение, мимика, жесты, предметы и быт. С помощью приемов фотографии происходит реконструкция прошлого и создание новых моментов настоящего, делается проекция будущего. (Копытин, Платтс, 2009) [11]. В тоже время **визуальная социология** рассматривает объект не сам по себе, а с точки зрения окружающей его действительности и среды (Копытин, 2014) [12].

**Арт-проективная** диагностика реализуется в контексте арт-терапевтических занятий, которые имеют определенную структуру. Респонденты одновременно входят в роль «свидетелей» и «непосредственных участников» в изобразительном процессе [9, с. 21]. Это является «деликатной, гуманной возможностью наблюдать людей в их спонтанном выражении себя и приблизиться до их переживаний, ощущений, ценностей и неповторимого личностного своеобразия» со слов Л.Д. Лебедева (2003) [13]. Автор указывает преимущества этого вида творческой провокации и с точки зрения эффекта минимизируются напряжение и тревожность в исследовательском процессе у клиента и плавно перейти к диагностированию совмещенной с терапией. Основа в диагностическом материале – это изобразительная продукция: рисованные проективные тесты, экспрессивные методики, графические тесты, каракули, символика, цвета и др. *Самые необходимые* — это: карандаши, фломастеры, краски, гуашь, восковые мелки, пастель, соус, сангина, художественный уголь, кисти, палитра, баночки с водой, губка, бумага разных форматов, цветов и оттенков, различной плотности и текстуры, картон, фольга, клей, скотч, ножницы, нитки, веревки. Для коллажей понадобятся старые журналы, открытки, репродукции, фотографии. На некоторых занятиях используются ткани, глина, пластилин, специальное тесто, мел, песок с миниатюрными фигурками, дерево, природный, поделочные и иные материалы для создания объемных композиций [13, с. 45]. В представлениях (перформансах) на заключительных занятиях курса арт-терапии могут потребоваться грим, свечи, костюмы, музыкальные инструменты.

#### **Результаты и обсуждение. Проведение арт-терапевтического тренинга**

Занятия арт-терапевтического тренинга с применением проективной диагностики проходят по определенной структуре:

1. Настройка/раппорт/доверие.
2. Разогрев.
3. Актуализация визуальных, ауди и кинестетических ощущений.
4. Индивидуальная изобразительная работа – разработка темы.
5. Активная вербализация и невербальное представление.
6. Коллективная работа.
7. Заключительный этап, рефлексия.

**Первый этап** «Настройка» – введение. В нем ставится оценка актуального состояния участников, реализуется так называемый «настрой на работу» и создается доверие/раппорт. Здесь происходит процесс знакомства с ведущим, участниками, программой занятий, обсуждается ожидание участников. Применяются различные виды игр и арт-терапии [14-15], одновременно с диагностической техникой [16].

**Второй этап.** Разогрев. Цель – постепенно привести группу в динамику темы. В этом случае подходят различные упражнения под формой так называемой *психогимнастики*. Она необходима и для ведущего, и для участников. Вводными подходящими упражнениями могут быть: «Зевок» (мы зеваем - при усталости, напряжении, тревоги, скуке ..... и тогда зевание сигнализирует, что организм из состояния возбуждения плавно переходит в расслабление и релаксирующее состояние „творческой бодрости”); дыхательные методики; релаксирующая техника для расслабления мышечного напряжения; медитативные упражнения, формулы самовнушения (аффирмации); визуализация; замена иррациональных мыслей рациональными/положительными, рефрейминг (смена рамок) и др. Успешно используется техника арт-терапии/арт-педагогики, например «Каракули» (Д. Винникотт) [17], «Техника закрытых глаз» Ф. Кейна, М. Ричардсона, описанные выше, а также близкие по содержанию и методике проведения упражнения «Эстафета линий», «Автографы». Подойдут различные игры с цветом, например, участникам занятия предлагается вспомнить, какие чувства они чаще всего испытывают, нарисовать их красками в виде разноцветных пятен, подписать названия. В качестве самостоятельного упражнения на этапе разогрева можно предложить участникам изобразить с помощью линий и цвета определенные эмо-

ции, к примеру, по методике М. Бетенски, – страх, любовь, злость. Основное условие: рисунки должны быть абстрактными, т.е. не содержать конкретных образов, пиктограмм, символов-штампов (сердечки, цветочки, стрелы и др.). Каждый участник работает самостоятельно. На изображение одной эмоции отводится 2-3 минуты. На этом этапе обсуждение не проводится.

**Третий этап** связан с актуализацией визуальных, аудиальных и кинестетических ощущений, рожденных от воздействия техники и методики первого и второго этапов тренинга. Если в группе ярко выражена потребность поделиться впечатлениями, надо направить вербальное самовыражение участников на обсуждение их чувств, мотивов выбора цвета, формы, но не анализировать изобразительную продукцию (Лебедева, 2013) [13, с. 106-107].

**В четвертом этапе** в тренинг-программе выделяется время для настоящей изобразительной и диагностической работы. Здесь для участников разрабатывается актуальная тема, как художественно-творческая деятельность, арт-проективная диагностика, фототерапия/фотодиагностика; может быть сочетано с озвучиванием подходящих мелодий из репертуара музыкотерапии и/или элементами из танц-терапии с движениями и ритмом.

**Пятый этап** тренинга предлагает «активную вербализацию и невербальное представление» каждому участнику или по оценке ведущего тем, у которых есть желание публичной презентации или высказываний.

**Шестой этап** представляет элемент «коллективной работы». При фокусированной психодиагностической программе он может быть пропущен, но все-таки он имеет свое полезное предназначение в групповом процессе. Здесь участники выходят из индивидуальных рамок себяпредставления и делают опыты работы в групповом формате, утверждают групповые нормы и принципы и демонстрируют умение работы в коллективе, работу в обществе, социальное взаимодействие. Процесс может быть превращен в диагностическую процедуру группового формата.

**Шестой этап** является заключительным. Он посвящен обобщению результатов деятельности, обратной связи, наставлению и рефлексии (таблица 1).

Таблица 1 – Примерная модель для структуры программы «Тренинг с применением арт-терапевтической психодиагностики»

№	Этапы проведения тренинга	Примерные арт-проективные диагностические процедуры и техники
1	Настройка/раппорт, доверие	Проективный тест «Доверие», рисовальный тест или коллаж «Кукла на которую я похож» (Великова, 2016) [18], рисовальный тест «Мое име», рисовальный тест «Автопортрет», тест «Цвета моего имени», рисовальный тест «Личный герб» и др.
2	Разогрев	Применяются элементы психогимнастики и/или тесты: «Каракули» по Д. Винникотте, «Техника закрытых глаз» Ф. Кейна, М. Ричардсона, упражнения «Эстафета линий», «Автографы». различные игры с цветом, например, участникам занятия предлагается вспомнить, какие чувства они чаще всего испытывают, нарисовать их красками в виде разноцветных пятен, подписать названия и др. ассоциативные тесты, напр. «Куб, лестница и цветок» и др.
3	Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений	Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений – вербальное самовыражение участников на обсуждение их чувств, мотивов выбора цвета, формы, но не анализирование изобразительной продукции. В этой части может быть представлена мини-презентация или рассказ ведущего, который будет направлен к основной теме. В этот момент участники сопереживают, двигаются, применяется музыкальная терапия, танцевальная терапия, работа с повествованием, фототерапия. Определение вида технологии – это стратегия, внимательно подобранная ведущим, в синхроне с заявкой участников. Темы могут варьировать: «Я и мое тело», «Я и моя болезнь», «Серебристая капсула», «Мои переживания», тест «Палитра чувств», методика А.Н. Лутошкина «Эмоциональная цветопись», абстрактные рисунки «Дзень каракули» Мийры Лий Патель и др. Другие примерные вопросы участникам: Что ты чувствуешь в своем теле? Что вызывает это чувство? Какие рождает мысли? Что хочешь сделать после этого? Что ты думаешь, что может случиться после этого? Как бы ты назвал это чувство? Если чувство осело, опять задай себе вопросы, чтобы стимулировать собственное сознание!
4	Настоящая изобразительная и диагностическая работа	В зависимости от темы и необходимости участников исследовать свои собственные переживания, внутренние конфликты и убеждения, например: личностная ориентированная диагностика: тест «Кто Я?», тест «Лестница», тест «Незаконченные выражения», тест «Ассоциации», тест «Любимое животное», тест «Человеческая фигура Маховера», тест «Два дома», методика «Если бы ты был волшебником. Если бы у тебя была волшебная палочка», методика «Мой герой», рисовальный тест Р. Сильвера, психодиагностический инструмент «Мандала», экспресс-тест «Конструктивный рисунок человека, авторская методика по диагностике и оценке семейства с арт-терапией А.И. Копытина и др. (Копытин, 2014, Бурлачук, 2005); методы интерпретации, связанные с личностью и общением: (тест «Дом, дерево, человек», тест «Рисунок семьи», цветовой тест отношений, графическая беседа «Мой круг общения», тест «Картина мира», тест «Свободный рисунок», тест «Заколдованное семейство», тест «Картина своей жизни», социограмма «Моя семья» по В.В. Ткачевой; тест оценки привязанности: «Нарисуй гнездо» Дона Кайзера, тест «Мои имена из детства» и др.; тесты, ориентированные на специфические группы проблемного поведения. Например: проективный тест на измерение агрессии «Кактус», тест «Рука» и др., тест страхового состояния, проективный тест личности детской тревожности, проективный тест адаптации и др.
5	Активная вербализация и/или невербальное представление каждого участника	Подходящим является стимуляция вербального выражения эмоциональных переживаний, спровоцированных при тревожности участников во время своей презентации. Это упражнение можно провести с маленькими группами или в момент разговора. Вопросы участникам: Что создал, что получил, Какие чувства испытывал в процессе работы? Был ли момент удовлетворения? Где в своем теле ты чувствуешь эти чувства? Какие ситуации твоей жизни отражает эта работа? Какая часть этой работы больше всего тебе по вкусу? Есть ли в ней место, которое хотел бы усовершенствовать? Что важного ты хотел бы сказать об этой работе? Что нового ты о себе узнал, пока работал по этой модели? (Великова, 2016).
6	Заключение	Обобщение результата деятельности и ретроспекция совершенного – представляется ведущим: упражнение „Обратная связь” (Фопель, 2002) [19]; упражнение „Снежинки“ (как видятся сейчас отношения в тренинге и твое участие через различные перспективы в открытых местах снежинки), упражнение „Комплименты“ (Стишенок, 2012) [20]. Другая полезная практика пре заключительном этапе – это „Корзинка с идеями”: Ведущий подает корзинку с маленькими пустыми листками бумаги. Каждый участник встает, берет листок из корзинки и записывает на нем идею/идеи из тренинга, которые отнесет домой/ на работу. Каждый читает вслух перед всеми то, что он написал. После этого оставляет себе этот листок [21]. <i>Заключительные слова:</i> Благодарим Вас за участие, надеемся, что тренинг был полезен и приятен для вас. Если у вас есть желание и вы не очень устали, перед тем как уйдете, заполните, пожалуйста, анкету для обратной связи.

## Заклучение

Настоящая разработка акцентирует возможности применения арт-проективной диагностики в тренинг-формате с целью самопознания и личностного развития участников в группе. Этот вариант предполагает, кроме стимула, так же и исполнение различных по своему характеру

художественных задач, а те, в свою очередь, должны быть рассмотрены как диагностический инструмент, который дает информацию для внутренних побуждений, потребностей и конфликтов человека. И таким образом они превращаются в своеобразный документ для изображения личности и общественных отношений, культуры, настроения, убеждения, быта, коммуникаций.

## Литература

- 1 Алексиева, М., Митева П. Искусство быть тренером. – Бургас: БСУ, 2016.
- 2 Тренинг. Руководство к действию. Теория и практика. – М., 2005.
- 3 Гало К. Тайны рассказывания историй. – София, 2017.
- 4 Окно Джгари // Режим доступа <https://bg.wikipedia.org/wiki> Дата доступа 20.08.2017
- 5 Ильин, Е.П. Психология доверия. – М-СПб., 2013.
- 6 Ильин, Е. П. Психология помощи. – М-СПб., 2013.
- 7 Энциклопедия. Психология / ред. Дж. Корсини, 1998.
- 8 Рисуночный тест на доверие. Проективные методики // Режим доступа <http://psycabi.net/testy/447-risunochnyj-test-na-doverie-proektivnye-metodiki> Дата доступа 8.08.2017
- 9 Копытин, А.И. Психодиагностика в арт-терапии. – СПб., 2014/
- 10 Бурлачук, Л.Ф. Психодиагностика: учеб. пособие для вузов / Л.Ф. Бурлачук. – СПб.: Питер, 2005.
- 11 Копытин, А. Дж.Платтс, Руководство по фототерапии. – М., 2009.
- 12 Копытин, А.И. Клиническая и социальная арт-терапия и визуальная антропология // Клиническая и специальная педагогика. – 2014. – № 1. – СПб., 2014.
- 13 Лебедева, Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб.: Речь, 2003. – 256 с. Серия – психологический практикум.
- 14 Грецов, А.Г. Тренинги развития с подростками: творчество, общение, самопознание. – СПб., 2011.
- 15 Мынбаева, А.К., Вишневецкая, А.В. Психологи-педагогическая диагностика и развитие творческого потенциала и креативности студентов и магистрантов. – Алматы, 2014.
- 16 Тренинг. Настольная книга тренера. – СПб.: Питер, 2001.
- 17 Пател, М.Л. Дзень каракули. – Локус Публишинг ЕООД, 2017.
- 18 Великова, Е. Мастер арт-терапевтический курс. Институт терапии и экспрессивного искусства. – М., 2016.
- 19 Фопель. Модификация упражнения Д. Дайера. – М., 2002.
- 20 Стишенов И.В. Из гусеницы в бабочку: Психологические сказки, притчи, метафоры в индивидуальной и групповой работе. – М.: Генезис, 2012.
- 21 Silver R. The Silver Drawing Test and Draw a Story. – N.Y.: Brunner/Routledge, 2007.

## References

- 1 Alexieva, M., Miteva, P. (2016). The art of being a coach. Burgas: BCU.
- 2 Training (2005). Guide to action. Theory and practice. Moscow.
- 3 Halo, K. (2017). Secrets of telling stories. Sofia.
- 4 Jgari window (2017). Access mode <https://bg.wikipedia.org/wiki> Access date 08/20/2017
- 5 Ilyin, E.P. (2013). Psycholigie of trust. Moscow- St. Petersburg: Piter.
- 6 Iiin, EP (2013). Psychology of Relief. Moscow- St. Petersburg: Piter.
- 7 Encyclopedia of Psychology, ed. J. Corsini (1998).
- 8 Picture test for trust (2017). Projective techniques. Access mode <http://psycabi.net/testy/447-risunochnyj-test-na-doverie-proektivnye-metodiki> Date of access 08.08.2017
- 9 Kopytin, A.I. (2014). Psychodiagnostics in art therapy. St. Petersburg
- 10 Burlachuk, LF (2005). Psychodiagnostics: Textbook. manual for universities. St. Petersburg: Peter., 2005.
- 11 Kopytin, A. (2009). J. Platts, Guide to Phototherapy. St. Petersburg.
- 12 Kopytin, A.I. (2014) Clinical and social art therapy and visual anthropology // Clinical and special pedagogy. – 2014. - No. 1. - SP.,
- 13 Lebedeva, L.D.(2003). The practice of art therapy: approaches, diagnostics, system of contracts. St. Petersburg: Speech. 256 p.
- 14 Gretsov, AG (2011). Trainings with teenagers: creativity, communication, self-knowledge. St. Petersburg.
- 15 Mynbayeva, AK, Vishnevskaya, A.V. (2014) Psychologists-pedagogical diagnostics and development of creative potential and creativity of students and undergraduates. Almaty: Kazakh University.
- 16 Training (2001). Handbook of the coach. St. Petersburg: Peter.



- 17 Patel, M.L.(2017) The doodle of doodle. Locus Publishing Ltd.
- 18 Velikova, E.(2006). Master art-therapeutic course. Institute of Therapy and Expressive Art. Moscow.
- 19 Fopel (2002). Modification of the exercise of D. Dyer
- 20 Stishenok, I.V.(2012). From the caterpillar to the butterfly: Psychological tales, parables, metaphors in individual and group work. Moscow: Genesis
- 21 Silver, R. (2007) The Silver Drawing Test and Draw a Story. N.Y., Brunner / Routledge.