

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«Тольяттинский государственный университет»

Гуманитарно-педагогический институт
(наименование института полностью)

Кафедра «Педагогика и психология»
(наименование)

37.04.01 Психология
(код и наименование направления подготовки)

Психология здоровья
(направленность (профиль))

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА
(МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ)**

на тему Возможности этнокультурной арт-терапии в предупреждении этнических
межличностных конфликтов

Обучающийся М. В. Кравченко
(Инициалы Фамилия) (личная подпись)

Научный
руководитель канд. психол. наук., Т. А. Бергис
(ученая степень (при наличии), ученое звание (при наличии), Инициалы Фамилия)

Оглавление

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические основы подходов и методов предупреждения межличностных конфликтов.....	13
1.1 Подходы к предупреждению межличностных конфликтов.....	13
1.2 Особенности и специфика методов предупреждения этнических межличностных конфликтов.....	20
1.3 Этнокультурная арт-терапия, как метод предупреждения этнических межличностных конфликтов.....	43
Глава 2. Исследование возможностей практического применения этнотерапии в реальной жизни.....	66
2.1 Организация и эмпирические методы этнотерапии	66
2.2 Результаты исследования.....	75
2.3 Разработка и апробация программы этно-терапии, направленной на предупреждение этнических межличностных конфликтов.....	86
2.4 Особенности конфликтности и межэтнической толерантности на контрольном этапе.....	93
Заключение.....	104
Список используемой литературы	108

Введение

Актуальность исследования обусловлена тем фактом, что для современного типа развития цивилизации характерными являются такие особенности как наличие неоднородности этнокультурного развития, многообразием развития культурных форм и перехода от внешнего этнофункционального развития во внутренний. Данные особенности могут в будущем способствовать развитию конфликтов в психологическом развитии современного человека. На основе данных характеристик необходимо отметить, что одним из наиболее важных понятий в системе рассогласованности внешней и внутренней среды человека на основе этнических функций.

Этнические межличностные конфликты представляют собой одну из наиболее острых и актуальных проблем современного общества. Исследование этих конфликтов важно для понимания механизмов их возникновения и способов разрешения. В данной работе рассматриваются понятие этнического межличностного конфликта, его особенности, а также причины, способствующие его возникновению и возможности его предупреждения через применение этнокультурной арт-терапии.

Энотерапия в рамках современной арт-педагогики может представлять собой определенные показатели фольклора, которые выделяют такие особенности как обучение, воспитание, профилактика и коррекция. Данный тип терапевтического воздействия во многом может определяться наличием деятельности в рамках глубины сознания и умения разбираться в собственных внутренних переживаниях. Основной целью фольклорной деятельности является прикосновение к глубокому сознанию на основе гармонизации человеческой личности, в рамках взаимодействия с окружающим миром на основе творческого развития.

Процессы развития этнокультурной компетенции во многом представляют собой социокультурное развитие. В большей части данные

элементы развития личности основаны на историческом развитии общества, что оказывает влияние на негативные типы взаимодействия между различными культурами. Процессы обучения в рамках тренингового поведения оказывают влияние на изменение естественного поведения личности. При помощи использования знаний и умений, которые были приобретены в данной области, получается преодоление традиционного эгоцентризма и происходит развитие взаимоотношений в рамках оценки культурной принадлежности личности. Это указывает на необходимость оказания помощи и поддержки людям в рамках формирования высокого уровня этнокультурной компетентности.

Для современных научных исследований характерными являются такие особенности как необходимость работы в рамках национально-культурных элементов, формируется развитие и применение определенных тренинговых и обучающих технологий в рамках этнокультурной терапии. Данное направление в развитии данного направления психотерапии включает в себя элементы изобразительной, музыкальной, танцевальной деятельности в развитии терапии.

В области современных методик одним из ключевых направлений является применение арт-терапевтических подходов, основанных на элементах фольклора и методах «психодрамы», разработанных специалистами в области психологии. Этот подход играет значительную роль в стимулировании творческих способностей личности и способствует комплексному улучшению как умственного, так и физического развития.

Изложенная выше информация подчеркивает, что внедрение методов этнокультурной психотерапии играет ключевую роль в формировании индивидуальности. Особое внимание уделяется использованию народного творчества как инструмента для решения личностных задач и активации творческого потенциала, что в свою очередь способствует укреплению толерантности к различиям между народами и культурами.

Для оценки условий современного культурного развития происходит

повышение уровня этнокультурного типа информации на основе развития современного человека и сформированности показателей развития недостатков психики на основе повышения показателей психологического типа дезадаптации на основе снижения показателей депрессивных состояний. Формирование представлений о конкретных социально-исторических условиях в рамках поликультурного обучения и воспитания на основе снижения показателей данных процессов. Многие исследования указывают на наличие системы развития человека в рамках показателей эмоционального уровня развития эмоциональной адаптации и снижения показателей применения вредных привычек.

Исследование культурных особенностей и их влияния на методы работы с определенной аудиторией включает в себя слияние образовательных методик, коррекционных и терапевтических практик в Европе, которые были обогащены благодаря традициям из Европы, США, и других стран. Это способствовало формированию уникальных концепций, основанных на различных философских и религиозных учениях, включая принципы хатха-йоги для саморегуляции, дзен-буддизма как основы гештальт-терапии, и суфизма, лежащего в основе гуманистической психотерапии, разработанной Ассаджиоли и Родригесом, Менегетти (онтопсихология), бахаизм (кросс-культурный подход Н. Пезешкиана к психотерапии и образованию) и другие.

Исследованиями в области изучения показателей сформированности этнотерапии в условиях современной культурно-психологической ситуации занимались многие отечественные и зарубежные исследователи, среди которых необходимо выделить таких как: В. С. Агеев, Г. М. Андреева, Ф. Бернард, И. В. Вачков, А. И. Донцов, Т. Г. Стефаненко, Н. М. Лебедева, Р. Кочюнас, Р. Д. Льюис и так далее.

Нами был сформулирован понятийный аппарат, согласно которому:

Объект исследования – этнокультурная арт-терапия как метод предотвращения этнических межличностных конфликтов в многонациональных коллективах.

Предмет исследования – возможности этнокультурной арт-терапии в предупреждении этнических межличностных конфликтов.

Цель исследования – рассмотреть возможности внедрения этнокультурной арт-терапии как метода предупреждения межличностных конфликтов.

В процессе исследования сложилось противоречие между необходимостью предупреждать и корректировать деструктивные межличностные конфликты на национальной почве с помощью различных способов и недостаточным использованием в этом процессе этнокультурной арт-терапии.

Для разрешения данных противоречий в теории и практике мы сформулировали проблему исследования: каковы возможности арт-терапии в предупреждении межличностных конфликтов?

Гипотеза исследования: мы предполагаем, что использование этнокультурной арт-терапии способствует оптимизации психологических процессов участников, таких как толерантность, а также снижению уровня конфликтности и агрессии в межличностных взаимодействиях.

Задачи исследования:

- рассмотреть основные методы предупреждения и коррекции межличностных конфликтов;
- раскрыть основные особенности этнокультурной терапии как средства предупреждения межличностных конфликтов;
- провести эмпирическое исследование в соответствии с тематикой исследования;
- разработать практические рекомендации для применения арт-терапевтических подходов в профилактике межэтнических конфликтов.

Теоретико-методологическую основу исследования составили основные принципы отечественной и зарубежной психологии, основанные на работах таких российских учёных, как В. А Тишков, который подчеркивал важность учета этнических особенностей в психотерапии, а также А. С. Рубинштейн,

который исследовал личностные аспекты межэтнического взаимодействия. Между тем, зарубежные исследователи, такие как Джон Х. Э. Мейнард, обосновавший методы арт-терапии в контексте этнической идентичности, и Эджар И. Дейвис, работавший над применением культурных подходов в психотерапии, также внесли значительный вклад в методологию этнотерапии. Эти принципы включают признание культурной специфики, использование арт-терапевтических техник для самовыражения и понимания, а также создание безопасного пространства для диалога между представителями различных этнических групп. Таким образом, объединение теоретических основ и практических методов этнокультурной арт-терапии способствует эффективному разрешению конфликтов, основанных на этнических различиях, и созданию условий для взаимопонимания и толерантности.

Для достижения поставленных задач и подтверждения выдвинутой гипотезы применялись следующие методы исследования:

- метод теоретического анализа литературы по проблеме исследования, изучение опыта отечественных, а также зарубежных арт-терапевтических, психологических деятелей;
- эмпирические методы: беседа, анкеты; эксперимент, анализ самоотчетов; включенное наблюдение и анализ в процессе практической работы, проведение тренинговых занятий, создание тренинговой этнокультурной программы; тест К. Томаса «Стратегия поведения в конфликтной ситуации»; методика диагностики уровня личностной агрессивности и конфликтности Е. П. Ильина и П. А. Ковалева.
- методы обработки результатов (количественный и качественный анализы полученных данных).

Опытно-экспериментальная база исследования. Исследование проводилось на базе Калининградской региональной общественной организации по сохранению и развитию культуры финно-угорских народов «Йолташ» - «Дружба» в городе Калининграде. В процессе участники прошли личностные тесты и опросники, которые исследовали уровень конфликтности

и личной агрессивности, стратегии поведения в конфликтных ситуациях и, после проведения цикла этнокультурных тренингов, было проведено сравнение результатов тестов с констатирующим этапом.

Выборка: В исследовании приняли участие 105 человек в возрасте от 26 до 65 лет. Респонденты были разбиты на три возрастные категории:

- молодёжь (от 26 до 35 лет);
- взрослые (от 36 до 55 лет);
- старший возраст (от 56 до 65 лет).

По этническому составу выборка включала людей, представляющих финно-угорские народы, русскую, татарскую и другие этнические группы. Некоторые участники не смогли точно указать свою этническую принадлежность.

Научная новизна исследования проявляется в нескольких аспектах, которые вносят вклад в существующую науку и практику в области психологии, социальных отношений и конфликтологии:

- интеграция подходов: исследование предлагает новый комплексный подход к предупреждению этнических конфликтов, объединяя методы арт-терапии и элементы этнокультурного взаимодействия. Это позволяет рассмотреть терапевтический процесс не только как инструмент для работы с индивидуальными психическими состояниями, но и как средство межкультурного диалога и взаимопонимания;
- фокус на этнической идентичности: в отличие от традиционных методов терапии, которые могут игнорировать культурные различия, данное исследование акцентирует внимание на значении этнической идентичности в профилактике конфликтов, что является новым направлением в области арт-терапии. Это позволяет адаптировать методы терапии под специфические нужды различных этнических групп;
- эмпирическое обоснование: в рамках исследования проводится эмпирическая работа, включая опросы и анализ данных о влиянии арт-

терапевтических практик на снижение уровня межэтнической напряженности. Это исследование впервые систематизирует данные о применении арт-терапии в контексте этнических конфликтов, что открывает новые горизонты для дальнейших исследований в области практической психологии;

– разработка методологии: исследование разрабатывает и описывает оригинальные техники и методики арт-терапии, которые могут быть использованы в рамках работы с конфликтными группами. Это включает в себя не только применение традиционных арт-форм (рисунок, музыка, театр), но и специфические методики, основанные на культурных особенностях целевой аудитории;

– социально-психологический контекст: оценивая влияние социальных и культурных факторов на возникновение этнических межличностных конфликтов, исследование уделяет особое внимание историческому контексту и его роли в современных межэтнических отношениях. Это добавляет глубину и широту к пониманию причин конфликтов. Таким образом, данное исследование расширяет научные горизонты в области этнотерапии и предлагает новые подходы к решению актуальных социальных проблем, связанных с этническими конфликтами. Выявленные результаты могут быть полезны как для практиков в области психологии, так и для социальных специалистов, работающих в сфере межэтнических отношений.

Теоретическая значимость заключается в нескольких ключевых аспектах:

– интеграция психологии и культурологии: исследование способствует сближению психологии и культурологии, раскрывая важность учета культурных особенностей при применении терапевтических методов. Это углубляет понимание взаимосвязи между культурной идентичностью и психическим состоянием индивида;

– разработка концепции этнокультурной арт-терапии: в работе

обосновывается новая концепция этнокультурной арт-терапии, которая рассматривает арт-методы как средство для не только индивидуальной, но и межгрупповой терапии. Это расширяет существующие теории арт-терапии, адаптируя их к специфическим условиям межэтнических отношений;

– эмпирическая база: исследование включает эмпирический анализ, который предоставляет новые данные о воздействии арт-терапевтических подходов на снижение межэтнической напряженности. Это обогащает теоретические знания о механизмах возникновения и разрешения этнических конфликтов, а также предлагает пути для более глубокого изучения конфликтных ситуаций.

Практическая значимость исследования состоит в разработке практических рекомендаций для специалистов в области психотерапии и социальной работы, что может содействовать формированию более эффективных стратегий профилактики конфликтов на межэтническом уровне. Таким образом, данное исследование не только наполняет пустоты в теории арт-терапии и этнопсихологии, но и предоставляет ценные инструменты для практического адаптирования терапевтических подходов для работы с этническими группами, что является значительным вкладом в изучение и решение проблемы этнических конфликтов.

Достоверность и обоснованность результатов исследования обеспечивались путём постоянного мониторинга и наблюдения за испытуемыми, научной методологией исследования, выбором и реализацией комплекса методов, адекватных цели, задачам и логике исследования. исследование также апробировано в практической деятельности КРОО «Йолташ», результаты опубликованы в различных научных журналах, в сети интернет и представлены на форумах.

Личное участие автора в организации и проведении исследования состоит в разработке, подготовке и личном проведении этапов исследования, в непосредственной организации опытно-экспериментальной работы на базе

КРОО «Йолташ», где автор является преподавателем и психологом.

Апробация и внедрение результатов работы велись в течение всего исследования. Его результаты докладывались на следующих конференциях:

- международная научно-практическая конференция «Роль и место российского региона в европейском социально-экономическом пространстве» 2024 год;
- всероссийская научно-практическая конференции молодых ученых с международным участием «Мета-предметность и междисциплинарность исследований» 2024 год.

На защиту выносятся следующие положения:

- арт-терапия позволяет индивидуумам выражать и осмысливать свои эмоции и переживания, способствует развитию эмпатии и культурной чувствительности, тем самым уменьшая вероятность возникновения этнических конфликтов и усиливая навыки конструктивного взаимодействия в многоэтнической среде;
- арт-терапия может уменьшить уровень конфликтности за счёт улучшения способности участников понимать и принимать разные точки зрения, что особенно актуально в контексте этнического разнообразия;
- из-за развивающего воздействия арт-терапии на эмоциональную регуляцию участников, можно ожидать снижение агрессивных реакций, что является важным для предотвращения межличностных конфликтов, особенно в мультикультурных взаимодействиях;
- участие в арт-терапии может способствовать формированию более толерантных установок и поведений, позволяя участникам осознавать и принимать культурные различия, что также может привести к более конструктивной коммуникации и разрешению конфликтов.

Таким образом, исследование направлено на анализ и подтверждение данной гипотезы, а также на выявление практических рекомендаций для реализации арт-терапевтических подходов в профилактике межэтнических

конфликтов

Структура магистерской диссертации: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка используемой литературы. Основной текст работы без списка литературы изложен на 107 страницах. Во введении отражена актуальность исследуемой темы и прописан научный аппарат работы, включающий цель, задачи, гипотезу, объект, предмет, практическую значимость, методы и методики и другие необходимые элементы. В первой главе раскрываются теоретические основы подходов и методов предупреждения межличностных конфликтов, особенности и специфика методов их предупреждения и рассматривается этнокультурная арт-терапия, как метод предупреждения этнических межличностных конфликтов на основании анализа отечественных и зарубежных источников литературы.

Вторая глава содержит описания эмпирического исследования, проведенного в КРОО «Йолташ», анализ и интерпретацию полученных результатов. В заключении отражены основные выводы исследования и полученные результаты. В списке литературы представлены источники, используемые в ходе выполнения работы.

1 Теоретические основы подходов и методов предупреждения межличностных конфликтов

1.1 Подходы к предупреждению межличностных конфликтов

В современной педагогической науке большое внимание уделяется вопросам изучения показателей оказания психологической помощи в рамках развития системы разработки новых методов в рамках данной системы работы. Для показателей современного культурного кризиса в мировой практике необходимо отметить большое количество различной информации, определяющей систему жизни современного человека. Именно разнообразие подаваемой информации оказывает влияние на развитие психологической информации на основе негативных эмоциональных состояний.

Этнический межличностный конфликт можно определить как столкновение интересов, ценностей и норм поведения между представителями различных этнических групп. Конфликт имеет межличностный характер, что подразумевает его возникновение на уровне индивидов, а не целых народов или наций. Этнические конфликты могут проявляться в различных формах, начиная от открытых столкновений и заканчивая скрытой враждой и предвзятостью.

По мнению авторов, таких как Ф. Ф. Киселев, этнический конфликт возникает «в результате взаимных предвзятостей, стереотипов и исторических противоречий» между этническими группами. Основные причины межличностных этнических конфликтов могут быть связаны с экономическими факторами, социальными неравенствами и политическими напряжениями.

Одной из главных особенностей этнического межличностного конфликта является его эмоциональная насыщенность. Конфликты, связанные с этническими различиями, часто вызывают сильные чувства, такие как ненависть, страх и предвзятость. Данная эмоциональная составляющая

усложняет процесс разрешения конфликта и может приводить к его эскалации.

Кроме того, этнические конфликты обычно сложны и многослойны. Они могут включать в себя не только прямые конфликты интересов, но и более глубокие социальные, культурные и исторические аспекты. Например, многие конфликты имеют свои корни в исторических травмах, неразрешенных обидах или социальном неравенстве.

Причины этнических межличностных конфликтов:

- социальные и экономические причины: основными факторами, способствующими возникновению этнических межличностных конфликтов, являются социальные и экономические условия;
- увеличение конкуренции за ресурсы, такие как рабочие места, жилищные условия и доступ к социальным услугам, может приводить к конфликтам между этническими группами;
- культурные причины: культурные различия также играют важную роль в возникновении этнических конфликтов. Непонимание или недовольство культурными нормами и ценностями другой группы может приводить к напряженности и враждебности;
- политические причины: неправильная или односторонняя политика со стороны государства в отношении этнических групп может усугублять межличностные конфликты. Применение репрессивных мер, дискриминация или, наоборот, предпочтение одной этнической группы, также могут стать катализатором конфликтных ситуаций.

Одним из ключевых факторов является социальная идентичность. По теории социального самоопределения, предложенной Т. Дж. Тэджфелом и Дж. Т. Тейлором, люди склонны разделять окружающий мир на «мы» и «они». Это приводит к утверждению своей идентичности и возможной агрессии по отношению к представителям других этнических групп [39].

Также важным элементом является стереотипизация. Стереотипы облегчают восприятие социальной реальности, однако могут приводить к искажению образа другой этнической группы. Как отмечает Г. Х. Туманян,

стереотипы часто становятся основой для формирования предвзятости и дискриминации, что в свою очередь может служить катализатором конфликта.

Разрешение межличностных этнических конфликтов может осуществляться различными способами. Одним из наиболее эффективных методов является межкультурная коммуникация. Как утверждает А.Г. Сидоренко, конструктивный диалог между этническими группами может способствовать снижению предвзятости и формированию взаимопонимания. Кроме того, развитие программ по образовательной подготовке, направленных на формирование позитивного отношения к разнообразию, может сыграть важную роль в предотвращении таких конфликтов.

Межличностные этнические конфликты – это сложные и многогранные явления, которые требуют внимательного изучения. Важность дальнейшего исследования данной темы невозможно переоценить, так как оно может способствовать гармонии и взаимопониманию в многонациональных странах.

Для смягчения напряженности между этническими группами важно понимать не только причины возникновения конфликта, но и его особенности. Научные исследования в этой области могут стать основой для разработки эффективных стратегий разрешения конфликтов и стратегий общественного согласия.

Оценка современных показателей поликультурного обучения и воспитания еще больше негативно влияет на систему развития показателей взаимосвязи поликультурной среды и субъкультур в рамках оценки психологического развития современного человека, включающего показатели сформированности негативных эмоциональных ситуаций на основе показателей эмоционального недоразвития в целом [3].

Л. С Выготский отмечал, что в процессе эволюции методов обучения, психологической коррекции, профилактики и терапии в таких регионах, как Европа, США и Россия, наблюдается растущее внедрение идей, которые, напрямую или опосредованно, черпают вдохновение из восточных философских учений [18]. Это касается, например, влияния хатха-йоги,

которая лежит в основе аутогенных тренировок; вклада дзен-буддизма в формирование концепции гештальт-терапии; применения принципов суфизма в гуманистической психотерапии, разработанной Ассаджиоли и Родригесом; а также использования бахаизма для создания кросс-культурного подхода в психотерапии и образовательном процессе, предложенного Н. Пезешкианом.

В области оказания психологической поддержки существуют различные направления, включая оценку психического состояния, корректировку поведения, терапевтическое вмешательство, советование по личностным вопросам, а также помощь в выборе профессии и др. Однако дебаты о разграничении функций между психологической коррекцией и терапией продолжаются, не находя однозначного ответа. В обоих подходах требуются схожие компетенции как от клиента, так и от психолога, включая профессиональные навыки, знания и мастерство. Помимо этого, в процессе работы используются аналогичные методы и процедуры, строится на особом взаимодействии между психологом и обращающимся за помощью [18, с.44].

Необходимо определить основные особенности развития представлений о «коррекции». Коррекция в современной психологической науке может быть выявлена как конкретное взаимодействия умственными структурами клиента. Особенности воздействия оказывают непосредственное влияние на работу с областями психики, включающими основные аспекты правильной или неправильной деятельности. Психологическая коррекция оказывает помощь в рамках налаживания эмоционального фона и определение гармонизации с самим собой и окружающим миром, улучшить самочувствие в целом.

В области психологии различаются многие методы коррекции. К. Жибраева подчеркивает, что важную роль в глубоком понимании коррекционной работы и ее цели предотвращения проблем играют специалисты, такие как С. А. Бадмаев, Г. В. Бурменская, О. А. Карабанова, А. Г. Лидерс, А. С. Спиваковская. Они утверждают, что коррекционная деятельность представляет собой целенаправленное психологическое влияние на определенные группы людей, находящиеся под высоким риском, с целью

изменения или улучшения негативных психологических состояний, известных как факторы психологического риска, и восстановления гармонии в их взаимодействии с окружающим миром [26, с.99].

Важно подчеркнуть, что психологическая коррекция выделяется как специфическое направление в области психолого-педагогической работы, основываясь на комплексе мер, направленных на психическое развитие. Это включает в себя учет важных аспектов возрастной психологии и применение соответствующих критериев и показателей. Тем не менее, следует признать, что такой подход может не всегда совпадать с идеальной моделью развития, особенно когда речь идет о следовании возрастным этапам развития человека в контексте его индивидуального пути самосовершенствования [43].

Психологическое предупреждение межличностных конфликтов также может быть определено коррекционной работой, стоящая в центре педагогических и психологических усилий, целенаправленно влияет на уникальные аспекты развития ума. Она включает в себя использование ключевых оценочных критериев, имеющих значительное значение в области детской психологии, для улучшения как умственного, так и физического развития индивида. Основная задача в работе по поддержке детей, сталкивающихся с трудностями, заключается в помощи в их борьбе с психологическими отклонениями, что является ключевым аспектом коррекционно-воспитательных мероприятий в области их взаимодействия.

В. И. Козлов подчеркивал важность работы экспертов по профилактике межличностных конфликтов, указывая на их ключевую роль в облегчении симптомов, улучшении качества жизни пациентов в семейном и профессиональном аспектах, замедлении прогрессирования болезни и предупреждении повторных эпизодов. Практика в этой области не только способствует приобретению пациентами важных умений для борьбы с болезнью в долгосрочной перспективе, включая самообслуживание и раннее выявление признаков болезни для ее предотвращения, но и обеспечивает их адаптацию к повседневной жизни с учетом постоянных эмоциональных

нарушений [30, с.33].

Основные и наиболее важные особенности предупреждения межличностных конфликтов и их психокоррекции:

- ориентация на людей, которые являются клинически здоровыми и формируют представление о изучение конкретных психологических трудностей и преодоления собственных жизненных проблем;
- коррекционный процесс в большей степени ориентирован на систему изучения здоровых сторон личности респондента, что формирует систему отношения к конкретной степени нарушения;
- процесс профилактики и психокоррекции включает в себя особенные элементы взаимодействия со временем. По большей части отмечается, что психокоррекция может быть ориентирована на настоящее и будущее;
- психокоррекционный и профилактический процесс ориентирован на систему оказания среднесрочной помощи в рамках взаимодействия с конкретными проблемами клиента;
- психокоррекция и предупреждение межличностных конфликтов основаны на изучение ценностного вклада психолога в рамках навязывания системы ценностных ориентаций в системе деятельности.
- психокоррекционная деятельность основана на изменении показателей поведения и развития личности клиента.

В данной системе необходимо отметить тот факт, что психотерапия и психокоррекция имеют определенные различия. Психотерапия основана на работу с расстройствами людей и применениями в рамках взаимодействия с детьми и взаимодействия с соматическими и психическими заболеваниями в рамках работы с пациентками [33].

В. Н. Никитина подчеркивает важность использования в профилактике и психокоррекции тех естественных ресурсов, что способствуют психологическому и личностному росту. В этом контексте ключевую роль играют личностные интеракции и активность самого человека, пропитанные

глубокими эмоциями и отличающиеся уникальной индивидуальностью. При этом особо выделяется необходимость в создании психокоррекционного пространства, где взаимодействие между специалистом и участником строится на равноправии и диалоге. Это предполагает полное признание и акцептацию уникальности каждого человека, включая все его достоинства и недостатки, что является существенным для достижения гармонии в душе.

В рамках психологической профилактики и коррекции взаимоотношения между ее участниками и профессионалом основываются на основах равноправного сотрудничества. Это подразумевает взаимное уважение и признание за каждым прав на самостоятельность, лидерские качества, стремление к личностному развитию, поиску и психологической самостоятельности [37].

О. В. Лунева указывает на то, что профессиональный подход психолога активизирует специфические исправительные механизмы внутри применяемых им психологических методик [35]. Это способствует созданию оптимальных условий для эффективного применения всех инструментов психологического воздействия. В отношении динамики процесса предупреждения и психокоррекции, он предлагает воспринимать ее не как прямолинейный процесс, а как последовательность взлетов и падений, ускорений и замедлений. Эта особенность процесса обусловлена влиянием эмоциональных переживаний, которые играют ключевую роль в психокоррекции и характеризуются высокой степенью изменчивости и динамики.

Коррекционная ситуация включает в себя 5 основных элементов:

- клиентом является человек, который имеет ряд проблем различного рода и нуждается в психологической помощи, психокоррекции;
- человек, который помогает и, благодаря обучению или опыту, воспринимается как способный помочь, – это психолог, психокорректор.
- психологическая теория включает психодинамику, принципы обучения и другие психические факторы;
- набор процедур, используемых для решения проблем клиента, которые

непосредственно связаны с теорией;

– особые социальные отношения между клиентом и психологом, которые помогают облегчить проблемы клиента [40].

В. Дубровина рассматривает психокоррекцию как форму психолого-педагогической деятельности, направленную на коррекцию таких тенденций психического развития, которые не соответствуют гипотетической оптимальной модели нормального развития» [35].

Цель психологической коррекции заключается в исправлении определенных недочетов и проблемных аспектов в процессе личностного развития. В отличие от психологического консультирования и психотерапии, которые фокусируются на формировании и изменении личных установок, психологическая коррекция направлена на внутреннее самосознание и решение проблем через специфические коррекционные упражнения. Это подразумевает активное участие и осознание своих проблем для достижения изменений в личностном развитии.

В контексте данной методологии, профилактика межличностных конфликтов и психокоррекция может быть интерпретирована как процесс, который не только увеличивает спектр взаимодействия с индивидуальными особенностями клиента, но и улучшает оценку специфических стимулов. Это включает в себя разработку умений, основанных на адаптации поведения к новым условиям и укреплении умственной адаптивности, что способствует более эффективному ответу на различные ситуации, с которыми сталкивается личность.

1.2 Особенности и специфика методов предупреждения этнических межличностных конфликтов

Этнические межличностные конфликты представляют собой одну из наиболее острых проблем современного общества, ярко проявляющейся на фоне глобализации и миграционных процессов. Понимание этой специфики, а

также эффективные методы управления этническими конфликтами являются важными аспектами социологии, психологии и культурологии. Данная работа направлена на исследование понятия этнического межличностного конфликта и сравнительный анализ таких понятий, как психокоррекция и предупреждение межличностных этнических конфликтов. В ходе разработки темы будут рассмотрены определения и принципы успешного разрешения конфликтов, а также их предотвращения.

Основная цель профилактических и психокоррекционных методик – выявить у клиента определенные показатели состояний, основанных на психологическом дискомфорте.

Основные задачи психолога в данной системе:

- оказание помощи клиенту в рамках выхода за основные показатели личностного развития;
- формирование системы эмоционально-волевой сферы развития;
- предложить профилактические техники, которые предотвратят эмоциональное выгорание;
- выявить корни детских страхов;
- сформировать недостающие навыки, например, коммуникативные;
- способствовать развитию памяти, мышления, произвольного внимания;
- скорректировать деструктивные модели, внедренные в сознание клиента;
- помочь с улучшением социально-психологического статуса человека в коллективе;
- подтолкнуть клиента к творческому самовыражению;
- повысить стрессоустойчивость и работоспособность;
- «сдвинуть» барьеры, которые психика установила для собственной защиты, до определенных пределов;
- скорректировать пищевое поведение [14].

Этнический межличностный конфликт можно определить как

столкновение интересов, целей или ценностей, которое осуществляется между людьми различных этнических групп. Такие конфликты могут возникать на основы культурных различий, исторических обид и социально-экономической конкуренции. По данным социологов, эмоции, связанные с этнической идентичностью, играют ключевую роль в формировании этих конфликтов.

Этническая идентичность включает в себя не только самосознание индивидуала в контексте своей этнической группы, но и восприятие других групп и их предвзятости. Поэтому такие конфликты могут проявляться в различных формах: от словесных перепалок до насильственных столкновений. Эффективное разрешение конфликтов требует глубокого понимания специфики их возникновения [40].

Виды психотерапии для профилактики межличностных конфликтов.

Предупреждение межличностных конфликтов может определяться наличием нескольких видов деятельности. Профилактика конфликтов может быть сформирована как клиническая, социальная и спортивная деятельность. Для каждого направления характерными являются те или иные показатели и критерии.

По типу решаемых задач

Тут могут быть включены такие особенности как формирование показателей коррекции семейного и индивидуального типа развития профилактики межличностных конфликтов. Индивидуальный подход крайне необходим в рамках оценки системы взаимодействия между различными группами.

По направленности и продолжительности

Данная классификация основана на показателях развития и устранения симптомов, которые включают элементы конкретных поведенческих реакций и эмоциональных проявлений в рамках причинно-следственного подхода [41].

По форме организации

В зависимости от того, с какими исключительностями или проблемами сталкиваются люди, методы психотерапии могут быть разделены на несколько

типов: общий, конкретный и узкоспециализированный. Наиболее широкое распространение получила узкоспециализированная психокоррекция, которая оказывает поддержку в борьбе с такими затруднениями, как фобии или проблемы в общении. Чаще всего в сфере образования применяется закрытый метод. В контексте общего подхода основное внимание уделяется групповым занятиям, что, к примеру, позволяет учителям формировать благоприятную атмосферу в организации.

В условиях многообразия культур и этнических групп, современное общество сталкивается с многочисленными вызовами, связанными с этническими межличностными конфликтами. Психологи, специалисты в области предотвращения конфликтов, играют ключевую роль в решении этой проблемы. Основные задачи, которые стоят перед ними, можно выделить в несколько ключевых направлений.

В этой области фокус делается не на лечение психических нарушений, как это принято у психотерапевтов, а на поддержку индивидов без диагностированных психических заболеваний, сталкивающихся с повседневными сложностями. Так, подход к работе с клиентами напоминает экстренную психологическую поддержку, предоставляемую тем, кто остро нуждается в быстром решении возникшей проблемы, делая акцент на работе со здоровыми людьми, переживающими непростой жизненный период [31].

Психокоррекция — это процесс, направленный на изменение неадекватных стереотипов поведения, восприятия или эмоциональной реакции, который осуществляется с помощью психотерапевтических методов. В контексте этнических межличностных конфликтов психокоррекция может помочь индивидуумам понять свои эмоции, проанализировать поведение и выработать конструктивные стратегии взаимодействия с представителями разных этнических групп.

Данный процесс обычно касается уже произошедших конфликтов, предоставляя возможность людям справиться с негативными эмоциями и восстанавливать связи. Психокоррекционные меры могут включать

индивидуальные и семейные терапевтические сессии, методы арт-терапии, гештальт-терапии или когнитивно-поведенческой терапии.

Предупреждение межличностных этнических конфликтов, с другой стороны, направлено на выявление и устранение причин, которые могут привести к конфликтным ситуациям. Важно создать безопасное пространство для общения, которое способствует взаимопониманию и уважению. Меры по предупреждению конфликтов могут включать образовательные программы, специальные тренинги, межкультурные обмены, инклюзивные проекты, а также развитие социальных навыков [42].

Следовательно, различие между психокоррекцией и предупреждением связано с тем, что первая направлена на устранение последствий уже возникших конфликтов, тогда как вторая — на предотвращение их появления. Таким образом, успешное решение этнических межличностных конфликтов требует комплексного подхода, который объединяет как психокоррекционные методы, так и превентивные стратегии.

Ю. В. Бромлей отмечал, что в психологии существует несколько подходов к психотерапии для предупреждения межличностных конфликтов, каждый из которых растет из уникального психологического течения [15]. Среди наиболее влиятельных направлений выделяются психоанализ, бихевиоризм и экзистенциализм с гуманистическим уклоном. Отличия в понимании того, что представляет собой психическое здоровье и нормальность, приводят к разнообразию в выборе методов и техник для коррекционной работы.

В рамках психоанализа, цель психотерапевтических усилий заключается в облегчении проявлений, возникающих из-за борьбы между сознательными и подсознательными аспектами личности, а именно между Супер-Эго и Ид. Это достигается путем разрешения неэффективных механизмов психологической защиты [15, с.56].

Для современного бихевиористского направления характерными являются конкретные отклонения от нормы в рамках оценки психотерапии на

основе показателей «вредного» обучения

Основным акцентом в данной системе делаются такие показатели как конкретизация форм поведения клиента на основе конкретных обстоятельств в жизни клиента, а психологическая работа может проводиться на основе обучения тем или иным формам поведения.

Психотерапия для профилактики межличностных конфликтов включает в систему собственной деятельности большое количество методик, которые направлены на решение определенных перечисленных задач.

Психотерапевтический процесс при работе со взрослыми отмечают:

- методы, основанные на психоанализе;
- техники оперантного обусловливания;
- гуманистическая работа;
- экзистенциальное направление;
- гештальт-коррекция.

Процессы психотерапевтического взаимодействия включают:

- куколотерапия: данные особенности технологии основаны на том, что при создании клиентом собственной куклы необходимо создавать куклу собственными руками и «оживлять ее». Человек в процессе собственной деятельности способствует рассказу собственной истории и использования куклы как персонажа на основе формирования определенных ситуаций;
- психодрама может быть определена как процесс формирования и нормализации эмоционального фона коллектива на основе проигрывания сценария в рамках выявления социальной роли;
- психогимнастика. Упражнения из этой категории должны быть направлены на развитие коммуникативных навыков, в основном невербальных техник общения (интерпретация жестов и мимики других людей, приемлемое выражение собственных эмоций) [38].

Первая задача психолога для исследования причин и факторов заключается в глубоком исследовании причин этнических межличностных

конфликтов. Это включает в себя анализ культурных, исторических и социальных факторов, которые способствуют возникновению напряженности между этническими группами. Психологи должны использовать различные методики, такие как анкетирование, интервью и наблюдение, чтобы выявить корни предвзятости и агрессии, а также исследовать модели коммуникации между этническими группами.

В работе В. Д. Менделевича рассмотрены следующие методы профилактики и коррекции:

- аутотренинг. Психическая саморегуляция с помощью аутогенной тренировки является одним из наиболее доступных средств регуляции психического состояния. В основе аутогенной тренировки лежат произвольные, волевые, длительные и глубокие упражнения на расслабление мышц. Основными методами психической саморегуляции являются аутогенная тренировка и медитация;
- поведенческая терапия, направленная на модификацию дезадаптивного поведения, ослабление дезадаптивных привычек, внедрение и закрепление адаптивных привычек;
- «нейро-лингвистическое программирование – это метод психотерапии, основанный на изучении оптимальных способов достижения успеха в таких областях, как межличностное общение, образование, бизнес и личностное развитие. Этот метод представляет собой систему психологических манипуляций, основанных на изучении языковой мета-модели человека, суть которой заключается в распознавании моделей каждой группы людей или языковой системы человека для познания мира и себя, выражения чувств и решения проблем» [4];
- психодрама – метод психотерапии, в котором клиенты осуществляют и завершают свои действия через драматизацию, ролевые игры и драматическое выражение;
- транзакционный анализ – метод профилактики нарушений и коррекции поведения, направленный на развитие навыков совладания,

самоактуализации и осознания более конструктивных моделей поведения [6].

Образование является одним из наиболее эффективных инструментов в борьбе с этническими конфликтами. Психологи должны разрабатывать специальные образовательные программы, направленные как на детей, так и на взрослых. Эти программы могут включать в себя тренинги по межкультурной коммуникации, семинары по изучению различий и сходств между культурами, а также занятия, направленные на формирование эмпатии и толерантности. Цель таких программ — люди осознавали и приняли этническое разнообразие как собственное богатство, а не прогрессирующую угрозу.

Психотерапевтический процесс должен состоять из нескольких основных этапов: подготовительное (разъяснительное) интервью, ослабление (подавление) процесса абстинентного синдрома, лечение сопутствующих психопатологических расстройств и коррекция патологических поведенческих паттернов. Затем следует адаптация к новой поведенческой модели и осознание невозможности возобновления употребления наркотиков («риск рецидива») (так называемый самоконтроль).

Психологи также могут стать модераторами диалогов между различными этническими группами. Задача модератора заключается в создании безопасного пространства для обсуждения проблем и конфликтов. Это включает не только контроль за эмоциями участников, но и выстраивание конструктивного диалога. Используя специальные техники, такие как «активное слушание» и «рефрейминг», психологи могут помочь участникам лучше понимать друг друга и находить компромиссные решения.

Психотерапевтические подходы могут быть групповыми, индивидуальными или комбинированными. Групповая психотерапия основана на взаимном положительном влиянии человека, желающего прекратить прием наркотиков, а также на социальных и медицинских рекомендациях.

Групповая психотерапия предпочтительно проводится в небольших

группах от 3 до 10 пациентов. Специалисты должны подбирать участников для планируемой группы на основе сходства их социальных и психологических проблем. Это помогает установить раппорт и эмоциональную связь между ними [12].

Наиболее распространенный подход – поведенческая терапия: самоконтроль, чтение специализированных книг («Простые способы бросить курить» и прочие).

Поведенческая терапия предполагает «самоконтроль»: пациенты учатся «самоконтролю», отмечая условия, которые усиливаются. Пациенты также практикуют «контроль над стимулами», который заключается в устранении стимулов из окружающей среды [23].

Психологи должны также предоставлять консультативную поддержку людям, находящимся в конфликтах. Это может включать индивидуальное консультирование, групповые сессии и терапию для тех, кто страдает от последствий межличностных конфликтов. Психологическая поддержка помогает укрепить связи внутри этнических групп, а также восстановить уязвимые отношения, что, в свою очередь, способствует искоренению стереотипов и предвзятости.

Может использоваться когнитивная терапия:

- детальный анализ мыслей, чувств и поведения пациента;
- анализ мотивации к избавлению от зависимости;
- составление контракта на лечение с разделением ответственности между терапевтом и пациентом;
- документирование мыслей, чувств и поведения, а также стимулов и методов преодоления «тяги»;
- адаптация образа жизни для освоения новых видов деятельности [3].

Предотвращение этнических межличностных конфликтов требует комплексного подхода. Психологи должны активно взаимодействовать с образовательными учреждениями, правительственными и неправительственными организациями для создания и реализации

разнообразных программ, направленных на предупреждение конфликтов. Это сотрудничество может включать совместные исследовательские проекты, семинары и конференции, что в свою очередь повысит уровень осведомленности и понимания этнических вопросов в обществе.

Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ-СВТ) является наиболее важной областью психотерапии. Основные принципы когнитивно-поведенческой терапии представляют собой определенные совместные отношения между пациентом и терапевтом, которые основаны на избегании конфликтов и активного слушания. Данные особенности включают в себя элементы высказываний пациентов и ощущений качества успешной деятельности, что ориентировано на формировании позитивных навыков и переживания преимуществ отказа от алкоголя и табака.

С. А. Бадмаев подчеркивает, что данная терапевтическая стратегия направлена на то, чтобы изменить закрытость человека, прекратить зависимость от условной поддержки и научить его адаптироваться.

В центрах по борьбе с наркотической зависимостью, когнитивно-поведенческая терапия (КПТ) служит важным инструментом, позволяющим молодежи осознавать и анализировать свои наркотические привычки. Это особенно значимо, учитывая, что наркотическое поведение не только формируется под влиянием внешних стимулов, но и укрепляется через зависимость, делая саморефлексию критически важной частью лечения [11, с.12].

Техника включает в себя коррекцию обычных взглядов на собственную зависимость, а также применение когнитивно-поведенческой терапии для борьбы с депрессией и тревожностью.

Консультации помогают пациентам осознать и обратить внимание на препятствия и сложности, которые могут возникнуть при борьбе с вредными привычками. Они также мотивируют пациентов разрабатывать и применять методы предотвращения и управления разными формами зависимости [5].

Врачи имеют задачу не только оценить, но и предоставить

профессиональные советы своим пациентам, касаясь препятствий на пути к избавлению от зависимости, включая проблемы, связанные с чрезмерным потреблением алкоголя и беспокойство по поводу возможного набора веса. Важно, чтобы подход к консультированию был основан на сочувствии и поддержке. Цель состоит в том, чтобы интегрировать этот подход в повседневную клиническую практику, обеспечивая либо личную поддержку, либо направление пациентов к специализированным программам по отказу от вредных привычек. В рамках этой работы молодежь, борющаяся с разнообразными формами зависимости, обучается эффективным методам преодоления соблазнов к употреблению наркотиков или алкоголя. Это сопровождается психологической и поведенческой поддержкой, направленной на полное прекращение употребления вредных веществ.

Существующие исследования показывают, что универсальное применение рекомендаций к каждому пациенту является редкостью. Лечебные подходы, основанные на определенных когнитивных моделях, часто требуют уникальных стратегий. При этом, в большинстве проведенных исследований не было зафиксировано значимых связей с какими-либо контрольными группами [13].

Третий подход, известный как когнитивно-поведенческая терапия, играет ключевую роль в борьбе с зависимостью, так как он включает в себя не только оценку желания пациента прекратить использование вредных продуктов, но и акцентирует внимание на развитии навыков общения в рамках взаимоуважения и взаимопонимания между терапевтом и пациентом. Эта методика также тщательно анализирует уровень зависимости, основываясь на стремлении человека избавиться от вредных привычек. Немаловажно, что большая часть людей, сталкивающихся с разными формами зависимости, не полностью осознают, какие процессы происходят в их мозге при потреблении наркотиков или алкоголя. Детальное обсуждение с профессионалом о последствиях употребления этих веществ для мозга и механизмах формирования зависимости может значительно укрепить желание пациента

отказаться от них. Кроме того, возможность обсудить собственные страхи и предоставленные методы лечения способствует более глубокому пониманию и анализу процесса выздоровления [5, с. 83].

Часто используются другие психотерапевтические подходы, а также сеансы гипноза, психологическая поддержка, ТЭС-терапия и рефлексология.

Одной из задач психологов является оценка и анализ эффективности реализуемых программ и мероприятий по предупреждению этнических конфликтов. Это может включать как количественные, так и качественные методы исследования, чтобы определить, как изменения в обучении и профилактических мероприятиях влияют на уровень конфликтов и восприятие этнического разнообразия. Постоянная оценка позволяет выявить успешные стратегии и внесение корректив в программы для улучшения их результатов.

В процессе профилактики и психокоррекции можно выделить ключевые техники и подходы, которые формируются не только на основании различных теоретических школ психологии и установленных целей данного направления. Важно также учитывать достижения и практические результаты, зарегистрированные в «Рабочей тетради практического психолога», что подразумевает определение следующих векторов работы в этой области:

Стратегии повышения контроля над психическими функциями, направленные на развитие эмоциональной устойчивости и самодисциплины, включают:

- совершенствование способностей к саморегуляции психики через анализ поведения и поступков индивида при преодолении препятствий, используя методики делового общения для оценки;
- выявление ключевых аспектов когнитивного и эмоционального роста, основываясь на способности к самоконтролю эмоций и разработку соответствующих ответных действий на внешние стимулы от руководства, в контексте анализа поведения в конфликтных ситуациях.

В области профилактической и коррекционной деятельности ключевую роль играют методики, направленные на изменение ценностных ориентиров.

Эти методики предполагают, в частности:

- развитие стремления к самостоятельности и отказ от подчинения несостоятельным нормам, что способствует уменьшению протестного поведения и укреплению личностного сопротивления негативным общественным явлениям;
- укрепление чувства свободы и самоконтроля через минимизацию отрицательного воздействия вредных привычек и зависимостей, повышая тем самым уровень личностного благополучия.

Как указывает Л. Джуэл: «методы групповой психотерапии, как правило, направлены на выработку норм личного поведения и межличностного взаимодействия, развитие способности гибко реагировать на ситуацию, быстро перестраиваться в разных условиях и разных группах. В качестве таких методов используются специально разработанные психотехники, упражнения, ролевые игры, групповые дискуссии и так далее.

Психотерапия семейных отношений – это особая форма психологического воздействия, направленная на решение проблем во взаимоотношениях, преодоление семейных конфликтов, построение функциональных взаимоотношений на основе правильно организованной иерархической системы. Существуют психотерапия супружеских отношений и семейная психотерапия» [23, с.87].

Психологическая поддержка в отношениях между супругами может осуществляться как независимо, так и в рамках более широкой программы по улучшению семейного благополучия. Проблемы, возникающие в браке, чаще всего связаны с несоответствием ожиданий и реальности в таких аспектах, как:

- разногласия по поводу распределения домашних обязанностей и вопросов доминирования (вопросы о том, кто принимает ключевые решения);
- отличающиеся убеждения относительно того, как должна проявляться любовь и забота (мысли в духе «Если дарит подарки, значит, любит.

Если нет — значит, чувств нет»);

– несоответствие между ожиданиями и реальностью в интимной жизни и личных отношениях (разочарования, когда представления о близости не совпадают с реальностью).

Невыполненные надежды в рамках быта, включая финансовое состояние, положение в обществе и жилищные стандарты.

Все вышеперечисленные причины основаны, как правило, на неуважении друг к другу и неприятии себя как личности у каждого из супругов. Отсутствие самоуважения из-за глубоко скрытой низкой самооценки (боязни быть отвергнутым) приводит к неискренности в отношениях с окружающими и подмене истинных чувств стереотипными способами их выражения (то есть чувства заменяются социально значимыми ценностями). Общепринятые догмы действуют как кривые зеркала, искажая личность партнера. Таким образом, главное, чего должны достичь клиенты для нормализации супружеских отношений в процессе предупреждения межличностных конфликтов, - это:

- «увидеть» себя;
- принять себя;
- «увидеть» друг друга;
- принять друг друга;
- научиться разговаривать друг с другом, выражая свои мысли и чувства. проявляйте чувства к своему партнеру таким образом, который ему понятен.

Л. С. Выготский отмечал: «преимущество индивидуальной психокоррекции в том, что она обеспечивает конфиденциальность, секретность и, по своему результату, является более глубокой, чем групповая. Все внимание психолога направлено только на одного человека. Индивидуальная психокоррекция удобна тем, что лучше раскрывает особенности клиента, устраняет психологические барьеры, которые неизбежно возникают и которые трудно преодолеть, когда человеку

приходится открыто высказываться в присутствии других людей.

Но этот вид психотерапии неэффективен при решении межличностных проблем, требующих групповой работы» [18, с.175].

Чтобы восстановить гармонию в браке, пары должны преодолеть основные препятствия, связанные с отсутствием взаимного уважения и неприятием себя как уникальной личности. Ключевым фактором, способствующим этому дисбалансу, является недостаток самоуважения, который зачастую коренится в скрытом страхе отвержения и приводит к тому, что честность в общении заменяется поверхностными, социально одобряемыми формами выражения эмоций. Это искажает восприятие индивидуальности партнера, делая общепризнанные убеждения искажающим линзами, которые мешают видеть подлинную суть. Следовательно, первоочередная задача супругов, стремящихся к улучшению своих отношений, заключается в преодолении этих барьеров.

Осознать личную сущность и научиться ее ценить; установить глубокое понимание и признание в отношениях с партнером; развить навыки общения, делясь мыслями и эмоциями, и научиться показывать свои чувства в форме, доступной для понимания вашего партнера.

Выбор индивидуального подхода в психотерапии определяется под различными обстоятельствами:

- если проблематика человека уникальна и не связана с взаимоотношениями с другими людьми;
- в ситуациях, где участие в групповых сессиях отвергается самим клиентом или по определенным причинам представляется невыполнимым;
- при применении интенсивных психотерапевтических техник, требующих постоянного мониторинга и контроля за состоянием пациента;
- в случаях выраженного чувства беспокойства у клиента;
- при наличии явного ингибирования поведения.

В случаях, когда человек испытывает внутренние сомнения, сталкивается с непонятными тревогами, страдает от отсутствия глубокого понимания себя, а также когда ощущается отсутствие направления и цели в жизни [24].

Некоторые факторы, такие как интенсивная возбужденность, нестабильность в эмоциях, сложности в личностных чертах, физиологические недуги, а также ограничения в интеллектуальном и моральном развитии, могут стать преградой для участия в коллективных сессиях психологической коррекции. В процессе проведения интенсивных психотерапевтических мероприятий такие индивидуумы подвергаются риску переживания эмоционального дисбаланса или кризиса.

Клиент может намеренно или случайно влиять на деятельность остальных участников группы по различным причинам.

Обобщая методы индивидуального психотерапевтического воздействия необходимо отметить, что обычно, психологическая поддержка направлена на людей с высоким уровнем мышления, которые могут самостоятельно анализировать и решать свои эмоциональные и психологические сложности. Такие индивиды обладают крепкой волей, однако они часто не признают наличие проблем, требующих внимания, или сомневаются в эффективности работы с психологом, до того, как начнут принимать профессиональную помощь.

Как подчеркивает Воронов [3], он направлен на индивидуальное сознание. Их роль: формировать в сознании человека знания о нравственности, труде, общении, осведомленности, понятия, установки, ценности, мнения; обобщать и анализировать собственный опыт, преобразовывать общественные ценности, нормы, установки в личные ценности, нормы, установки. Основными средствами и источниками убеждающих методов являются язык, общение и информационная дискуссия. К таким методам относятся беседа, речь, рассказ, объяснение, дискуссия, примеры.

Убеждение начинается с выяснения того, что клиент знает о своих проблемах и как он их понимает. Затем психолог обсуждает и согласовывает с клиентом цели и задачи психокоррекции, и только после того, как клиент согласится, приступает к работе с ним [25].

С. Ю. Дмитриева отмечает: «используя метод убеждения, психолог использует следующие приемы:

- выясняет собственное отношение клиента к беспокоящим его психологическим и поведенческим проблемам, устанавливает причины, по которым он придерживается той или иной позиции. Прежде чем пытаться в чем-то убедить клиента, необходимо выяснить его точку зрения на проблему. Заранее зная точку зрения клиента, легче лично подобрать для него убедительные аргументы, факты и необходимую логику доказательства;
- исходит из того, что клиент прав в понимании своей проблемы. С ним обсуждаются различные точки зрения на эту проблему. Психолог, не отвергая и не отрицая заранее возможную правоту клиента, не пытаясь убедить его сразу и полностью, предлагает ему выслушать и взвесить различные точки зрения. Клиент, доверяющий психологу, как правило, соглашается с этим и выражает готовность признать, что психолог прав;
- предлагает клиенту самостоятельно решить, каким рекомендациям следовать, а каким нет. Прежде чем предоставить клиенту такую возможность, необходимо договориться с ним о том, что он и психолог находятся друг с другом в равноправных партнерских отношениях и имеют право не только задавать вопросы друг другу, но и делать совершенно самостоятельные выводы, принимать самостоятельные решения;
- разбивает обсуждаемые с клиентом проблемы на ряд частных вопросов и последовательно добивается согласия клиента с ответами на эти вопросы, которые он хочет получить сам. В этом случае желательно построить беседу с клиентом таким образом, чтобы клиент сначала

отвечал и соглашался с выводами психолога по частным вопросам, а затем постепенно переходил к более сложным фундаментальным вопросам» [24, с.44].

Говоря о внушении, Ф. Бурнард отмечает: «это более простой, а для клиента — менее эффективный способ воздействия, чем убеждение, поскольку внушение не предполагает волеизъявления клиента, что может усилить психокоррекционный эффект. Но, с другой стороны, используя внушение, можно быстрее достичь желаемого результата, поскольку этот метод не требует пространных объяснений и долгих дискуссий между психологом и клиентом. Но, с другой стороны, влияние, основанное на чистом внушении, исчезает быстрее, чем влияние, основанное на убеждении. Суггестия основана на механизме прямого воздействия психолога на подсознание клиента, на использовании не только разума, но и чувств и эмоций. Суггестия обычно применяется в условиях, когда внимание и сознание клиента чем-то отвлечены. Наилучшими условиями для внушения является ситуация, в которой клиент вводится в состояние полной релаксации. Это могут сделать только специалисты с соответствующим образованием и профессионально владеющие технологиями» [16].

Использование суггестии, или внушения, в образовательном процессе и тренировке животных подразумевает применение методов, основанных на эмоциональном влиянии и иррациональных подходах, при этом уменьшая способность к критике и усиливая доверие к источнику внушения, как указывает Г. К. Лозанов. Этот процесс включает в себя развитие общих эмоциональных состояний через музыку, театральные постановки, а также использование элементов психологических тренировок для улучшения эмоционального благополучия и достижения изменений в сознании. Как показывает реакция на суггестивные методы, можно оценить степень конформности учащихся и их способность критически анализировать получаемую информацию, что отражает их реакцию на подобные воздействия.

М. В. Киселева отмечает: «психотерапия — это направленное

психологическое воздействие для полноценного развития и функционирования личности. Термин получил широкое распространение в начале 70-х годов прошлого века. В этот период психологи начали активно работать в области психотерапии, в основном групповой терапии. Психотерапия понимается как целенаправленное психологическое воздействие и реализуется в различных областях человеческой практики и осуществляется психологическими средствами» [29, с.156].

Чтобы развить привычки, которые станут частью нашего характера и отражают наши осознанные выборы, важно регулярно практиковаться и обучаться, используя методы обучения и упражнения. Это повторение и улучшение действий позволяет закрепить их как основные модели поведения. Постоянное выполнение определенных действий с целью их внутреннего усвоения и превращения в повседневные акты является ключевым. Ведь привычки образуются через стойкое повторение, что делает их надежными атрибутами нашей личности. Кроме того, частью процесса обучения является проверка насколько хорошо мы освоили эти действия.

Занятия, направленные на социально значимую деятельность, играют ключевую роль в интеграции учащихся в регулярные и целенаправленные процессы, которые не только укрепляют культурное поведение, но и способствуют приобретению различных навыков и привычек. Эти мероприятия, характеризующиеся активными и динамично варьирующимися действиями или структурированным подходом к обучению в стандартных контекстах, направлены на формирование постоянной моральной осознанности, поведения и реакций. Они не только обогащают образовательный процесс усердием и упорством в обучении и работе, но также способствуют эффективному общению и взаимодействию внутри коллектива, формируя основы для разнообразной активности.

Тренировки способствуют структурированию профессиональных взаимодействий, способствуют развитию благоприятных эмоциональных состояний, ориентированных на достижение устойчивого ритма жизни и

повышение работоспособности, а также укрепляют положительные качества личности и силу воли.

Бажутина С. Б., Воронина Г. Г. и Булах И. П. исследовали различные техники и методы, применяемые в психологической практике. Они описали использование таких инструментов, как базовые утверждения, использование контрастных указаний, воображение, анализ переживаний клиента с точки зрения специалиста, предложение альтернативных взглядов на проблему, рекомендации и напутствия, откровенность специалиста перед клиентом, важность обратной связи, применение открытых и скрытых вопросов, метод повторения и перефразирования, создание логических последовательностей, выражение эмоциональных итогов и аккуратное подведение итогов [24].

С. Ю. Дмитриева пишет: «психотерапевтическая работа основывается на следующих основных принципах:

- единство диагностики и психокоррекции. Коррекционной работе предшествует диагностика. Диагностика помогает уточнить диагноз и позволяет оценить эффективность коррекционной работы;
- деятельностный принцип психотерапии. Основным средством коррекционно-развивающего воздействия является взаимодействие между людьми;
- ориентация на зону ближайшего развития человека; психокоррекционная работа не даст эффекта вне зоны ближайшего развития;
- направленность психотерапевтической работы «сверху вниз», то есть на создание оптимальных условий для развития высших психических функций, способствующих компенсации недостатков элементарных психических процессов;
- принцип нормативности, т.е. ориентация в проведении профилактической и коррекционной работы и в оценке ее эффективности на стандарты развития в определенный возрастной период;

- учет системного характера психического развития. Коррекционная работа направлена на устранение причин отклонений в развитии.
- принцип «заместительного онтогенеза». Коррекционная работа должна начинаться с той «точки», с которой начались отклонения от оптимальной программы» [24, с.56].

Для необходимости проведения психотерапии подходят различные характеристики личности, включая такие как склонность к частым перепадам настроения, раздражительность, склонность к конфликтам, импульсивное поведение, отрицательный взгляд на жизнь, несерьезное отношение к важным вещам, тенденция к упрямству, равнодушие, неаккуратность, чрезмерное увлечение поиском удовольствий, либо чрезмерная активность, либо бездействие, склонность к замкнутости, патологическая стеснительность, пристрастие к кражам, отрицательное отношение к окружающему, стремление к бродяжничеству, обману и прочее. Эти черты могут проявляться как в отдельных аспектах эмоциональной и волевой сфер личности, так и занимать центральное место в характере, связываясь с ключевыми переживаниями, системой личных отношений и ценностными приоритетами.

Г. М. Андреева отмечает: «процесс психотерапии можно метафорически описать как особые «вспышки», скопления переживаний. Яркие, эмоционально окрашенные переживания создают возможность нового видения старых проблем, нового взгляда на жизненную ситуацию, на близких людей, на систему их взаимоотношений, на их деятельность. В результате происходит перестройка элементов сознания и самосознания. Перестройку структур сознания следует рассматривать как творческий процесс.

На операционном уровне это можно описать как переход от оперирования закрытой формулой к использованию открытых формул. Термин «открытые формулы» означает использование таких систем осознания, которые раскрывают в человеке все сильные стороны его души и ведут по пути все больших личных достижений.

В процессе психотерапии необходимо использовать доступный,

понятный, убедительный, суггестивный, влияющий, вызывающий эмоциональный отклик язык.

В каждый момент психотерапии психолог должен быть предельно искренним в своих эмоциональных переживаниях, чтобы его вербальный и невербальный языки соответствовали друг другу. Язык психотерапии – это также язык конкретных реальных действий. Все ситуации должны быть не только понятны и доступны участникам, но и полезны, эмоционально значимы. Следует отметить, что то, что объединяет участников психокоррекции, можно охарактеризовать как реализацию высших форм гуманных отношений между людьми» [4, с.156].

Множество элементов оказывает влияние на то, насколько успешно может пройти психотерапия. К этим элементам относятся как внутренние ожидания и готовность к сотрудничеству со стороны клиента, так и уровень вовлеченности и профессиональный багаж психолога, включая его личный опыт и настроения. Важность задач, которые предстоит решить, и специфика проблемы также играют ключевую роль, равно как длительность и глубина взаимодействия в процессе. Чтобы психолог мог эффективно проводить профилактическую и коррекционную работу, его подготовка должна охватывать не только теоретические знания о принципах и подходах психокоррекции, но и практический опыт применения различных методов и техник. Кроме того, психолог должен провести работу над собой, решая личные проблемы в тех областях, где он собирается помогать своим клиентам, что включает в себя три основных аспекта: теоретическую подготовку, практические навыки и личностное развитие.

Процесс психотерапии, как правило, осуществляется на основе программы, решающей задачи разного уровня:

- коррекционный – коррекция отклонений и нарушений развития, разрешение трудностей развития;
- профилактический – предотвращение отклонений и трудностей развития;

– развивающий – оптимизация, стимуляция и обогащение содержания развития.

Л. С. Выготский пишет: «эффективность психотерапевтической работы может быть определена по параметрам удовлетворенности клиента, заказчицы и самого психолога и позитивным изменениям в субъекте коррекции. Первый параметр раскрывается в положительных отзывах, рейтингах и взаимоотношениях. Второе можно выяснить с помощью контрольного психодиагностического эксперимента, наблюдения за поведением клиента вне коррекционной ситуации, заключений экспертов» [18, с.56].

Таким образом, анализ литературных источников показал, что психотерапия представляет собой определенную совокупность психологических приемов, которые используются психологом в рамках исправления недостатков психологии для психически здорового человека. Основными методами психотерапии являются такие как убеждение, внушение, консультирование и прочие.

Среди основных психотерапевтических подходов и методов следует выделить медицинское консультирование и рациональную психотерапию, анализ и усиление мотивации к предотвращению конфликтов, а также поведенческую терапию, в ходе которой человек осваивает навыки и приемы преодоления поведенческих паттернов. Некоторые специалисты используют гипноз и кодирование, аутогенную тренировку и методы самообороны. Основными принципами данной работы являются такие как принципы нормативности, учет психического развития и другие принципы.

Предупреждение этнических межличностных конфликтов требует многофункционального подхода, в котором роль психолога становится особенно важной. Исследование причин конфликтов, разработка образовательных программ, диалог и сотрудничество с другими специалистами способствуют созданию стабильного и гармоничного социума. Психологи должны активно участвовать в разработке стратегий не только для предупреждения конфликтов, но и для мира в многонациональном обществе.

Сравнительно недавние исследования говорят о высокой значимости квалифицированной психологической поддержки в предотвращении и разрешении этнических конфликтов, создавая условия для мирного сосуществования и развития.

Этнические межличностные конфликты являются сложным феноменом, который требует серьезного анализа и четкого понимания подходов к их разрешению и предотвращению. В данной работе была охарактеризована природа таких конфликтов, а также проведен сравнительный анализ понятий психокоррекции и предупреждения конфликтов. Несмотря на различия — психокоррекция работает с уже состоявшимися конфликтами, а предупреждение направлено на их предотвращение — оба подхода являются неотъемлемыми компонентами успешного управления межличностными отношениями в многоэтническом обществе. Комбинирование данных методов создаст эффективную стратегию для снижения уровня напряженности и улучшения межкультурного диалога.

1.3 Этнокультурная арт-терапия как метод предупреждения этнических межличностных конфликтов

На основе данных, отмеченных в рамках предыдущего параграфа, нами было отмечено, что необходимо учитывать определенные культурно-исторические условия, определяющие показатели сформированности системы этнокультурного содержания на основе развития психики современного человека на основе реализации следующих требований:

- формирование системы изучения показателей этнокультурного развития представлений относительно конкретного региона в рамках формирования системы развития личности;
- данная система основана на необходимости непрерывного консультирования и формирования системы развития психики человека на основе реализации показателей маргинализации современной

общественной системы развития;

– формирование показателей развития этнокультурной мозаики общества на основе системы этнического типа маргинализации человека в русле непрерывной системы консультирования и психотерапии [17].

Исследование особенностей предупреждения и коррекции этнических межличностных конфликтов с помощью этнических межличностных конфликтов с помощью этнокультурной арт-терапии основано на многочисленных трудах различных авторов. Необходимо рассмотреть основные статьи по данной тематике.

Данная проблематика была отмечена в рамках статьи Е. Л. Аршинской «Профилактика этнических конфликтов среди подростков через развитие межкультурной компетентности». В рамках данной статьи отмечается, что в основном, изучение потенциала современного образовательного процесса в системе эффективного межличностного и группового взаимодействия. Данная статья основана на системе разработки определенных культурных и арт-терапевтических программ, которые основаны на системе понимания уровня конфликтного поведения и определения повышения коммуникативных навыков в рамках знаний о культурных традициях определенных народов [7].

Также необходимо рассмотреть особенности данной тематики в рамках статьи Д. К. Григорян «Межэтнические конфликты: типы, содержание и пути преодоления». «Для этнических конфликтов характерны некоторые черты бессознательного поведения: эмоциональность, нелогичность, символизм, слабое обоснование действий рациональными аргументами. Большинство межэтнических конфликтов имеют социокультурную природу: различия в религии, ценностях, языке, традициях, стереотипах и так далее. Национальные и этнические стереотипы – это то, что человек несет с собой с детства и что в будущем будет действовать в основном на подсознательном уровне. Поэтому для межэтнических конфликтов характерны такие особенности бессознательного поведения, как нелогичность, символизм и недостаточное обоснование действий рациональными аргументами. Следует отметить, что

существует множество способов изучения такого социального явления, как межэтнические конфликты, в рамках которого формируются и протекают различные социальные процессы, приводящие в движение механизмы функционирования социальных общностей, способные обеспечить рост межэтнической напряженности» [21, с.16].

Также необходимо отметить труды такого автора как Г. С. Денисова «Конфликтогенные риски этнокультурных оснований идентичности студенческой молодежи: случай северокавказского региона». «В полиэтнических регионах, таких как Северный Кавказ и Юг России в целом, снижение рисков конфликтов идентичностей является одной из приоритетных задач государственного управления. Целевой группой такой политики является прежде всего молодежь региона, из числа которой рекрутируются активисты протестных акций. Данная ситуация обуславливает необходимость мониторинга социального самочувствия молодежи в контексте сочетания общероссийской и этно-конфессиональной идентичностей. На фоне нарастающих геополитических вызовов для молодежи полиэтнических регионов России актуальна совместимость различных ценностных и мировоззренческих систем, формирование установок на межнациональное согласие, толерантность, взаимодействие и интеграцию. Актуальность данного направления работы с молодежью устанавливает необходимость дальнейшего мониторинга социального самочувствия молодежи региона, отслеживания тенденции сближения идентификационного профиля различных этнических групп и выявления возможных конфликтных рисков на основе межэтнических взаимодействий» [22, с.18].

Необходимо выделить вклад П. К. Абдуевой «Арт-терапия». В данной статье арт-терапия представляет собой определенное психологическое направление, основанное на оказание психокоррекционной и реабилитационной деятельности средствами изобразительного искусства. Арт-терапия также может включать в себя музыкотерапию, драмотерапию и танцевально-двигательную терапию. В узком смысле слова арт-терапия – это

терапия визуальными искусствами, направленная на воздействие на психоэмоциональное состояние пациента. Основными принципами данной работы могут быть такие как определение целительной системы арт-терапии. Данные особенности основаны на преодолении показателей переживания определенных внутренних конфликтов на основе оценки душевного равновесия. Арт-терапия представляет собой важное средство и направление преодоления внутренних конфликтов средствами преодоления межличностных конфликтов [1].

В рамках нашей тематики также необходимо отметить статью А. М. Асадуллина «Арт-терапия как метод преодоления эмоционального стресса». «Суть психоаналитического подхода в арт-терапии заключается в том, чтобы дать человеку возможность осознать свои проблемы через продукты собственного творчества. Это считается не только необходимым, но и достаточным для их преодоления. Таким образом, психоаналитический подход не предполагает наличия практических навыков художественного выражения. Во второй половине XX века американские исследователи предложили феноменологический подход к организации арт-терапевтического процесса. Опираясь на философскую антропологию, которая понимает человека как существо-в-мире, феноменология ставит во главу угла субъективный опыт человека и его доступность сознанию. Из этого следует, что человек способен осознанно и активно воспринимать себя и других, изменять что-то в себе, а не просто быть рабом обстоятельств, то есть изменять что-то в окружающей его реальности, а не просто приспосабливаться к ней» [8, с.16].

На основе данных феноменологических характеристик, арт-терапия представляет собой определенный тип переживания на основе решения конкретных проблем в рамках умения применять систему изобразительной деятельности, работы с инсталляциями и театральными установками. При работе с определенными художественными средствами происходит работа с определенными чувственными характеристиками, формировать умение

решать конкретные накопившиеся проблемы и формирования этих способностей

Необходимо также отметить труд Ж.Ю. Кара «Особенности арт-терапии». Данная статья основана на применении основ толерантности в рамках эффективного способа взаимодействия в рамках преодоления этнокультурных конфликтов личности и умения творчески развивать ее в системе толерантной личности [28].

Определенные особенности преодоления конфликтов в рамках межэтнической среды основаны на труде Т. З. Салахова, Н. С. Тимошинова «Использование арт-терапии в целях профилактики межэтнических конфликтов в группе детей». «Использование элементов арт-терапии в групповой работе дает дополнительные преимущества: стимулирует воображение, помогает разрешить конфликт и наладить отношения между членами группы. Искусство приносит радость, что важно само по себе, независимо от того, рождается ли эта радость в глубинах подсознания или является результатом реализации возможности повеселиться. Арт-терапия дает выход внутренним конфликтам и сильным эмоциям, помогает интерпретировать вытесненные переживания, дисциплинирует группу, способствует повышению самооценки, умению распознавать чувства и ощущения и развивает художественные способности» [38, с.12].

Например, в качестве примера техники совместного рисования можно привести использование изобразительного искусства в арт-терапии. Когда в коллективе, где есть определенные представители конкретных этнических меньшинств в рамках преодоления определенных межэтнических конфликтов, что направлено на формирование определенных межэтнических конфликтов в рамках создания совместного рисунка.

«Несколько человек (или вся группа) молча рисуют на листе бумаги (например, группу, ее развитие, настроение, атмосферу в группе и т. д.) В конце рисунка обсуждается участие каждого члена группы, то, как выглядел его вклад и как он взаимодействовал с другими участниками во время

рисования. В ходе этого процесса ребенок, отвергнутый коллективом, включается в групповую деятельность с представителями этнического большинства. Это заставляет обе стороны находить общие решения для создания общей гармонии в композиции.

В качестве примера музыкальной терапии можно привести совместное исполнение различных этнических композиций. В этом случае также происходит знакомство с культурными ценностями разных этнических групп и воспитывается уважительное отношение к традициям и культуре ребенка другой национальности. Аналогично можно использовать кинезиотерапию, когда методом арт-терапии является танец и его элементы в других видах деятельности. Театральная деятельность может быть использована для повышения самооценки представителя этнического меньшинства и развития доверия к коллективу людей доминирующей этнической группы» [38, с.14].

Статья М. Н. Гербер «Арт-терапия в социокультурной адаптации подростков из семей-мигрантов» основана на системе применения определенного опыта реализации инновационных технологий, включающих арт-терапевтические техники в системе социокультурной адаптации к семьям мигрантов. В рамках данной статьи отмечается именно эффективность применения арт-терапии в рамках преодоления конфликтов в этнокультурной среде на основе применения показателей конструктивных стратегий преодоления конфликтов [19].

Таким образом, нами были рассмотрены основные теоретические и эмпирические статьи, отражающие особенности арт-терапии, применения данных арт-терапевтических методов и методик, направленных на преодоление межличностных этнических конфликтов.

С. Ю. Дмитриева указывает: «этнофункциональный подход в психологии связан с этнопсихологическим (типологическим) методологическим принципом комплементарности и позволяет избежать трудностей, возникающих при «навешивании этнических ярлыков. В то же время этнопсихологический подход можно рассматривать как предельный

случай этнофункционального, когда количество этнофункциональных несоответствий элементов культуры и (или) психики человека равно нулю (это «идеальный» и на практике недостижимый случай). Этнопсихологический подход более адекватен для изучения относительно однородных этнокультурных сообществ, тогда как этнофункциональный подход, на наш взгляд, адекватен для работы именно в условиях «этнокультурной мозаики» современной цивилизации» [24, с.55].

Изначально, арт-терапия считалась священным искусством с многогранными функциями, включая влияние на человеческое сознание через магию, обучение, красоту и другие аспекты. Однако со временем она потеряла свой первоначальный сакральный характер и нашла применение в образовательной сфере, где начала способствовать всестороннему развитию, профессиональной ориентации, обучению и воспитанию. Хотя арт-терапия и сохранила свои лечебные свойства, развитие специализированных психотерапевтических направлений постепенно снизило ее приоритетность в терапевтической области. Впоследствии именно сфера образования продолжила расширять и развивать концепцию арт-терапии, придавая ей новые смыслы и направления.

Понятие «арт-терапия» (от лат. *ars* - искусство, греч. *therapeia* – лечение) было введено в обиход английским врачом, художником А. Хиллом в 1938 году, когда он описывал свою работу с больными туберкулезом в санаториях. Он считал, что, проводя арт-терапевтическую работу без серьезной академической подготовки, можно предоставить пациентам возможность относительно свободно заниматься простейшими видами изобразительной деятельности, во время которой они могли бы отвлечься от негативного жизненного опыта, связанного с болезнью. Действительно, А. Хилл снабдил человечество особым методом психологической коррекции – с помощью художественного творчества человек, сам того не замечая, постоянно развивается и самосовершенствуется [15].

И. Ю. Левченко, профессор кафедры социальной психологии, отмечает,

что основными целями арт-терапии являются:

- выражение эмоций, связанных с переживаниями своих проблем;
- активный поиск новых форм взаимодействия с миром;
- подтверждение индивидуальности, уникальности и значимости;
- повышение адаптивности и гибкости в постоянно меняющемся мире.

Другие исследователи рассматривают арт-терапию как средство для борьбы с глубокими эмоциональными проблемами. Это не только позволяет выразить себя творчески, но и помогает уменьшить психологическое напряжение, способствует формированию положительного восприятия собственной личности и улучшению самооценки.

Арт-терапия предполагает, что акт творчества, будь то рисование, лепка скульптур или живопись, служит зеркалом для внутреннего мира индивида, открывая его глубинные чувства и мысли. Этот подход используется для улучшения самопонимания и решения конфликтов, как внутренних, так и внешних, помогает преодолеть кризисные моменты, обработать переживания связанные с потерями и тревогами. Кроме того, арт-терапия способствует развитию творческих способностей и укреплению психического здоровья, позволяя личности обрести гармонию через выражение себя в искусстве. Она открывает двери к самым сокровенным уголкам души, предоставляя возможность исследовать и выразить то, что может быть не поддаётся словесному описанию, через символы и образы, созданные своими руками [35].

Э. Т. Шахбазова, руководитель кафедры психологии, утверждает, что в арт-терапии присутствует уникальное взаимодействие трех аспектов: терапевта, клиента и произведения искусства. В процессе творчества всегда есть взаимодействие, когда одни задают вопросы, другие наблюдают, а третьи активно участвуют. Каждое произведение, созданное в рамках терапевтического процесса, служит зеркалом, позволяющим вам увидеть себя с новой стороны, обрести ответы и отклик.

В рамках арт-терапии акцент делается на процессе творчества, причем

основное внимание уделяется не столько мастерству и художественной ценности создаваемых объектов, сколько самому действию и выражению внутреннего мира участника. В арсенале арт-терапии находятся различные способы выражения себя, включая такие виды деятельности, как моделирование, роспись, работа с тканью и естественными материалами. Это подход, при котором уникальные черты личности получают возможность проявить себя через искусство, не требуя от человека специальных навыков или таланта.

Этнокультурная арт-терапия – перспективный педагогический метод, являющийся источником воспитания творческой составляющей личности дошкольника, поскольку включает в себя практически все виды арт-терапии, которая направлена на коррекцию поведения людей путем овладения их творческими навыками.

Это направление было предложено чешским психотерапевтом М. Хаузнером и чешской драматической актрисой З.Коховой (Хаузнер М., Кокова З., 1979,1982). Существует множество вариантов названий этого синтетического направления. С помощью различных механизмов и методов (этнологический танец, пантомима, драматизация и т.д.) клиенту предоставляется возможность вернуться к древним культурным образцам и «найти свое место в жизни» через ощущение изначального, естественного начала в себе. Обращение к таким архетипическим образам, как «карнавал», «Рождество-рождение», «смерть-возрождение», «солнце», «дурак-дурачком» и др. это обладает чрезвычайно мощным коррекционным и профилактическим потенциалом. Не зря сейчас во всем мире развивается интерес к народным, архаичным праздникам, ритуалам, церемониям, их целительная сила очевидна. В целом, можно сказать, что это направление в основном апеллирует к коллективному бессознательному человечества, которое, безусловно, содержит ресурс для исцеления любого состояния [8].

Этнокультурная арт-терапия занимает центральное место среди подобных методик, объединяя разнообразные аспекты исцеления через

искусство, такие как использование драмы, музыки, сказок и танцевальных движений. Л. Д. Назарова подчеркивает, что наши предки уже практиковали подобные методы во время коллективных певческих обрядов, вкладывая в каждый элемент мудрость, собранную на протяжении многих лет. Этно-музыколог Е. А. Алексеев поддерживает идею о том, что фольклор формирует сложное единство, выступая в роли синкретической структуры.

Исследование народного творчества приводит к созданию сложного для восприятия комплекса идей, которые, будучи противоречивыми и во многом основанными на догадках, формируются на пересечении разнообразных областей науки. Внедрение новых методических подходов в анализ фольклора обещает не только освежить, но и способствовать развитию гуманитарного образования в целом.

К. А. Абульханова-Славская пишет: «одним из приоритетных направлений научных исследований последних десятилетий, определяющих развитие мировой психиатрии, стало междисциплинарное изучение взаимосвязи между этнокультурными явлениями и основными показателями психического здоровья населения. Психотерапия, как важный небιологический подход в лечении психических расстройств, тесно связана с этнокультурными факторами, среди которых ключевое место занимают этническая идентичность, самопринятие, система ценностей и представлений о психическом здоровье. В каждой культуре и обществе они имеют свое собственное содержание, которое вытекает из традиционных представлений о личности и процессах ее формирования, особенностей исторической эпохи и социальных условий» [2, с.89].

Привлекательность метода этнокультурной арт-терапии для современного человека заключается в том, что этот метод в первую очередь использует невербальные формы самовыражения и общения. «Правое полушарие головного мозга активно участвует в творческом процессе. Современная цивилизация в основном использует систему вербального общения и левое «логическое» полушарие. Нормальное и гармоничное

развитие человека предполагает равноценное развитие обоих полушарий и нормальное межполушарное взаимодействие. Кроме того, существуют определенные виды человеческой деятельности, которые требуют работы только правого полушария: творчество, интуиция, культурное образование, организация семьи, отцовство и, конечно же, романтика в романтических отношениях» [9].

Освещая эту проблему, Б. С. Положий и А. А. Чуркин справедливо полагают: «этнокультурные особенности терапии психических расстройств в первую очередь связаны с развитием подходов к культурно-ориентированной психотерапии, поскольку культурные проблемы лежат в основе межличностных отношений и, следовательно, служат психологическим механизмом не только возникновения, но и для разрешения конфликтов [15]. Выбор методов лечения, в свою очередь, должен определяться конкретными этнокультурными особенностями окружающей среды, типологической природой личности и тенденцией ее последующего развития, в связи с чем возникает важная методологическая проблема этнопсихотерапии для объективной оценки психокоррекционных и психотерапевтических вмешательств» [18, с.33].

Этнокультурная терапия «опирается на внутренние ресурсы самоисцеления человека, тесно связанные с вашим творческим потенциалом. Отличительной чертой человека является способность и в то же время потребность проявлять свой внутренний мир. Эта функция позволяет активно обрабатывать информацию извне. В результате в психике индивида развиваются различные адаптивные механизмы. Они позволяют человеку лучше адаптироваться к жизни, быть более успешным в постоянно меняющемся мире. В процессе взаимодействия с миром человек стремится реализовать себя как личность, понять свою роль в жизни, оставить «след». Этот след остается не только в виде хозяйственной деятельности, но и в продуктах вашей активной умственной деятельности. Искусство и креативность можно считать одной из самых ярких форм его проявления» [6].

Этнокультурная арт-терапия - перспективный педагогический метод, который можно рассматривать как основу для обучения творческому началу личности, поскольку он включает в себя, без исключения, практически все виды арт-терапии, направленные на профилактику и коррекцию действий людей, в сочетании с поддержкой обучения навыкам дифференциации креативности. Изучаемая технология предполагает погружение, возвращение подчиненного в детство, в древнюю цивилизацию, к архетипам. С этой целью используются персональные занятия, массовые тренинги, ремесла, обычаи и так далее. Цель терапии в таких случаях - раскрыться, найти свое место в бытии. Этот метод имеет сходство с эмоциональной концепцией Церкви. В настоящее время многие средние учебные заведения и центры также предлагают этнотерапию. Она существует уже давно, находится на стадии развития и становления, и ее не следует считать идеальной [1].

Этнография основана на двух идеях.

Введение внутренних социальных слоев жителей, которое заключается в этом, заключается в том, что индивид должен пройти несколько стадий развития. Это также связано с тем, что общество эволюционирует между архаикой и современностью. На каждом этапе для подчиненного создаются новые способы действия, кто-то по-разному подходит к обществу. Кажется, что любой из нас тоже обладает большими способностями и умениями, но на самом деле не применяет их. Грамотное влияние может помочь получить доступ к предыдущим попыткам человека высвободить свою внутреннюю энергию. В результате человек учится регулировать повседневные проблемы и трудности по-разному, не ограничивая себя нормами и инструкциями.

Открытие естественного предназначения, а также внутреннего центра.

Эта концепция сочетается с тем фактом, что каждого человека можно рассматривать как составляющую природы, вместе с которой вокруг него вращается все без исключения. Изначально этнотерапия была направлена непосредственно на это, но позже на ее основе была сделана ставка на адаптацию человека к окружающему миру. И в данном случае терапия

направлена на раскрытие внутренней базы пациента, которая заблокирована защитными устройствами и депрессивными воспоминаниями. Ошеломление раскрывает отвергнутый навык, который обсуждался ранее [22].

Функции этнографии включают в себя следующее:

- «адаптация. Особенности практики могут способствовать или препятствовать адаптации людей к определенным условиям. Дело не только в настройке организма, но и в том, чтобы человек придерживался традиционных способов поведения, которые позволяют ему справляться с возникающими трудностями и достигать успеха;
- стабилизация, цель которой – ощутить внутреннюю пустоту. Идея в том, что рано или поздно каждый приспосабливается к условиям деятельности;
- стимулирование. В процессе деятельности вдохновение, настроение, активность и т.д. могут увеличиваться или уменьшаться.

Предусмотрены традиционные, национально специфичные формы поощрения» [17].

Изучаемая направленность психотерапии принимается как близкая к экспертной, поэтому она не имеет научной основы. Основным недостатком фитотерапии является большой интерес к магическим культам и трансперсонализму. Основным недостатком фитотерапии является большой интерес к магическим культам и трансперсонализму. Предположительно, в нем используются психотехники, которыми пользуются мошенники.

Для изучения эффективности народной терапии в Соединенных Штатах Америки было проведено исследование, в котором приняли участие 12 психиатров и 12 этнотерапевтов. Их опыт привел к тому, что специалисты обратили внимание не только на процесс лечения людей, но и на конечный результат. Они пришли к выводу, что фитотерапия может помочь при наличии простого ряда депрессивных, тревожных и психосоматических расстройств, но негативно влияет на наличие психозов и серьезных заболеваний головного мозга.

Важно признать, что, несмотря на отличное представление движения этнотерапии, на практике оно развито слабо. Если мы говорим об отношениях, характеризующихся чертами характера, об алкоголе или наркотических газах, то эта технология никоим образом не эффективна. Если его использовать, то теряется драгоценное время, которое могло бы быть потрачено на одну процедуру.

Т. Б. Кудинова, имея степень в области психологии, утверждает, что изучение фольклора способствует глубокому погружению в различные жизненные сценарии, позволяя тем самым переосмыслить личностные конфликты и взглянуть под новым углом на собственные трудности. Это, в свою очередь, ведет к развитию лучшего понимания себя, преодолению вредных поведенческих моделей и обретению навыков конструктивного взаимодействия с окружающим миром и выражения своих эмоций.

В области образования, подход, основанный на арт-терапии с акцентом на этнокультурные аспекты, стал источником педагогического вдохновения. В этой методике учитель играет ключевую роль, направляя учеников к переосмыслению устоявшихся моделей поведения через присвоение искусства. Следовательно, применение этнокультурной арт-терапии в педагогическом процессе доказало свою эффективность в активации глубинных эмоциональных процессов у обучающихся.

Педагогические функции этнокультурной арт-терапии можно рассмотреть:

- диагностика (демонстрация динамики терапевтического процесса);
- адаптация (снятие тревоги при работе с трудными переживаниями);
- коммуникация (инструмент общения между внешним и внутренним миром; сознательным и бессознательным);
- регуляция (коррекция поведения);
- защита (обеспечивает ощущение защищенности). безопасность);
- развитие (помогает в овладении новыми или развитии существующих навыков; способность осознавать переживания, а также переводить свой

внутренний опыт во внешние образы).

Важно подчеркнуть, что арт-терапия, основанная на этнокультуре, представляет собой уникальный процесс, похожий на игровую деятельность, в которой конкретное название игры может быть не указано, ведь акцент делается на непосредственном участии в процессе здесь и сейчас.

В рамках арт-терапии, насыщенной этнокультурными элементами, индивиды имеют возможность погружаться в знакомые контексты, где они активно воссоздают различные жизненные эпизоды через игру, применяя при этом накопленные знания о мире вокруг. Такая форма арт-терапии предоставляет уникальную возможность для самовыражения и самоисследования, принося удовольствие и позитивные эмоции, а также помогая уменьшить ощущение беспокойства и страха, способствуя эмоциональному умиротворению и психологическому благополучию. Желание поделиться своими открытиями, увиденным и глубоко пережитым во время игрового процесса, возникает после того, как человек испытывает глубокое чувство спокойствия и удовлетворения.

А. Е. Толчева, учитель начальных классов, считает: «благодаря своим художественным особенностям народное творчество близко людям, доступно их пониманию, воспроизведению в самостоятельной деятельности, что способствует проявлению чувства удовлетворения, радости, что создает эмоционально благоприятную среду. Они получают эмоционально положительное подкрепление в виде успеха своей деятельности, испытывая чувство мастерства и удовольствия, связанные с этим. Этнокультурная арт-терапия не предполагает использования каких-либо сложных ресурсов, поскольку фольклор – это народное творчество, где люди использовали самые простые материалы» [17, с.56].

Организации, предлагающие дополнительное образование, играют ключевую роль в создании условий для всестороннего творческого роста индивида через применение методов этнокультурной арт-терапии. Они способствуют воспитанию, обучению и развитию через предложение

специализированных программ и услуг, а также через информационную и просветительскую работу, выходящую за рамки стандартных учебных планов.

Эта система разработана таким образом, чтобы быть гибкой и реагировать на уникальные требования и предпочтения студентов. Она создана для того, чтобы обеспечить учащихся уютной образовательной средой, которая придает значение их индивидуальности, а также стимулирует их к творческому самовыражению в соответствии с личными интересами. Кроме того, система поддерживает самостоятельное обучение, самоконтроль и самоанализ. Хотя выбор учебного заведения для дополнительного образования изначально ложится на плечи родителей, в конечном итоге ребенок сам принимает решение о том, ходить ли на эти занятия.

В итоге, место, которое, как он считает, обеспечит ему покой, оказывается найденным.

А. И. Копытин отмечает: «этнокультурная арт-терапия представляет особую привлекательность как для детей, так и для педагогов, поскольку в отличие от основных коррекционных и развивающих направлений, которые в основном используют вербальные каналы коммуникации, этнокультурная арт-терапия использует «язык» фольклора.

Следует отметить, что в учреждениях дополнительного образования, на занятиях с использованием элементов этнокультурной арт-терапии, развитие познавательных интересов ребенка должно идти по двум основным направлениям:

- постепенное обогащение опыта ребенка, насыщение этого опыта новыми знаниями о различных областях действительности;
- постепенное расширение и углубление познавательных интересов в рамках одной и той же сферы деятельности» [31, с.88].

Итак, единожды поучаствовав в этнокультурной арт-терапии, ребенок получает возможность раскрыть свой потенциал, что является сильной мотивацией для формирования активной жизненной позиции, а также выбора им учреждения дополнительного образования.

Такой выбор обусловлен спецификой педагогических условий, в основе которых лежит:

- создание позитивной психоэмоциональной обстановки на уроке;
- предоставление ребенку большой свободы в выборе занятий, в чередовании случаев;
- свобода во времени и в продолжительности занятий;
- широкие возможности в выбор места действия (классная комната, мастерская, сцена, танцевальный зал, внутренний двор, музей, тренажерный зал и так далее);
- выбор конкретных форм, приемов и методик воспитания ребенка;
- предоставление ребенку возможности самому руководить творческим процессом;
- предоставление возможности самостоятельно создавать материальные ценности (пошив костюма, дизайн декораций и так далее).

По мнению О. В. Луневой: «этнокультурная арт-терапия представляет особую привлекательность как для детей, так и для педагогов, поскольку в отличие от основных коррекционных и развивающих направлений, которые в основном используют вербальные каналы коммуникации, этнокультурная арт-терапия использует «язык» фольклора. Следует отметить, что в учреждениях дополнительного образования, на занятиях с использованием элементов этнокультурной арт-терапии, развитие познавательных интересов ребенка должно идти по двум основным направлениям:

- постепенное обогащение опыта ребенка, насыщение этого опыта новыми знаниями о различных областях действительности;
- постепенное расширение и углубление познавательных интересов в рамках одной и той же сферы деятельности» [35, с.119].

Участие в арт-терапии, основанной на этнокультурных традициях, предоставляет детям уникальную возможность открыть в себе новые таланты. Это, в свою очередь, становится мощным стимулом для развития активной жизненной стойки и влияет на их решение при выборе учреждений для

получения дополнительного образования.

Ю. В. Симонова, преподающая в начальных классах, убеждена в положительном воздействии арт-терапии, основанной на фольклоре, на душевное и телесное здоровье детей. Этот метод предполагает игровую реализацию различных жизненных ситуаций и проблем, включая широкий спектр подходов: от музыкальных и вокальных практик до танца и театра. Арт-терапия обеспечивает взаимодействие с природой, музыкой, словом и голосом, способствуя всестороннему благополучию ребенка.

В игровых сессиях сказкотерапии, где куклы, такие как тряпичные, становятся главными действующими лицами, дети находят уникальную способность влиять на события, управляя движениями кукол. Это взаимодействие позволяет им тонко настраивать свои жесты и придавать куклам особую эмоциональность. Таким образом, включая сказкотерапию в широкий спектр методик этнокультурной арт-терапии, можно заметить, как она отражает глубинные психологические процессы, скрытые в нашем коллективном бессознательном. Эффективность сказкотерапии также заключается в том, что она предоставляет детям ощущение защищенности через утверждение, что независимо от препятствий, сюжет всегда стремится к благополучному разрешению, подчеркивая идею: «Несмотря на все трудности, в сказке все закончится благополучно».

В музыкальной терапии находят свое применение элементы народного творчества, включая песни и частушки, а также различные мелодии, как подчеркивает О. А. Ворожцова, специалист по детской психологии и арт-терапии. По ее словам, цель музыкотерапии заключается в оказании помощи в восстановлении и обучении как детей, так и взрослых, борющихся с физическими и психологическими проблемами, через организованное и целенаправленное применение музыкальных элементов. Т. Ю. Синченко и В. Г. Ромек поддерживают это мнение, указывая на то, что терапевтический потенциал музыки может быть раскрыт как через ее самостоятельное использование, так и в сочетании с другими методами лечения для усиления

их положительного влияния на состояние пациента.

Итак, музыкальная терапия очень эффективна в коррекции коммуникативных расстройств, возникших у детей по разным причинам.

В .Н. Никитин отмечал: «сложность этно-музыкального образования проявляется в том, что фольклору нельзя научить, его можно только приобщить к нему, то есть ввести в его пространство, сделав его общим для всех, и каждый, кто входит, является не гостем, а его естественным продолжением, его частью. Части в единстве, ритмизованные и созвучные, являются формой гармоничного существования. постоянно демонстрирует единство музыкальных, вокальных, танцевально-двигательных, визуальных и драматических компонентов. На примере песенного фольклора мы имеем уникальный пример целостного мировоззрения и мироощущения, которое, будучи принято человеческой душой, оказывает на нее наиболее благотворное воздействие, обеспечивая, сохраняя или укрепляя ее целостность.

Этнокультурные технологии могут быть использованы в таких современных формах организации образовательного процесса, как:

- лекции-дискуссии, лекции-экскурсии, лекции-кинопоказы, лекции-демонстрации, лекции вместе, лекции с ошибками и так далее;
- семинары-инсценировки, семинары-игры, семинары-шоу, семинары-аукционы, семинары-дебаты; мастер-классы-обряды; лаборатории «мастер-класс»;
- дни этно-педагогике, дни национальной культуры, этнографические концерты; защита этнокультурных проектов, круглые столы, конференции по проблемам этно-педагогике образовательного процесса;
- подготовка теле- и радиорепортажей о духовно-нравственных ценностях народов; образовательные ринги, деловые игры; тренинги; заседания клуба специалистов по этно-педагогике и этнопсихологии и так далее.» [37, с.156].

Энотерапия считает, что у каждого из нас есть уникальный опыт предков, который может помочь нам преодолеть кризисы. Этот опыт

существует в бессознательном, и с помощью специальных техник мы можем высвободить его и использовать для установления связи с самим собой. Для этого мы можем использовать танец, пантомиму, живопись и создание моделей. Этно-терапевты верят, что, проживая древние культурные образцы, человек может вернуться в свое индивидуальное и коллективное детство и подтвердить свою идентичность.

Цель метода этнотерапии – перенаправить клиента к его личному золотому веку, позволив ему следовать своему естественному личному призванию, а не бессознательно выполнять социальные установки. Таким образом, полученный опыт дает клиенту возможность использовать полученные внутренние ресурсы для гармоничного восстановления своей идентичности.

Сегодня многие люди критикуют методы этнотерапии за их трансперсонализм. Тем не менее, этнотерапия действительно обращается к базовым, жизненно важным переживаниям, которые объединяют все человечество – будь то сбор урожая, празднование летнего солнцестояния или встреча долгожданной весны. Таким образом, этнотерапия — это неотъемлемый камертон, который, затрагивая наши мысли, заставляет наши сердца биться в унисон - независимо от того, сколько нам лет. Ведь нет ничего более захватывающего, чем путешествие к тайнику, спрятанному в глубинах души [34].

Через занятия арт-терапией, обогащённые музыкальными элементами и народными мотивами, лидер организации эффективно демонстрирует важность фольклорных традиций в жизни россиян. Он вводит как детей, так и взрослых в мир древних обычаев и церемоний, открывая им красоту народной песенной творчества и фольклорных нарративов. Акцентируется на том, что для достижения этих целей необходимо регулярное проведение упражнений и прогонов материала.

Н. А. Бондарева пишет: «проведение занятий в основном на изучении фольклорных песен, которые включают в себя работу над дикцией; развитие

слуха; изучение региональных особенностей народных песен; овладение народной хореографией; знакомство с народными обычаями, обрядами, календарем, повседневной жизнью; обучение игре на народных инструментах. Из этого следует, что проведение занятий развивает у детей не только музыкальный слух и память, но и певческое дыхание, голосовой аппарат, например, на занятиях используются такие виды устного народного творчества, как поговорки, потешки, частушки и т.д.» [14, с.38].

Цель арт-терапии заключается в коррекции поведения, в то время как цель этнокультурной арт-терапии – использование элементов фольклора для достижения этой коррекции. В этом контексте, педагог, работающий с детским ансамблем, направляет усилия на то, чтобы научить детей адекватно воспринимать вызовы, с которыми они сталкиваются из-за особенностей своего возрастного развития. Человек по своей природе склонен видеть в любом задании проблему, вместо того чтобы рассматривать его как возможность или задачу для решения. Это особенно заметно на примере детей, для которых даже школьное задание может стать непреодолимым испытанием, хотя на деле это всего лишь этап их обучения.

В глубине подсознания, формируемого воспитательным процессом, существует представление о "проблеме" как о чем-то отрицательном, из чего сложно найти выход, а не о ситуации, требующей решения. В контексте обучения в музыкальных ансамблях, целью является помочь детям различать проблему от обычного задания, через аналогию с изучением народных песен по сравнению со школьной работой. Инструкторы стремятся научить учеников идентифицировать стратегии для решения задач, которые включают в себя создание приятной и дружелюбной среды. Такой подход способствует развитию у детей способности к расслаблению и выполнению заданий в состоянии спокойствия и удовлетворения.

Следовательно, применение этнокультурной арт-терапии как инновационного образовательного подхода обеспечивает уникальную возможность для развития творческих способностей индивида. Этот метод

объединяет различные формы арт-терапии, нацеленные на улучшение поведенческих реакций, вместе с усилением процесса обучения уникальным способам выражения креативности. В процессе обучения предлагается методика, которая позволяет индивиду пережить опыт погружения в мир детства, древних цивилизаций и архетипов, способствуя тем самым глубокому осмыслению и развитию личностного начала через творчество [23].

Выводы по первой главе

Основываясь на приведенном выше материале, мы формулируем следующие выводы.

Определены основные теоретические направления развития системы изучения этнокультурной арт-терапии в системе современного образования. Данные аспекты могут быть основаны на изучении понятий «арт-терапия» и «этнокультурная арт-терапия», включающая особенности определения коррекции и воспитания системы развития творческого развития личности человека, посредством освоения фольклора, как целостной системы «народной мудрости», включающей духовную культуру народов мира. определенный народ.

Основной целью проведения этнокультурных особенностей развития арт-терапии является процесс овладения показателями начальных знаний, умений и навыков арт-терапии на основе конкретных элементов фольклора, а также применения художественного языка на основе включения физической и психической системы развития личности.

Вторым аспектом развития данной системы является определение конкретных показателей педагогической деятельности, что направлено на выстраивание наиболее важного типа взаимоотношений в рамках взаимодействия ребенка и педагога. Данные особенности поведенческого реагирования могут оказать положительное влияние на процессы современного образования в рамках творческого развития личности ребенка.

Технология использования – это игровая деятельность, где элементы фольклора представляют собой большое разнообразие важных художественных материалов в рамках использования в учреждениях образования на основе поддержания показателей развития интереса к творческой деятельности и формирования определенных аспектов развития пространственного воображения.

Особенности применения конкретных этнокультурных технологий оказывает непосредственное влияние на оценку индивидуальных потребностей, личностных особенностей обучающихся, и познавательной самостоятельности учащихся на основе этнической идентичности и толерантных характеристик.

Глава 2 Исследование возможностей практического применения этнотерапии в реальной жизни

2.1 Организация и эмпирические методы этнотерапии

Исследование проведено на базе КРОО "Йолташ", которая является общественной организацией по поддержке и развитию культуры финно-угорских народов в городе Калининград, она действующей в рамках поддержки и развития социальных национальных проектов. Данная организация активно занимается вопросами социальной адаптации и интеграции молодёжи и людей старшего возраста, а также изучает и решает проблемы, связанные с межэтнической конфликтностью и толерантностью в рамках национального проекта «Культура», целью которого является увеличение числа граждан, вовлеченных в культуру через создание современной инфраструктуры, внедрения в деятельность организаций культуры новых форм и технологий, широкой поддержки культурных инициатив, направленных на укрепление российской гражданской идентичности. КРОО «Йолташ» имеет доступ к разнообразным сообществам и группам, обеспечивающим высокий уровень вовлеченности участников в исследование, что гарантирует разнообразие полученных данных и их репрезентативность.

В данном исследовании для анализа возможностей этнокультурной арт-терапии в предотвращении этнических межличностных конфликтов было обосновано участие взрослой выборки (мужчин и женщин) в возрасте от 26 до 65 лет. Конструкция выборки и критерии отбора были разработаны с целью обеспечения репрезентативности данных и возможности получения значимых результатов.

Участие людей в возрасте от 26 до 65 лет было выбрано также с учетом того, что данный диапазон охватывает ключевые стадии жизненного цикла, что дает возможность исследовать изменения в восприятии этнических

конфликтов и реакциях на них в зависимости от возрастных особенностей.

Разделение на группы (молодёжь 26-35 лет - 33% от общего количества респондентов, зрелый период 36-55 лет – 38%, старший возраст 56-65 лет – 29%) позволило выявить специфические тренды, связанные с развитием навыков разрешения конфликтов и уровнями толерантности в разных возрастных группах.

В выборке присутствовали представители различных этнических групп: финно-угорских народов, русских, татар и других. Это разнообразие способствовало более глубокой оценке культурных различий и их влияния на процесс межличностного взаимодействия.

Присутствие участников с неопределенной этнической принадлежностью также добавляет глубину понимания разнообразия культурного контекста, что важно для работы с межэтническими конфликтами.

Всего в эксперименте участвовали 105 человек, работа с которыми дала возможность сформировать некоторые представления об особенностях тех или иных национальностей. На первоначальном этапе исследования был проведен массовый опрос всех 105 респондентов, что дало возможность не только собрать обширные данные о мнениях и установках разных групп людей, но и определить последующую стратегию проведения тренингов. Широкая выборка обеспечила достаточное количество информации для анализа, что особенно важно на этапе разработки тренинговых программ.

Деление на контрольную группу (30 участников, посещавших тренинги 1-2 раза) и экспериментальную группу (30 участников, участвовавших более двух раз) позволяет сравнить результаты и действенность арт-терапевтических методов. Это разделение создает возможность для более точного анализа влияния тренингов на уровне толерантности и конфликтности.

Участие 60 человек в итоговом исследовании (30 из каждой группы) даёт возможность получить значимые и сопоставимые данные, что важно для

статистического анализа и обоснования выводов исследования.

Таким образом, участие выбранной выборки в исследовании было обосновано с точки зрения возрастного и этнического разнообразия, а также с целью создания условий для качественного анализа полученных данных. Масштабное анкетирование на первом этапе стало основой для дальнейшей разработки тренингов, что дало исследователям ценные данные о потребностях и особенностях различных групп. Уточнение структуры выборки с разделением на контрольную и экспериментальную группы позволило провести глубокий анализ воздействия этнокультурной арт-терапии на предупреждение межличностных и межэтнических конфликтов. Эти аспекты обеспечивают надежность и научную ценность итогового исследования.

Анкетирование являлось основным методом сбора данных в данном исследовании. В ходе анкетирования респонденты заполняли заранее подготовленные анкеты, включающие как закрытые, так и открытые вопросы, касающиеся их взглядов на конфликт, толерантность и личностные особенности. Анкетирование позволяет собрать качественную и количественную информацию о субъективных восприятиях участников.

Для оценки уровня толерантности участников был использован экспресс-опросник, составленный Г. У. Солдатовой, О. А. Кравцовой, О. Е. Хухлаевым и Л. А. Шайгеровой «Индекс толерантности». Этот опросник включает в себя ряд утверждений, к которым респонденты должны отнестись, соглашаясь или не соглашаясь с ними. С помощью этого инструмента можно быстро оценить уровень толерантности участника по различным аспектам (культурные, национальные, религиозные различия и другие).

Для анализа стилей поведения в конфликтных ситуациях применялся тест К. Томаса, адаптированный Н. В. Гришиной. Этот тест позволяет выявить предпочтительный стиль поведения (конкурирующий, избегающий, приспособливающийся, компромиссный или сотрудничающий)

участников в условиях конфликта, а также их реакцию на конфликтные ситуации. Методика базируется на ситуационных вопросах и шкале, позволяющей оценить уровень проявления каждого стиля.

Для диагностики уровня личностной агрессивности и конфликтности была использована методика диагностики уровня личностной агрессивности и конфликтности, разработанная Е. П. Ильиным и П. А. Ковалевым. Этот инструмент включает в себя ряд утверждений, связанных с агрессивными и конфликтными реакциями, которые респонденты оценивают по шкале Лайкерта. Методика помогает не только выявить уровень агрессивности, но и понять, каким образом она проявляется в межличностном взаимодействии.

Совокупность методов, применяемых в данном исследовании, позволяет получить всестороннее представление о толерантности, стилях поведения в конфликтах и агрессивности участников, что открывает возможности для дальнейшего анализа и разработки рекомендаций по улучшению межличностных отношений в рамках целевой аудитории КРОО "Йолташ". С целью изучения возможностей практического применения этнотерапии в реальной жизни, на базе Калининградской региональной общественной организации по сохранению и развитию культуры финно-угорских народов (КРОО «Йолташ») было проведено исследование, направленное на диагностику личностных особенностей представителей различных национальностей, возрастов и полов. Основная задача, которую мы преследовали в ходе работы, заключалась в доказательстве эффективности и пользы использования этнологического направления в процессе практической деятельности психолога.

Методики проводились с целью диагностирования, предупреждения, коррекции, формирования способности грамотного поведения в межличностных конфликтах.

На первом этапе участникам исследования было предложено заполнить анкету «Знакомство: анкета о национальной идентичности и знании своей культуры», включающую в себя вопросы информационного характера,

позволяющие выявить пол, возраст, национальность респондентов, а так же определить их отношение к своей национальности и степени чувства патриотизма. На основе полученных данных появилась возможность сформировать представление о знаниях испытуемыми традиций и обычаев своего народа, об уровне отождествления себя с ним. Анкетирование становится своего рода знакомством психолога с респондентами, позволяющее понять: кто перед ним, какие интересы и каков уровень культуры опрашиваемых лиц. Вопросы представлены в таблице 1 и таблице 2, достаточно просты, и у испытуемых не заняли большого количества времени.

Знание своих корней, особенностей жизни и быта народа, к которому человек принадлежит, его ценностей, нравов, обычаев и традиций, дает возможность познать самого себя. Именно поэтому для каждой личности важна информация об этносе или нации, без которой не получится в полной мере проникнуть в свой внутренний мир, ответить на вопрос «Кто я?», «Откуда Я?». Именно поэтому на первом этапе было проведено анкетирование, позволяющее выявить степень знания своего этноса.

Таблица 1 – Бланк анкеты «Знакомство: анкета о национальной идентичности и знании своей культуры»

Вопросы	Ответы
Ваш возраст?	—
Ваш пол?	—
Ваша национальность?	—
Сколько народных сказок своей нации Вы знаете?	—
Сколько народных песен Вы знаете?	—
Любите ли Вы танцевать или наблюдать за народными танцами своего народа?	—
Гордитесь ли Вы, что принадлежите к данной нации?	—
Хорошо ли Вы знаете свой родной язык?	—
Интересно ли Вам узнать: как жили Ваши предки, их быт образ жизни и так далее?	—
Соблюдаете ли Вы в своей семье национальные обычаи и традиции?	—

Таблица 2 – Результаты ответов на вопросы 1 – 3

Возраст	Молодёжь: 32		Зрелость: 38		старость: 35
Пол	Мужчины: 51			Женщины - 54	
Национальность	Финно-угры: 48	Русские: 22	Татары: 18	Другие: 17	

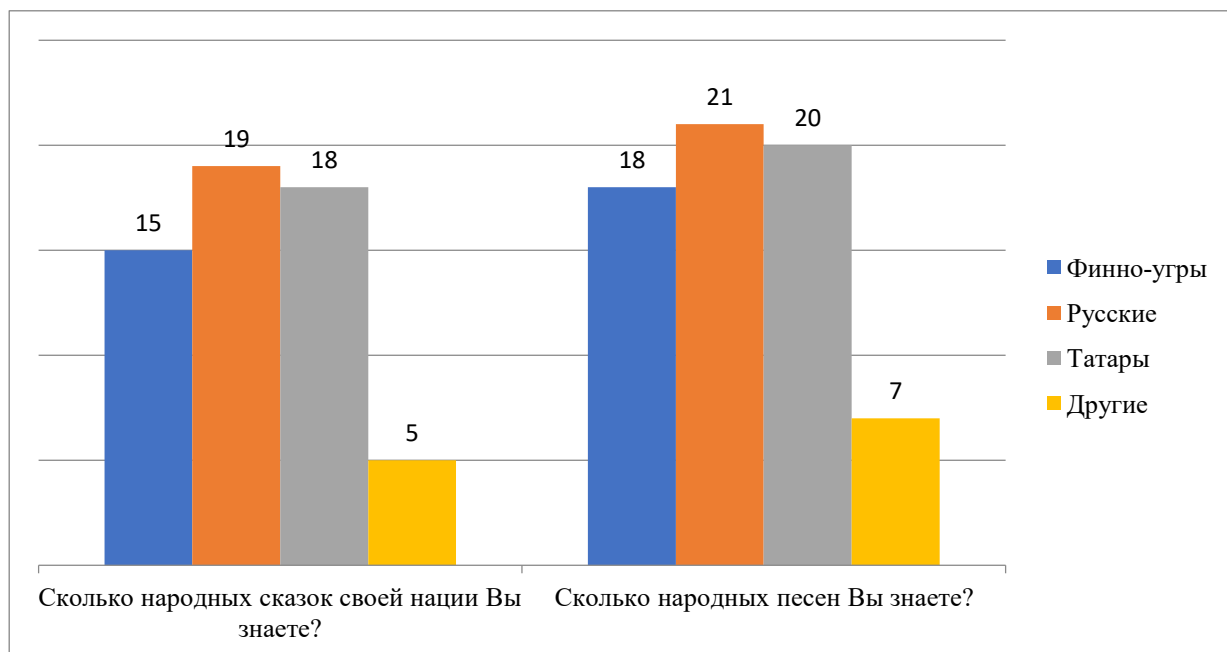


Рисунок 1 – Результаты ответов на вопросы 4 и 5

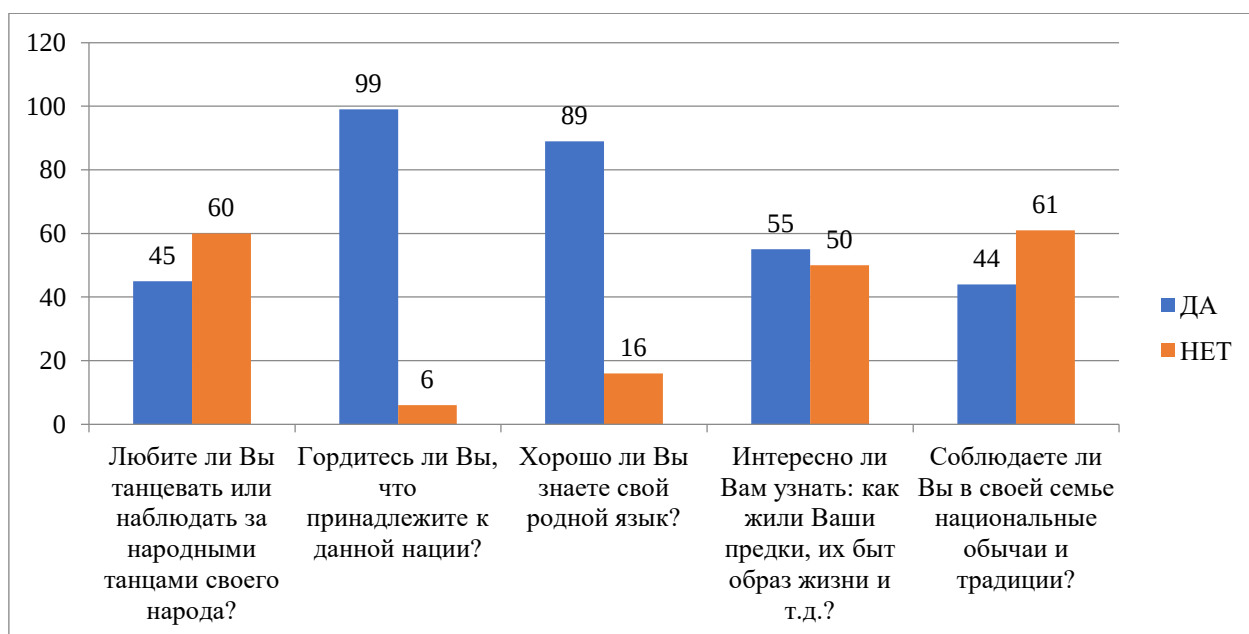


Рисунок 2 – Результаты ответов на вопросы 6 – 10

На основе полученных результатов, представленных на рисунке 1 и рисунке 2, можно сделать вывод о том, что практически все респонденты, независимо от гендерной или национальной принадлежности, гордятся своими корнями, уважают историю предков, но их знания в области этнографии не слишком высоки. Данное обстоятельство приводит к мысли о необходимости распространения и популяризации информации о быте и жизни своего народа, особенностей его художественной культуры. Эта задача необходима и ходе психологической помощи, в частности при осуществлении психокоррекции и для оптимизации межличностных конфликтов. Полученные данные привели к мысли о целесообразности проведения этнотерапии, описанной ниже.

Дальнейший этап диагностики заключался в осуществлении экспресс-опросника под названием «Индекс толерантности», составленный Г. У. Солдатовой, О. А. Кравцовой, О. Е. Хухлаевым, Л. А. Шайгеровой. Методика сформирована с учетом отечественного и зарубежного опыта в данной сфере, она включает в себя утверждения, отражающие как общее отношение к окружающему миру и другим людям, так и определенные социальные установки в самых разных областях взаимодействия, где выявляются толерантность и интолерантность человека. В диагностику входят высказывания, выявляющие уровень восприятия определенных общественных групп (меньшинства, психически больные, нищие и т.д.), позволяющие понять коммуникативные особенности (уважение мнения других, нацеленность на конструктивное разрешение конфликтов и продуктивное сотрудничество). Значительная часть вопросов посвящена этнической толерантности-интолерантности (восприятие людей другой расы или национальности, оценка культурной дистанции).

В процессе диагностики респондентам предложено оценить степень своего согласия или не согласия с приведенными утверждениями в количестве 22 штуки, и в соответствии с этим отметить знаком свой уровень отношения к представленному высказыванию, опираясь при этом на 6-ти

бальную шкалу. На основе полученных результатов можно сформировать своего рода имидж толерантности отдельного человека или группы людей, национальности, возрастной группы и прочие показатели. Данная информация так же помогает психологу в процессе работы по формированию способности оптимизации конфликтов, дает возможность разработать план этнотерапии и провести профилактику и психокоррекцию.

В процессе подсчета результатов каждому высказыванию присваивается балл от 1 до 6. При этом следует учитывать номера прямых утверждений, к которым относятся фразы: 1, 9, 11, 14, 16, 20, 21, 22. Обратные утверждения расположены под номерами: 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 10, 12, 13, 15, 17, 18, 19. Ответам на обратные утверждения присваиваются реверсивные баллы («абсолютно не согласен» – 6 баллов, «полностью согласен» – 1 балл). Полученные результаты дают возможность определить:

- низкий уровень толерантности - 22-60 баллов, что свидетельствует о высокой степени интолерантности, наличии враждебных установок по отношению к окружающему миру и людям, повышенную конфликтность, особенно в отношении других рас, национальностей, конфессий. Лица, оказавшиеся в этой категории, с трудом идут на компромиссы в ходе разрешения противоречий, они до последнего настаивают на правоте своей точки зрения;
- средний уровень – 61-99 баллов, указывающий на сочетание как толерантных, так и интолерантных качеств. В одних ситуациях для лиц с данными показателями свойственен положительный настрой и способность принять и понять другого человека, но в некоторых случаях можно наблюдать определенную враждебность по отношению к людям, отличающимся по тем или иным признакам;
- набравшие от 100 до 132 баллов отличаются высокими показателями толерантности. Однако важно осознавать, что баллы, превышающие 115, зачастую указывают на то, что человек может потерять четкость в понимании границ толерантности. Это может быть связано с

явлениями, такими как психологический инфантилизм или склонность к излишней снисходительности, угодничеству, либо даже равнодушию. Также следует отметить, что индивиды, вписывающиеся в эту категорию, часто показывают повышенную тенденцию к социальной желательности. Однако это не дает повода для утверждения, что человек обладает высочайшей толерантностью.

Для более эффективного изучения отдельных аспектов толерантности, полученные результаты следует разделить на субшкалы:

- этническая толерантность: 2, 4, 7, 11, 14, 18, 21; показывает отношение личности к представителям других национальных групп (расе, народу или конфессии) и ее установки в сфере межкультурного взаимодействия с другими людьми;
- социальная толерантность: 1, 6, 8, 10, 12, 15, 16, 20; демонстрирует толерантные и интолерантные проявления в отношении различных социальных групп (меньшинств, преступников, психически больных людей и так далее), позволяет проанализировать установки человека в отношении к определенным социальным процессам, выявить степень понимания или непонимания поступков, не свойственных ему самому.
- толерантность как черта личности: 3, 5, 9, 13, 17, 19, 22; дает возможность изучить личностные черты, установки и убеждения, которые в значительной степени определяют отношение человека к другим людям, не зависимо от схожести или не схожести с ними.

Говоря об описанных выше категориях нельзя не исходить из их прямой взаимосвязи между собой. Человек, обладающий высокой способностью принятия других людей из своего окружения, сможет толерантно отнестись и к представителю другой национальности, расы или конфессии. Данная черта так же прямым образом влияет на умение грамотно разрешать межличностные конфликты, выходить из затруднительных ситуаций.

2.2 Результаты исследования

В рамках нашего исследования были применены несколько методов, направленных на сбор и анализ данных, относящихся к взглядам участников на конфликт, их толерантность и личные характеристики. Основным инструментом для получения информации стало анкетирование, в ходе которого респонденты отвечали на тщательно разработанные анкеты с закрытыми и открытыми вопросами, что позволяло выявить как качественные, так и количественные аспекты их восприятия. Кроме того, для оценки уровня толерантности участников был использован экспресс-опросник «Индекс толерантности». Также применялся тест К. Томаса, который помог определить стиль поведения участников в конфликтных ситуациях. Для диагностики личностной агрессивности и конфликтности использовалась методика, созданная Е. П. Ильиным и П. А. Ковалевым, что позволило более глубоко проанализировать проявления агрессивных реакций в межличностных взаимодействиях. Эти методы в совокупности обеспечили обширную базу данных для дальнейшего анализа и интерпретации результатов исследования.

В процессе нашего исследования был подсчитан средний балл в категории разных национальностей и разных возрастных групп. Полученные результаты позволили сформировать представление о степени толерантности финно-угров, русских, татар и других народов, участвующих в работе. В итоге получены следующие данные.

На рисунке 3 представлены результаты методики «Индекс толерантности» с распределением респондентов по возрасту и национальному составу.

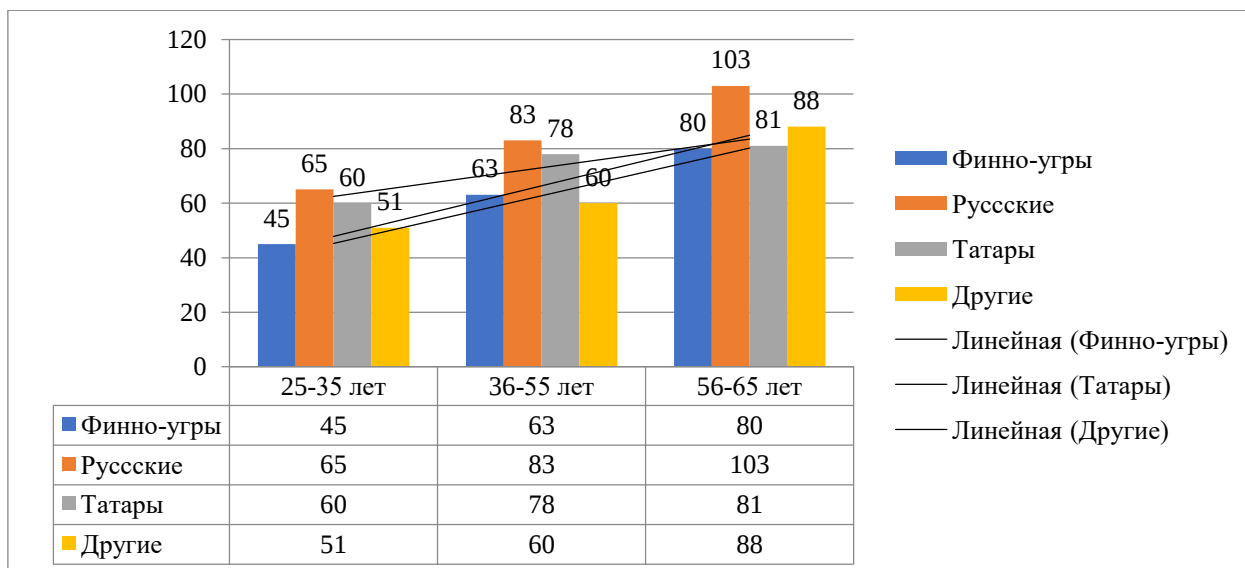


Рисунок 3 – Результаты диагностики «Индекс толерантности»

Исходя из полученных данных, можно наблюдать тенденцию к увеличению чувства толерантности с возрастом. Молодые люди в меньшей степени способны войти в положение другого человека, разобраться в ситуации, ориентироваться на интересы окружающих, принимать и понимать их. Что касается национальности, то, как выяснилось, русские в большей степени толерантны в отношении к другим людям, национальностям, расам и конфессиям. В итоге можно прийти к выводу о необходимости воспитания и формирования умения понимать, принимать и уважать окружающих, отличающихся по тем или иным признакам. Особенно важна работа в данном направлении с молодым населением. Деятельность в этом направлении способна привести к способности оптимизации конфликтных ситуаций.

Таким образом, основываясь на данных проведенных диагностики, можно сделать вывод о необходимости использования этнотерапии в процессе психокоррекции и формировании способности урегулирования межличностных конфликтов. Причем проводимые техники осуществлялись в двух направлениях. Первое основывалось на погружении человека в историю собственного народа, возвращению к своим корням, помогающее в определенной степени найти себя. Второе направление представляло собой

знакомство с особенностями культуры других народов, что способствовало усилению степени понимания различных картин мира, способности более широко смотреть на особенности разных категорий людей, народов, рас, конфессий. Оба обозначенных выше направления способствуют развитию личности, ее интеллектуальной и духовно-нравственной составляющих.

Одной из техник, используемых в процессе нашего исследования, является психодрама, которая представляет собой терапевтический метод, в нем различные психологические отклонения понимаются как проявление нарушений в межличностных отношениях. Для их коррекции, используется спонтанное сценическое изображение той или иной ситуации, где участники процесса играют определенную роль, в ходе которой появляется возможность взглянуть на себя со стороны, а также понять проблемы другого человека, побывать на его месте.

В ходе исследования респондентам было предложено обыграть сказки трех основных национальностей, представленных в нашей подборке: финская народная сказка «Веселый Матти», русская народная сказка «По щучьему веленью», татарская народная сказка «Находчивый джигит». Участие в постановке всех обозначенных выше произведений выполняет сразу две функции, с одной помогает лучше узнать особенности характера своего народа, и познакомиться с отличительными чертами других национальностей. Поскольку в сказках затрагиваются особенности быта и жизни людей, характер представителей той или иной национальности и т.д. Может возникнуть вопрос, почему данный жанр выбран для работы с взрослыми людьми, ведь обычно сказочный фольклор используется в детских аудиториях. Однако жизненные вопросы, затрагиваемые в данных произведениях, способны повлиять на личность любого возраста и заставить задуматься о поступках героев, сравнивая их со своим поведением.

В процессе обыгрывания финской народной сказки «Веселый Матти», после ее прослушивания всеми респондентами, каждому участнику исследования предложено попробовать себя в роли хмурого и угрюмого

Тойво, который не противостоит трудностям, уходит от них. После этого испытуемым было дано задание - перевоплотиться во второго брата Матти, которому удалось расположить к себе медведя. Побывав в обеих ролях, психолог предлагает каждому респонденту ответить для себя на вопрос: «Кто из двух братьев ближе лично ему? Каким образом он выходит из трудной ситуации: как Тойво или как Матти?». На рисунке 4 представлены ответы респондентов



Рисунок 4 – Анализ сказки «Веселый Матти» (%)

В результате мы видим, что больше половины респондентов настроены на то, чтобы решать возникающие конфликты с положительными эмоциями, стремясь выйти из сложной ситуации, не вызывая негативного настроения ни у себя, ни у второго участника противостояния. Но все же значительная часть испытуемых предпочитает избегать трудности, не пытаясь разрешить конфликт, как это сделал герой сказки Тойво. Следовательно, существует необходимость в коррекции, предполагающей умение реагировать на разгорающееся противоречие весельем, обращать в шутку грубость собеседника.

Вторая сказка, представленная участникам исследования – «Пощучьему велению», ярко демонстрирующая особенности национального русского характера. После обыгрывания сюжета произведения каждому респонденту было предложено поразмышлять и ответить на вопрос: «Какое бы они желание загадали щуке, если бы оказались на месте Емели?». Поиск ответа на данный вопрос дал возможность респондентам определиться с жизненными целями и планами. При четком формулировании и понимании своих желаний и устремлений человек способен самостоятельно грамотно спланировать и проанализировать направление своей деятельности, в результате появляется больше шансов на достижение конечного результата. Таким образом, проведенная работа по постановке сказки и размышлению над заданным вопросом способствует развитию личности, раскрытию внутреннего «Я» через рефлекссию.

Татарская народная сказка «Находчивый джигит» так же ставит вопрос перед участниками о выборе стратегии поведения в случае возникновения конфликтной ситуации. После обыгрывания сценария сказки респондентам рекомендуется поразмышлять на тему «Всегда ли излишние эмоции помогают выйти из затруднительного положения наиболее эффективным способом?» Участникам предлагается осуществить выбор, определить для себя: как бы они поступили, оказавшись на месте героев сказки, как первые два брата, или как младший джигит. Результаты ответов представлены на рисунке 5.



Рисунок 5 – Анализ сказки «Находчивый джигит» (%)

Таким образом, исходя из полученных результатов, становится понятным, что большинство (72 человека) респондентов предпочитают в случае возникновения противоречия, столкновения с трудной ситуацией, подумать, просчитать все возможные варианты, приняв наиболее оптимальное решение. Однако 38 участников указали, что они руководствуются эмоциями при попытке разрешения конфликта, поддаваясь на провокации.

Проведенная методика психодрамы способствовала выполнению сразу нескольких задач, способствующих предупреждению, коррекции поведения и личностному развитию испытуемых:

- диагностика поведения респондентов в конфликтных ситуациях, определение их выбора в сторону ухода, резкой эмоциональной реакции, сглаживания или поиска оптимального способа разрешения противоречия;
- знакомство участников с бытом, обычаями и традициями народов, сказки которых были рассмотрены во время мероприятия. Формирование представления об особенностях национального характера русских, татар, финно-угров. Это, в свою очередь, способствовало культурному развитию респондентов, расширению их кругозора, способности оценить определенные события, явления и процессы с разных позиций;
- развитие артистических способностей испытуемых, их коммуникативных способностей, рефлексия, предполагающая представление себя на месте героев сказок, размышление о своем поведении в подобных ситуациях.

Следующий этап работы включал в себя знакомство участников с народными ремеслами. Методика предполагала выполнение определенных работ, которыми занимались представители рассматриваемых национальностей: вязание из овечьей шерсти, сопровождаемое рассказом об

особенностях данного занятия у финно-угорских народов; изготовление куклы-закрутки из лоскутов ткани, с предоставлением информации о принципах и этапах создания русской самодельной игрушки из кусочков материи, остававшихся у хозяйки после шитья; формирование узоров из кусков кожи, создание кожаной мозаики, распространенной у татар.

В процессе выполнения описанных выше заданий осуществлялось наблюдение за участниками, в ходе которого фиксировались уровень их активности и интереса к осуществляемой деятельности, так же степень сосредоточенности. Оценка производилась по 10-бальной системе, выставлялась по 2-м шкалам: внимание и активность. После проведения эксперимента был подсчитан средний балл у мужчин и у женщин, и у трех возрастных категорий, обозначенных в исследовании. В конечном итоге мы получили следующие результаты, которые представлены на рисунке 6 и 7.

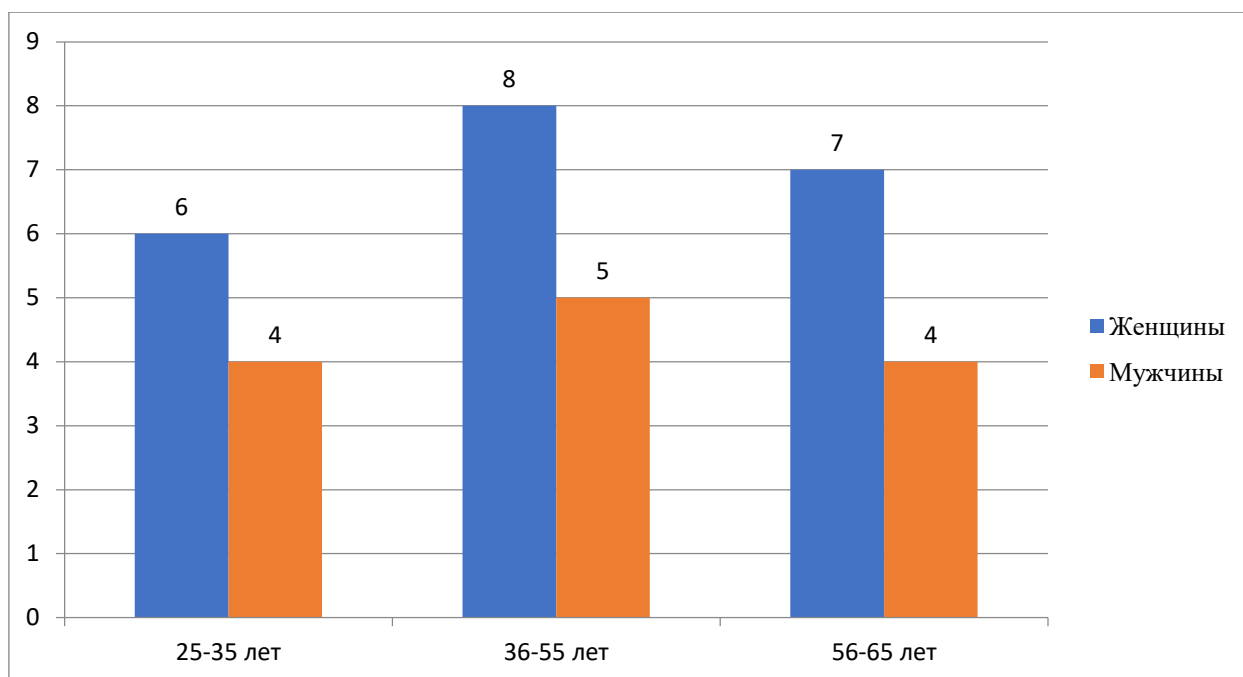


Рисунок 6 – Результаты мастер-класса по освоению ремесел по шкале внимание

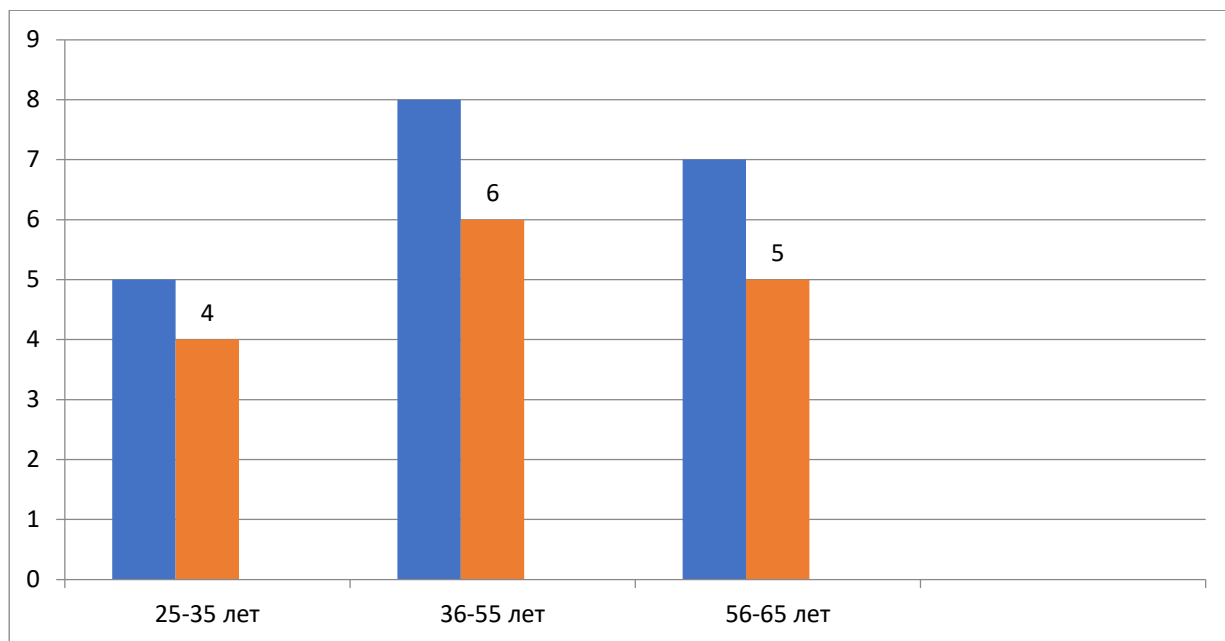


Рисунок 7 – Результаты мастер-класса по освоению ремесел по шкале активность

Исходя из полученных результатов, можно сделать вывод о том, что молодые люди и девушки в меньшей степени заинтересованы выполнением ручной работы. Вероятно, это связано с тем, что данное поколение выросло в период появления и развития инновационных технологий, они реже выполняли что-либо руками, для них более понятен мир знаковой системы. Люди зрелого возраста наиболее внимательны и активны в процессе выполнения ручной работы, требующей терпения и усидчивости. Пожилым участникам оказалось несколько сложнее сосредотачиваться на предложенном виде работ, ввиду наличия хронических заболеваний, затрудняющих способность долго сидеть на одном месте, рассматривать мелкие детали и так далее.

При сравнении мужчин и женщин явное преимущество в умении выполнять монотонную работу занимают представительницы слабого пола. Виды ремесла, предложенные респондентам, относятся к числу женских промыслов, возможно, поэтому мы получили данный результат. В том случае, если бы у нас была возможность организовать, например, рыбалку, то

большее количество баллов, вероятнее всего, набрали мужчины.

В процессе исследования происходило наблюдение за всеми его участниками. На первом этапе, в период проведения диагностик, наблюдалась низкая активность, испытуемые вели себя сдержанно, отвечая на вопросы анкеты и диагностики. Между собой участники практически не общались, каждый был сосредоточен на своей работе. Далее, в процессе психодрамы испытуемые получили возможность лучше узнать друг друга, раскрыться, продемонстрировать артистические способности, почувствовать себя на месте другого человека, узнать особенности представителей других национальностей. Испытуемые начали импровизировать, предлагать свои варианты возможной игры. Взаимодействие наблюдается и в процессе занятий ремеслом, участники смотрят на работы друг друга, обсуждают трудности, с которыми сталкиваются в процессе выполнения задания, дают советы по поводу выполнения задания.

В конечном итоге испытуемые налаживают контакты между собой, причем не зависимо от национальной принадлежности и конфессии, завязываются новые знакомства, развивается общение. Участники начинают лучше понимать представителей других народов, помогают друг другу, то есть происходит формирование их коммуникативных качеств. Кроме этого, проведенные технологии способствовали более глубокому пониманию каждого из испытуемых самого себя. Ответы на поставленные вопросы способствовали осознанию особенностей своего поведения при возникновении конфликтной ситуации. Данное знание необходимо для коррекции действий при появлении противоречия, что способно помочь респондентам в решении многих сложных задач, возникающих на пути у каждого человека.

Было проведено исследование конфликтности респондентов - тест К. Томаса, адаптированный Н. В. Гришиной, "Стиль поведения в конфликте" представляет собой методику для выявления характерных способов реакции на конфликтные ситуации. В рамках этой методики выделяются пять

основных стилей: соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание и адаптация. Участникам предлагается выбрать между 30 парами утверждений, что позволяет определить, какое из них наилучшим образом отражает их привычное поведение в условиях конфликта. Результаты представлены на рисунке 8.



Рисунок 8 – результаты исследования по методике К. Томаса

Также при исследовании использовалась методика диагностики личной агрессивности и конфликтности, разработанный Е. П. Ильиным и П. А. Ковалевым, предназначен для определения предрасположенности индивида к конфликтам и агрессивным проявлениям как чертам личности. Опросник включает 80 утверждений, на которые респондент отвечает "да" или "нет". Полученные данные дают возможность оценить как позитивную, так и негативную формы агрессивности, а также общий уровень конфликтности данной личности. Наглядно результат представлен на рисунке 9.



Рисунок 9 – Результаты диагностики конфликтности «Уровень личной агрессивности и конфликтности»

Таким образом, основываясь на проведенных методиках, нам удалось провести диагностику представителей разных возрастов, находящихся в диапазоне от 25 до 65 лет, мужчин и женщин, принадлежащих к разным национальностям. В итоге было обнаружено, что практически все респонденты гордятся своей национальностью, уважают свой народ, но не все традиции и обычаи соблюдаются сегодня, многое забыто, особенно молодым поколением. Среди наиболее почитающих ценности своей нации оказались татары, в то время как русские, финно-угры и другие народы в меньшей степени знакомы с особенностями жизни и быта предков. В то же время способностью понимать и принимать представителей других национальностей и конфессий, больше наделены русские.

После проведенной диагностики был сделан вывод о необходимости знакомства участников с обычаями и традициями, как своего народа, так и других национальностей. Для этого использовалась этнотерапия, включающая в себя психодраму и ремесленную практику. В итоге респондентам удалось не только получить информацию об особенностях жизни и быта предков, но и представить себя на их месте, попробовать в роли ремесленника, джигита и так далее. Кроме этого, проведенные

методики позволили понять особенности своего поведения в конфликтных ситуациях, более глубоко проникнуть в свой внутренний мир, осознать свою принадлежность к тому или иному этносу. Так же представленные технологии способствовали развитию таких качеств, как усидчивость, терпение, умение ценить чужой труд и так далее.

Следовательно, проведенные в процессе нашего исследования методики, позволяют диагностировать, провести предупреждение межличностных конфликтов и коррекцию поведения, сформировать навыки разрешения конфликтов, а также способствуют общему развитию личности, включая интеллектуальную и духовно-нравственную составляющие. Результаты представленных техник дали возможность разработать рекомендации, необходимые для преодоления существующих трудностей в ходе межличностного общения и увеличить степень толерантности, направленной на восприятие людей, отличающихся по тем или иным характеристикам.

Разработанная и апробированная нами программа этно-терапии, направленной на предупреждение этнических межличностных конфликтов, может служить основой для дальнейших исследований и практических разработок в области этно-терапии и межкультурной коммуникации.

2.3 Разработка и апробация программы этно-терапии, направленной на предупреждение этнических межличностных конфликтов

На фоне глобальных изменений и миграционных процессов этнические межличностные конфликты становятся все более актуальной темой. Этнические межличностные конфликты – это следствие исторических, социальных и культурных различий между народами, которые могут проявляться в агрессии, предвзятости и недопонимании. Психологические тренинги, направленные на этно-терапию, могут стать эффективным

инструментом для предупреждения таких конфликтов. В республике и других регионах России наблюдается значительное разнообразие этнических групп, что придаёт особое значение пониманию и нахождению путей для разрешения возможных конфликтов. В связи с этим мы разработали программу этно-терапии для организации КРОО «Йолташ», направленную на предупреждение этнических межличностных конфликтов через укрепление взаимопонимания и толерантности между разными этническими группами. Данная программа разработана для взрослых и состоит из нескольких взаимосвязанных этапов.

Цель программы заключается в создании условий для конструктивного взаимодействия между представителями различных этнических групп.

Основные задачи программы: повышение уровня знаний о традициях и культуре разных этнических групп; развитие навыков толерантного общения и разрешения конфликтов; формирование позитивного отношения к многообразию; создание безопасного пространства для обсуждения и анализа этнических стереотипов; развитие способности к эмпатии и пониманию других культур.

Апробация программы

Для участия в программе и проведения исследования были приглашены 105 респондентов в возрасте от 26 до 65 лет. Участники были разделены на три группы:

- молодёжь (26-35 лет) – 35 человек;
- зрелый период (36-55 лет) – 40 человек;
- старость (56-65 лет) – 30 человек.

Среди участников были представители различных этнических групп: русские, татары, финно-угорские народы и другие. Некоторые респонденты не смогли определить свою этническую принадлежность, что также является интересным аспектом для дальнейшего анализа.

Программа этно-терапии включала одиннадцать тренингов, которые проводились в период с 1 июля 2024 года по 15 декабря 2025 года; каждый

тренинг имел свою тематическую направленность и последовательность:

Первый тренинг «Знакомство с культурой»: участники обсуждали культурные различия, обязательства и традиции различных этнических групп, проводя небольшие презентации.

Второй тренинг «Технологии толерантного общения»: участники обучались приемам активного слушания и конструктивного диалога.

Третий тренинг «Разрешение конфликтов»: используя ролевые игры, участники прорабатывали различные сценарии межнациональных конфликтов.

Четвёртый тренинг «Этика общения и этикет»: упражнения способствовали пониманию важности этичных коммуникаций.

Пятый тренинг «Межкультурный диалог»: участники делились своими историями о взаимодействии с представителями других культур.

Шестой тренинг «Преодоление стереотипов»: рассмотрение и обсуждение стереотипов, связанных с этническими группами.

Седьмой тренинг «Создание общего пространства»: формирование общих ценностей и обсуждение положительных аспектов сотрудничества.

Восьмой тренинг «Традиции и обычаи»: изучение обычаев и традиций разных народов, которые способствуют укреплению дружбы и сотрудничества.

Девятый тренинг «Креативные методики взаимодействия»: упражнения на креативное совместное разрешение проблем.

Десятый тренинг «Этническая гармония: предупреждение межличностных конфликтов», направленный на развитие навыков конструктивного общения и разрешения конфликтов.

Одиннадцатый заключительный тренинг «Результаты и планы»: подведение итогов, обсуждение изменений в восприятии и дальнейшем взаимодействии.

Этапы проведения каждого тренинга:

Этап 1. Подготовительный (1-2 недели до тренинга) включал в себя:

- определение целевой аудитории: необходимо выяснить состав участников, их этнические принадлежности, возраст и уровень знаний о проблеме; это помогает адаптировать программу под конкретные группы;
- анализ потребностей: проведение анкетирования для определения актуальных вопросов, связанных с этническими конфликтами, с которыми сталкиваются участники;
- составление модуля тренировок: формирование программы с учетом результатов анализа потребностей; включение модулей, посвященных различным аспектам этнических конфликтов и их разрешению.

Этап 2. Вводный этап включал в себя:

- знакомство участников: организация неформального общения, где участники могут представить себя и поделиться своим опытом взаимодействия с представителями других этнических групп;
- ознакомление с целями и задачами тренинга: формирование общего понимания важности данной работы и установление доверительной атмосферы;
- постановка личных целей: каждый участник определяет, чего он хочет достичь в ходе тренинга.

Этап 3. Основной этап включает в себя теоретический и практический блоки.

Теоретический блок (пример):

- лекция о стереотипах и предвзятостях: обсуждение природы стереотипов, их происхождение и влияние на межличностное общение;
- групповая дискуссия: участники обсуждают примеры этнических конфликтов из своей практики. Выявление ключевых факторов, способствующих конфликтам.

Практический блок (пример):

- медиация: ролевые игры, где участники разыгрывают сценарии конфликтов и ищут пути их разрешения;

- групповая работа: разделение участников на группы по этническому признаку для обсуждения их культурных особенностей и проблем, с которыми они сталкиваются;
- упражнения на эмпатию: участники выполняют задания, направленные на развитие способности воспринимать точку зрения другого человека;
- обсуждение культурных традиций: каждый участник представляет традиции своей культуры, что способствует лучшему пониманию и признанию многообразия.

Этап 4. Разработка стратегий:

- создание дорожной карты: участники совместно разрабатывают стратегии по разрешению этнических конфликтов в своих сообществах;
- формирование социальных инициатив: обсуждение возможности создания проектов, направленных на улучшение взаимодействия между этническими группами.

Этап 5. Завершающий этап:

- обсуждение результатов тренинга: участники делятся своими впечатлениями и изменениям, произошедшими в ходе тренинга;
- формирование поддерживающей группы: создание групп поддержки для продолжения работы над межкультурными отношениями.

Приведём конспект психологического тренинга «Этническая гармония: предупреждение межличностных конфликтов»

Цели тренинга:

- повышение осведомленности о механизмах возникновения этнических конфликтов;
- формирование навыков преодоления стереотипов и предвзятости;
- развитие навыков конструктивного общения и разрешения конфликтов.

Задачи:

- обсудить причины и последствия этнических конфликтов;
- научить участников методам эмпатии и активного слушания;
- создать пространство для диалога и взаимопонимания между представителями различных этнических групп.

Целевая аудитория:

- представители разных этнических групп, молодежь, студенты, социальные работники.

Продолжительность: 1 день (6 часов)

Структура тренинга:

Введение (30 мин):

- приветствие участников;
- знакомство: круг имен, «стереотипы о себе» (участники называют один положительный и один отрицательный стереотип о своей этнической группе).

Теоретическая часть (1 час):

- обсуждение понятий «этнический конфликт», «стереотип», «предвзятость»;
- примеры этнических конфликтов в России и мире;
- введение в концепцию мультикультурализма и значимость межкультурного диалога.

Практическая часть (3 часа).

Упражнение «Зеркало» (1 час):

- участники делятся на пары (лучше, если пары смешанные по этническому признаку);
- один из партнеров рассказывает о своем опыте в межэтническом взаимодействии, другой - слушает и затем пересказывает услышанное. Меняются ролями.

Упражнение «Стереотипы и реальность» (1 час):

- разделение на группы. Каждая группа получает карточки со стереотипами о различных этнических группах;

– обсуждение в группах: откуда берутся эти стереотипы и насколько они соответствуют реальности. Затем представление результатов обсуждения остальным участникам.

Ролевая игра «Конфликт и разрешение» (1 час):

– сценарии конфликтных ситуаций, основанные на реальных историях;
– участники делятся на группы, каждая группа получает свой сценарий, который нужно разыграть и затем найти решение конфликта.

Заключительная часть (1 час):

– общая рефлексия: обсуждение полученного опыта, выводы;
– мини-анкетирование: оценка тренинга и высказанные пожелания.

Подведение итогов (30 мин):

– раздача информационных материалов о межкультурной коммуникации и ресурсах для дальнейшего изучения;
– участникам, проявившим активность, вручаются сертификаты об участии.

Ресурсы:

– раздаточный материал: брошюры о стереотипах, конфликтах и их разрешении;
– оборудование: проектор для презентации, маркеры, карточки для упражнений.

Заключение.

Тренинг «Этническая гармония» направлен на формирование культуры взаимопонимания и толерантности среди молодёжи, что является ключевым фактором для предотвращения межэтнических конфликтов в будущем.

В ходе апробации программы были получены позитивные результаты. Участники отмечали снижение предвзятости и повышение степени понимания различных культур. Самопрезентации и ролевые игры способствовали созданию атмосферы доверия и открытости. Кроме того, наблюдалось улучшение коммуникативных навыков, а также увеличение числа совместных мероприятий среди разных этнических групп по

окончании тренингов.

Этно-терапия предоставляет возможность углубленного изучения межкультурных взаимодействий и разработки конструктивных подходов к разрешению конфликтов. Данная программа, направленная на помощь взрослым в понимании и преодолении этнических предвзятостей, способствует достижению толерантности и взаимопонимания в обществе. Постоянное обновление и усовершенствование программы будет способствовать ее эффективности в борьбе с этническими конфликтами.

Исследование позволило выявить особые аспекты восприятия этнических различий у разных возрастных групп, что также имеет значение для дальнейшей работы. Младшие участники чаще проявляли интерес к многообразию и менее подвержены традиционным стереотипам, в то время как более старшие группы нуждались в дополнительной информации и осмыслении новых взглядов.

2.4 Особенности конфликтности и межэтнической толерантности на контрольном этапе

С целью изучения возможностей практического применения этнотерапии в реальной жизни на базе Калининградской региональной общественной организации по сохранению и развитию культуры финно-угорских народов (КРОО «Йолташ») было проведено исследование, направленное на диагностику особенностей конфликтности представителей различных национальностей, возрастов и полов до и после проведения тренингов, направленных на гармонизацию межэтнических отношений, предупреждение конфликтности, связанной с национальностью участников.

В исследовании приняли участие 105 человек в возрасте от 26 до 65 лет. Респонденты были разделены на следующие возрастные группы:

- молодёжь (26-35 лет) -33%;
- зрелый период (36-55 лет) – 38%;

– старость (56-65 лет) – 29%.

По национальному составу выборка включала представителей финно-угорских народов, русских, татар и других национальностей. Некоторые участники не смогли определить свою этническую принадлежность.

Обоснованием выборки для итоговой диагностики служило несколько факторов, среди них - согласие участников: не все респонденты были готовы или заинтересованы в участии в заключительной диагностике, или просто не нашли время пройти её.

Из 105 анкетированных на первом этапе исследования, только 60 человек согласились принять активное участие в эксперименте, что также важно учитывать при формировании итоговой выборки. Для обеспечения статистической значимости и возможности сравнения результаты были разбиты на две равные группы по 30 человек – экспериментальную (те, кто посетил все занятия тренинга) и контрольную (те, кто посетил только один или два тренинга) . Это позволило более четко анализировать изменения уровня толерантности после тренингов. В ходе организационной работы были учтены временные и ресурсные ограничения. Проведение тренингов для меньшей группы позволяет обеспечить более глубокое взаимодействие между участниками, что в свою очередь способствует лучшему усвоению материала и повышению доверия. В итоге, для проведения качественного анализа данных и возможности применения методов статистической обработки, общее число участников сегментации было оптимизировано до 60 человек, так как такие размеры выборки позволяют достичь необходимой степени точности и достоверности результатов.

Таким образом, выборка для итоговой диагностики из 60 человек была обоснована как с точки зрения методологических требований, так и практических аспектов, что обеспечивает качество и надежность полученных данных в рамках исследования влияния тренингов по этнотерапии на уровень толерантности.

Для исследования особенностей конфликтности мы использовали

следующие методики исследования.

Тест К.Томаса "Стиль поведения в конфликте" (адаптация Н. В. Гришиной).

Методика позволяет определить типичные способы реагирования на конфликтные ситуации. Выделяется пять стилей: соперничество, сотрудничество, компромисс, избегание, приспособление. Участникам предлагается 30 пар суждений, из которых нужно выбрать то, которое наиболее точно описывает их типичное поведение в конфликтной ситуации. Наглядно результат представлен на рисунке 10.

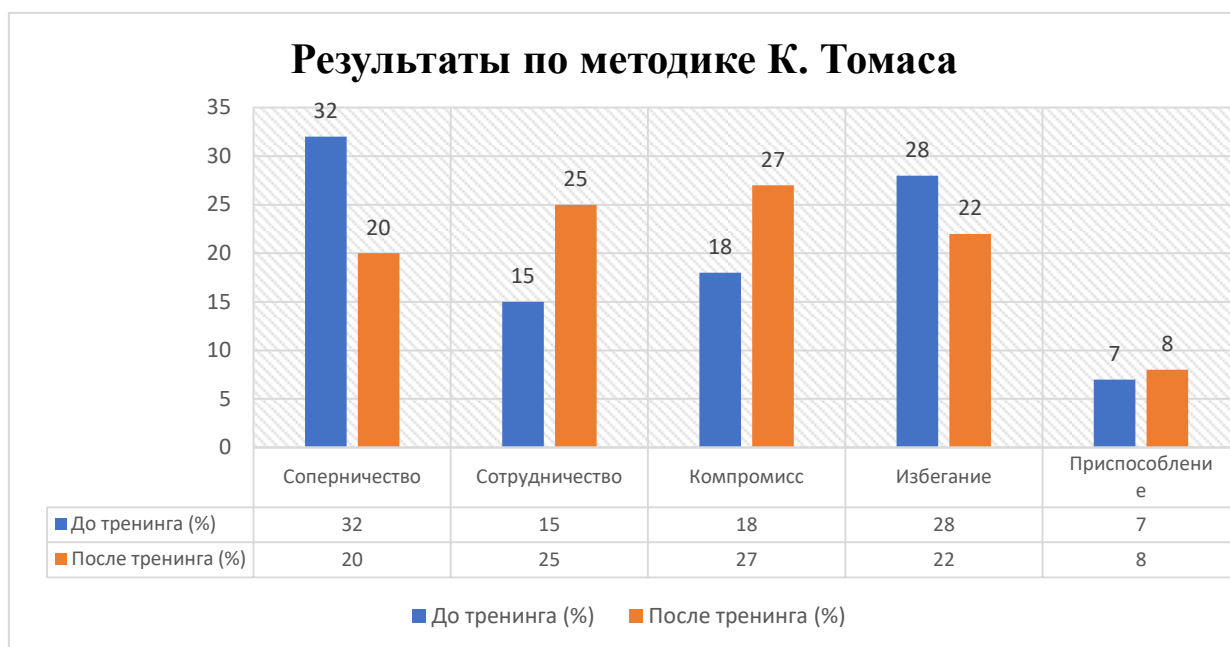


Рисунок 10 – Результаты диагностики конфликтности «Стиль поведения в конфликте»

На рисунке 11 представлены повторные результаты методики диагностики уровня личностной агрессивности и конфликтности (Е. П. Ильин и П. А. Ковалев):

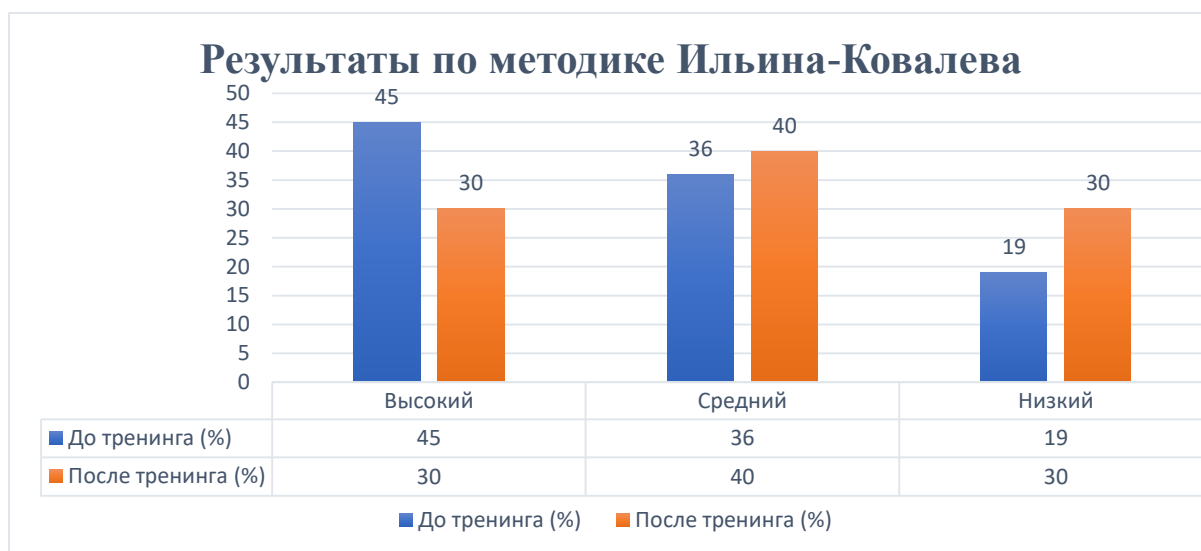


Рисунок 11 – Результаты диагностики конфликтности «Уровень личной агрессивности и конфликтности»

Методика направлена на выявление склонности субъекта к конфликтности и агрессивности как личностных характеристик. Опросник состоит из 80 утверждений, на которые испытуемый отвечает "да" или "нет". Результаты позволяют оценить позитивную и негативную агрессивность, а также общий уровень конфликтности личности.

Был проведен трехдневный тренинг (12 часов), направленный на снижение межличностной конфликтности и развитие межкультурной толерантности. Программа включала: в первый день - знакомство с культурами, презентации национальных традиций, обмен культурным опытом, групповые дискуссии о ценностях разных народов; второй день был посвящён развитию эмпатии и понимания: были проведены ролевые игры, упражнения на развитие межкультурной коммуникации, отработаны техники активного слушания; в третий день была проведена работа с конфликтами: обучение конструктивным способам разрешения конфликтов, практика медиации, разработка общих правил взаимодействия.

Анализ национального состава участников исследования показал преобладание двух основных групп: русские (40%) и представители финно-угорских народов (35%). Это распределение отражает специфику работы

КРОО «Йолташ» (организация, занимающаяся продвижением финно-угорской культуры). Третьей по численности группой в исследовании являются татары (15%). Остальные национальности представлены в меньшем количестве (7%), а небольшая часть участников (3%) затруднилась с определением своей этнической принадлежности.

Такое распределение создало благоприятные условия для проведения этнотерапии, поскольку присутствие значительного числа представителей разных национальностей обеспечило разнообразие культурных перспектив; наличие двух крупных этнических групп позволило избежать ощущения «меньшинства» у участников; также участие представителей разных национальностей способствовало богатому межкультурному обмену.

На рисунке 12 представлена диаграмма распределения участников по национальному составу.

Национальный состав участников



Рисунок 12 – Национальный состав участников исследования

Анализ возрастного распределения участников выявил следующую картину: наибольшую долю составили представители зрелого возраста (36-55

лет) - 38%; несколько меньшую долю составила молодежная группа (26-35 лет) - 33%; меньшую часть составили участники старшей возрастной группы (56-65 лет) - 29%.

Такое возрастное распределение оказалось оптимальным для проведения этно-терапевтической работы по следующим причинам: преобладание людей зрелого возраста обеспечило высокий уровень осознанности и готовности к работе над межличностными отношениями; значительная доля молодых участников внесла динамику в групповые процессы и способствовала более активному обмену опытом; присутствие старшей возрастной группы обогатило работу традиционными культурными знаниями и жизненной мудростью.

В результате исследования мы получили следующие результаты: согласно результатам по методике К. Томаса, до проведения тренинга преобладающими стилями поведения в конфликте были соперничество (32%) и избегание (28%). После тренинга увеличилась доля сотрудничества (с 15% до 25%) и компромисса (с 18% до 27%).

Согласно результатам по методике Ильина-Ковалева, до тренинга высокий уровень конфликтности демонстрировали 45% участников, средний - 35%, низкий - 20%. После тренинга показатели изменились: высокий уровень - 30%, средний - 40%, низкий - 30%.

Для более глубокого понимания конфликтности и агрессивности среди различных групп населения, важно проанализировать результаты применения методик К. Томаса "Стиль поведения в конфликте" и "Методики диагностики уровня личностной агрессивности и конфликтности" (Е. П. Ильин и П. А. Ковалев) по критериям возраста и национальности. Результаты представлены на рисунках 13, 14, 15, 16.

Результаты по методике К. Томаса с распределением участников по возрасту

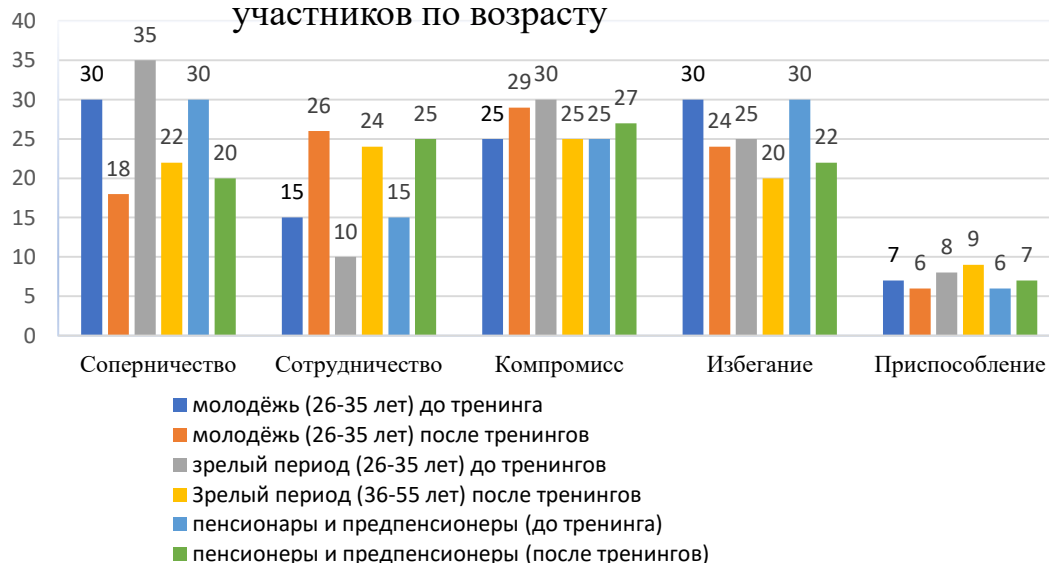


Рисунок 13 – Результаты по методике К. Томаса с распределением респондентов по возрасту

Результаты по методике К. Томаса с распределением участников по национальному составу



Рисунок 14 – Результаты по методике К. Томаса с распределением респондентов по национальному составу



Рисунок 15 – Результаты по методике Ильина-Ковалёва с распределением респондентов по возрасту.



Рисунок 16– Результаты по методике Ильина-Ковалёва с распределением респондентов по национальному составу

Сравнительный анализ данных показал, что молодёжь

продemonстрировала наибольший уровень конфликтности и склонности к соперничеству до обучения. В то же время, зрелый возраст оказался наиболее подверженным агрессивному стилю поведения в конфликте.

По мнению респондентов, тренинг способствовал снижению конфликтности и повышению уровня сотрудничества и компромисса, что необходимо учитывать при разработке программ по управлению конфликтами в различных возрастных и этнических группах.

Результаты исследования показали значительные различия в стилях поведения в конфликте и уровнях конфликтности и агрессивности в зависимости от возраста и национальности. Это подчеркивает важность индивидуализированного подхода при организации тренингов и программ по повышению толерантности и разрешению конфликтов. Рекомендуется продолжить исследования для более глубокого понимания влияния культурных и возрастных факторов на восприятие конфликтов.

Также мы провели диагностику респондентов по выборке в целом по методике «Индекс толерантности» по итогу реализации программы этнотерапии для того, чтобы определить, как участие в тренингах по этнотерапии влияет на уровень толерантности у индивидуумов по результатам измерений с помощью методики "Индекс толерантности". В исследовании приняли участие 60 человек, разделенных на две группы: экспериментальную (30 человек), проходившую тренинг по этнотерапии, и контрольную (30 человек), не получавшую вмешательства.

В процессе проведения исследования по методике "Индекс толерантности" из общей выборки в 105 респондентов, которые прошли первоначальную диагностику по данной методике на первом этапе, до проведения тренингов, было выбрано 60 человек, что обусловлено факторами, связанными с целью и методологией данного исследования.

Процедура исследования проводилась следующим образом: изначально была проведена оценка базового уровня толерантности участников с использованием методики "Индекс толерантности".

Затем была проведена серия тренингов по этнотерапии: занятия включали групповые обсуждения, ролевые игры и культурные упражнения, направленные на знакомство с культурным богатством разных этнических групп.

Повторная оценка уровня толерантности с использованием той же методики была проведена через месяц после завершения тренингов.

Результаты исследования первоначальных данных показали, что на этапе предварительного анкетирования уровень толерантности у участников обеих групп оказался на среднем уровне, что подтвердило необходимость проведения тренингов.

Повторный анализ данных показал, что после тренинга по этнотерапии уровень толерантности в экспериментальной группе увеличился на 25% (среднее значение увеличилось с 65 до 81 по Индексу толерантности). В контрольной группе изменения не наблюдалось, уровень толерантности остался почти неизменным (среднее значение 66 до 67). Данные представлены на рисунке 17.

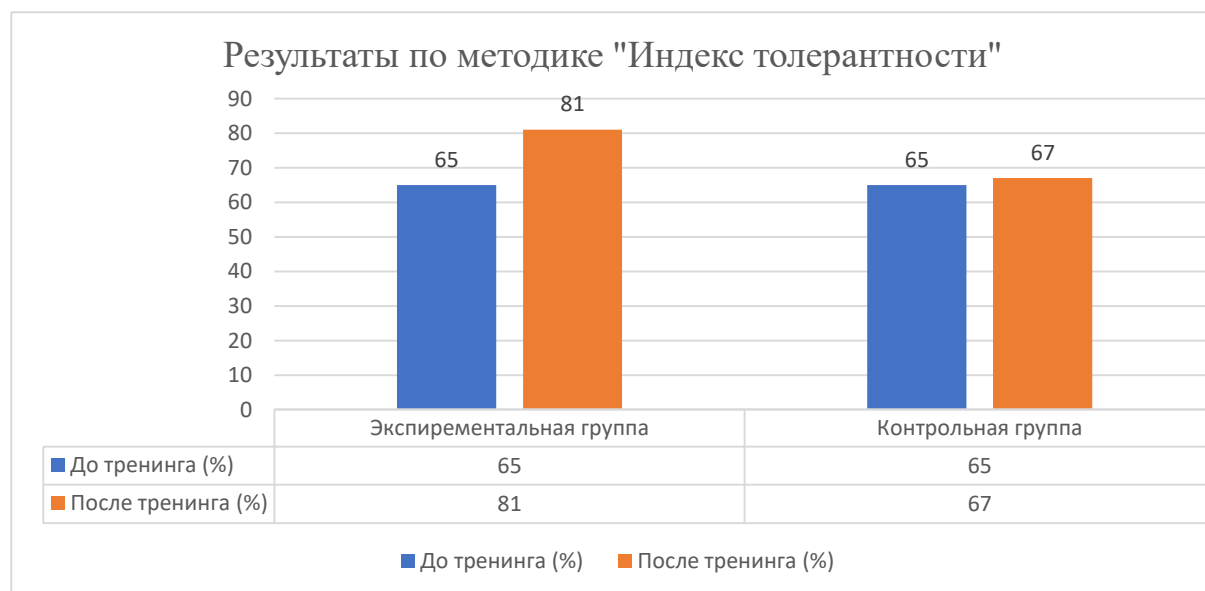


Рисунок 17 – Результаты по методике «Индекс толерантности»

Повышение уровня толерантности в экспериментальной группе

подтверждает эффективность тренингов по этнотерапии как инструмента социальной работы. Участники отметили, что познание различных культур и активное взаимодействие с представителями других этнических групп способствовали развитию чувства эмпатии и взаимопонимания.

Исследование подтвердило, что тренинги по этнотерапии могут значительно повысить уровень толерантности у участников. Полученные результаты могут быть использованы для разработки программ по культурной интеграции и межкультурному взаимодействию. Рекомендуется продолжить изучение эффективности подобных тренингов с увеличением выборки и в различных контекстах.

Выводы по второй главе

Проведенное исследование показало эффективность этнотерапии в предупреждении межличностной конфликтности. После участия в тренинговой программе у респондентов наблюдалось:

- снижение общего уровня конфликтности;
- увеличение частоты использования конструктивных стратегий разрешения конфликтов;
- повышение уровня межкультурной толерантности;
- улучшение навыков межкультурной коммуникации.

Предложенная программа этно-терапии показала свою эффективность в предупреждении этнических межличностных конфликтов. Важно продолжать работу в данном направлении, расширяя методы и подходы, с учетом полученного опыта и изменения общественной динамики. Способствуя повышению уровня толерантности и уважения к культурному многообразию, мы можем приблизить общество к более гармоничному сосуществованию разных этнических групп.

Заключение

Анализ литературных источников показал, что этнокультурная арт-терапия - перспективный педагогический метод, который можно рассматривать как основу для обучения творческому началу личности, поскольку он включает в себя, без исключения, практически все виды арт-терапии, направленные на предупреждение конфликтности и коррекцию действий людей, в сочетании с поддержкой обучения навыкам дифференциации креативности. Изучаемая технология предполагает погружение, возвращение подчиненного в детство, к древней цивилизации, к архетипам.

Энотерапия основана на двух идеях. Введение внутренних социальных слоев жителей, которое заключается в этом, заключается в том, что индивид должен пройти несколько стадий развития. Это также связано с тем, что общество эволюционирует между архаикой и современностью. На каждом этапе для подчиненного создаются новые способы действия, кто-то по-разному подходит к обществу. Кажется, что любой из нас тоже обладает большими способностями и умениями, но на самом деле не применяет их. Грамотное влияние может помочь получить доступ к предыдущим попыткам человека высвободить свою внутреннюю энергию. В результате человек учится регулировать повседневные проблемы и трудности по-разному, не ограничивая себя нормами и инструкциями. Открытие естественной цели, а также внутреннего центра. Эта концепция сочетается с тем фактом, что каждого человека можно рассматривать как составляющую природы, вместе с которой вокруг него вращается все без исключения.

Энотерапия считает, что у каждого из нас есть уникальный опыт предков, который может помочь нам преодолеть кризисы. Этот опыт существует в бессознательном, и с помощью специальных техник мы можем высвободить его и использовать для установления связи с самим собой. Для этого мы можем использовать танец, пантомиму, живопись и создание

моделей. Энотерапевты верят, что, проживая древние культурные образцы, человек может вернуться в свое индивидуальное и коллективное детство и подтвердить свою идентичность.

Цель метода этнотерапии – перенаправить клиента к его личному золотому веку, позволив ему следовать своему естественному личному призванию, а не бессознательно выполнять социальные установки. Таким образом, полученный опыт дает клиенту возможность использовать полученные внутренние ресурсы для гармоничного восстановления своей идентичности.

Основываясь на приведенном выше материале, мы формулируем следующие выводы.

Определены основные теоретические направления развития системы изучения этнокультурной арт-терапии в системе современного образования. Данные аспекты могут быть основаны на изучении понятий «арт-терапия» и «этнокультурная арт-терапия», включающая особенности определения коррекции и воспитания системы развития творческого развития личности человека, посредством освоения фольклора, как целостной системы «народной мудрости», включающей духовную культуру народов мира. определенный народ.

Основной целью проведения этнокультурных особенностей развития арт-терапии является процесс овладения показателями начальных знаний, умений и навыков арт-терапии на основе конкретных элементов фольклора, а также применения художественного языка на основе включения физической и психической системы развития личности.

Вторым аспектом развития данной системы является определение конкретных показателей педагогической деятельности, что направлено на выстраивание наиболее важного типа взаимоотношений в рамках взаимодействия ребенка и педагога. Данные особенности поведенческого реагирования могут оказать положительное влияние на процессы современного образования в рамках творческого развития личности ребенка.

Технология использования – это игровая деятельность, где элементы фольклора представляют собой большое разнообразие важных художественных материалов в рамках использования в учреждениях образования на основе поддержания показателей развития интереса к творческой деятельности и формирования определенных аспектов развития пространственного воображения.

Особенности применения конкретных этнокультурных технологий оказывает непосредственное влияние на оценку индивидуальных потребностей, личностных особенностей обучающихся и познавательной самостоятельности учащихся на основе этнической идентичности и толерантных характеристик.

Полученные в ходе исследования данные указывают на сформированность высокого уровня развития этнотерапии как одного из наиболее важных методов развития психологического предупреждения нарушений.

Подытожим вышеизложенное.

Основной целью работы было изучение личностных особенностей представителей различных национальностей и возрастов, а также доказательство эффективности этнопсихологических методов в работе современных психологов.

Исследование подчеркивает важность понимания культурных и исторических контекстов в психотерапевтической практике, особенно в условиях сообщества с высокой этнокультурной мозаикой. Этнокультурная арт-терапия рассматривается как перспективный метод, позволяющий интегрировать художественные практики в профилактическую и коррекционную деятельность и учитывать индивидуальные отличия личностей.

Обсуждение арт-терапии как процесса, имеющего корни в сакральных практиках, указывает на её развитие и адаптацию в современном контексте. Арт-терапия стала использоваться не только в медицинской психологии, но и

в образовательных системах, что открывает новые горизонты её применения для различных групп населения.

Результаты исследования показывают, что большинство респондентов склонны гордиться своей национальностью и заинтересованы в изучении культуры своего народа, но при этом существует пробел в знаниях о традициях и культурных практиках. Обращение к этнонаследию способно способствовать повышению культурной идентичности, что, в свою очередь, влияет на уровень толерантности к другим народам и академическому сообществу.

Процесс диагностики включал анкетирование и изучение толерантности респондентов, а также использование психодрамы и ремесленных практик. Это позволило не только выявить уровень знаний участников о своей культуре и культуре других народов, но и продемонстрировало, как активное вовлечение в культурные практики может способствовать более глубокому осознанию индивидуальной идентичности и улучшению межличностных коммуникаций.

Исследование подчеркивает необходимость дальнейшего изучения и применения этнокультурной арт-терапии в практике психологов. Учитывая современное общество, необходимо адаптировать методы к новым культурным реалиям и обеспечить доступ к психологической помощи для всех этнических групп.

Список используемой литературы

1. Абдуева П. К. Арт-терапия // Мировая наука. 2018. №12. С.15–28.
2. Абульханова-Славская К. А. Проблема личности в психологии // Психологическая наука в России XX столетия: проблемы теории и истории / подред. А. В. Брушлинского. М., 2020. 287с.
3. Агеев В. С. Психология межгрупповых отношений. М., 1983.125с.
4. Андреева Г. М. Психология социального познания. М., 2021. 789с.
5. Андреева Т. В. Семейная психология: учеб. пособие. СПб.: Речь, 2024. 258с.
6. Арутюнов С. А. Специфика ментальности народов Кавказа // Межкультурный диалог: лекции по проблемам межэтнического и межконфессионального взаимодействия. М., 2023. С.136–156.
7. Аршинская Е. Л. Профилактика этнических конфликтов среди подростков через развитие межкультурной компетентности // СибСкрипт. 2015. №13. С.14–28.
8. Асадуллина А. М. Арт-терапия как метод преодоления эмоционального стресса // Казанский вестник молодых ученых. 2022. №14. С.15–28.
9. Асмолов А. Г. Психология личности. М., 1990. 269с.
10. Асмолов А. Г., Солдатова Г. У., Шайгерова Л. А. О смыслах понятия «толерантность» // Век толерантности: Научно-публицистический вестник. М.: МГУ, 2021. С.8–18.
11. Бадмаев С. А. Психологическая коррекция отклоняющегося поведения школьников. М., 2023. 96с.
12. Бакли Р., Кэйпл Д. Теория и практика тренинга. СПб., 2002. 187с.
13. Белинская Е. П., Тихомандрицкая О. А. Социальная психология личности. М., 2021. 278с.
14. Бондарева Н. А. Технология этнокультурного воспитания // Школа. 2021. №5. С.38–41.

15. Бромлей Ю. В. Очерки теории этноса. М., 1983. 256с.
16. Бурнард Ф. Тренинг межличностного взаимодействия. СПб., 2021. 238с.
17. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. М., 2021. 257с.
18. Выготский Л. С. Развитие высших психических функций. М., 1960. 239с.
19. Гербер М. Н., Семенова С. В. Арт-терапия в социокультурной адаптации подростков из семей мигрантов // Вестник Санкт-Петербургского государственного института культуры. 2017. №12. С.15–27.
20. Голошумова Г. С. Этно-художественное воспитание учащихся в условиях сельского социума. Уфа: Российский государственный профессионально-педагогический университет, 2019. 258с.
21. Григорян Д. К. Межэтнические конфликты: типы, содержание и пути преодоления // Философия права. 2018. №12. С.15–28.
22. Денисова Г. С. Конфликтогенные риски этнокультурных оснований идентичности студенческой молодежи: случай фронтального северокавказского региона // Регионоведение. 2024. №12. С.17–28.
23. Джурел Л. Индустриально-организационная психология. СПб., 2001. 147с.
24. Дмитриева С. Ю. Педагогическая модель реализации этнокультурного содержания в начальном общем образовании для социализации младших школьников. Саранск : ГБОУ ДПО (ПК), 2022. 258с.
25. Донцов А. И., Стефаненко Т. Г., Уталиева Ж. Т. Язык как фактор этнической идентичности // Вопросы психологии. 1997. №4. С.75–86.
26. Жибраева К. Этнокультурный подход к воспитанию. 2020. №3 (76). 236с.
27. Жуков М. Идеология и практика тренинга. Событийная основа опыта // Методы практической социальной психологии : диагностика, консультирование, тренинг / под ред. Ю. М. Жукова. М., 2004. С.97–125.

28. Кара Ж. Ю. Особенности арт-терапии // Северо-Кавказский психологический вестник. 2010. №12. С.15–28.
29. Киселева М. В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. М., 2007. 336с.
30. Козлов В. И. Этнос // Этнические и этносоциальные категории. – Вып.6. М.: ИЭА РАН, 1995. 123с.
31. Копытин А. И., Свистовская Е. Е. Арт-терапия детей и подростков. М., 2024. 197с.
32. Кочунас Р. Психотерапевтические группы: Теория и практика. М., 2022. 158с.
33. Лебедева Н. М., Стефаненко Т. Г., Лунева О. В. Этнические стереотипы и предубеждения у детей и методы их преодоления // Межкультурный диалог в школе. Книга 1: Теория и методология. М., 2004. С.57–81.
34. Лебедева Н. М. Введение в этническую и кросскультурную психологию. М.: Старый сад, 1998. 258с.
35. Лунева О. В. Методические основы психологического тренинга в школе // Межкультурный диалог в школе. Книга 1: Теория и методология / Н. М. Лебедева, Т. Г. Стефаненко, О.В. Лунева. М., 2024. С.119–148.
36. Льюис Р. Д. Деловые культуры в международном бизнесе. М., 2001. 237с.
37. Никитин В. Н. Арт-терапия. М., 2022. 328с.
38. Салахов Т. З., Тимошинова Н. С. Использование арт-терапии в целях профилактики межэтнических конфликтов в группе детей // Киберленинка. 2018. №12. С.11–58.
39. Barlow J. H., Grime P. Ethnotherapy: Cultural competence in clinical practice. //Journal of Consulting and Clinical Psychology. 2022. №70(5), P.115-124.
40. Gone J. P. A Community-based approach to mental health research with indigenous peoples: the ethnotherapeutic context. //American Journal of

Community Psychology. 2023. №51(1-2), P.182-194.

41. MacNulty, J., O'Kelly M. Ethnotherapy and cultural healing: bridging traditional and western psychological practices. //International Journal of Psychology. 2020. №50(4), P.280-284.

42. Sue S., Cheng J. K. Y., Saad C. S., Cheng J. Asian American mental Health: a psychosocial perspective. //American Psychologist. 2018. №67(7), P.532-544.

43. Whitfield K. E., Williams K. Ethnocultural influences on mental health: an ethnotherapy perspective. //Cultural diversity and ethnic minority psychology. 2019. №22(4), P.568-576.