

2. Балакірева О. Громадська думка про статево-рольові стереотипи в гендерному світогляді // Гендерний аналіз українського суспільства. / О. Балакірева – К.: ПРОООН, 1999. – С.103 – 112.
3. Батлер Д. Гендерное беспокойство (гл. 1.Субъекты пола / гендера / желания) // Антология гендерных исследований. Сб. пер. / Сост. и комментарии Е.А. Гаповой и А.Р. Усмановой. – Минск : ПроPILEI, 2000. – 384 с.
4. Безносько Н.М. Особливості гендерних відмінностей у поведінці студентів / Н.М. Безносько // Вісник психології і соціальної педагогіки. Зб. наук. праць. – Вип.3. – К., 2010. [Електронний ресурс]: – Режим доступу: www.psyh.kiev.ua
5. Громкова М.Т. Психология и педагогика профессиональной деятельности / М. Т. Громкова – М.: 2003. – 415 с.
6. Клецина И.С. Гендерная социализация: Учебное пособие / И.С. Клецина – СПб., 1998.

Анна Колотило

ЗАСТОСУВАННЯ ФОТОГРАФІЇ У ПСИХОТЕРАПІЇ

На сучасному етапі розвитку практичної психології в Україні актуальним є пошук прийомів і методів надання ефективної психологічної допомоги відповідно до проблем суспільства. Фототерапія поєднує в собі фотографію і психотерапію. Метод фототерапії передбачає лікувально-корекційне застосування фотографії, її використання для розв'язання психологічних проблем, а також розвитку та гармонізації особистості. Фототерапія може припускати як роботу з готовими фотографіями, так і створення оригінальних авторських знімків. Фототерапія використовує фотографії в якості «реактиву» в процесі прояснення почуттів, думок та спогадів у присутності психолога. Основним змістом фототерапії є створення та/або сприйняття клієнтом фотографічних образів, що доповнюється їх обговоренням та різними видами творчої діяльності.

Існують різні підходи до процесу фототерапії: акцент на роботі зі знімками в руслі психоаналітичної традиції; арт-терапевтичний формат; стимулювання клієнтів до зміцнення за допомогою фотографії відносин з оточуючими його людьми і предметами.

Суттю процесу фототерапії є вираження за допомогою фотографічних образів внутрішніх конфліктів, потреб і переживань клієнтів. У фотографії може відбуватися зіткнення і поєднання реальності і фантазії, завдяки чому знімок стає своєрідним "транзитним об'єктом", інструментом наочно-дієвого освоєння художнього світу і власної внутрішньої реальності.

Фотографування часто пов'язано із самопрезентацією – уявленням себе реальним чи в уявному місці в певному образі. Фотографію можна використовувати як інструмент дослідження тілесного образу "Я",

пластичного вираження почуттів і потреб, а також отримання нового тілесного досвіду і його інтерпретації. В терапевтичному контексті це дає можливість застосувати фотографію в поєднанні з техніками тілесно-орієнтованої та танцювально-рухової терапії, використовуючи їх теоретичний базис для обґрунтування механізмів цілющого впливу фотографії.

Фотографія як один з інструментів арт-терапії може застосовуватися в роботі не тільки з окремими клієнтами, але із групами та сім'ями.

Оживлення спогадів у психотерапії істотно допомагає клієнту зміцнити свою ідентичність, усвідомити свою унікальність і сенс життя. Все це – складові здорового відчуття "Я". Фототерапевтична практика ґрунтується передусім на розумінні метафоричної, символічної мови психічного, тому будь-який знімок може бути корисний в якості стимулу і каталізатора діалогічної взаємодії психолога і клієнта. Використання фотографії дозволяє "об'єктивізувати" переживання і дає клієнтові можливість побачити себе з боку, прийняти і усвідомити свої почуття. У кінцевому рахунку, досягається інтеграція відчужених або заперечуваних клієнтом аспектів свого "Я" в його особистість і більш глибоке розуміння ним його «Я-реального». Маючи можливість бачити безліч знімків, створених в ході фототерапії і усвідомлюючи мінливість їх смислів, клієнт може досягнути комплексний характер свого "Я". Це звільняє його від необхідності пошуку свого ідеального "Я" завдяки розумінню, що воно не що інше, як процес.

Одним з напрямків фототерапії є терапія творчим фотографуванням. Суть даного методу полягає в тому, що людина, вивчаючи особливості свого характеру і свої душевні хронічні розлади, відтворює на фотографії картини зовнішнього світу, близькі до своїх переживань. Потім, проглядаючи ці знімки ніби з боку, вона пізнає свій внутрішній світ, осягаючи особливості своєї душевної природи, усвідомлення своєї неповторності, здобутої завдяки творчому фотографуванню. Це духовно підносить людину, допомагає їй глибше пізнавати сильні і слабкі сторони своєї особистості, сенс, мету, значення свого життя, своє місце серед інших людей.

Фототерапія є інструментом розвитку творчого погляду людини на себе, за допомогою закону відображення вона відкриває безліч перспектив осягнення того, ким людина є насправді. Розігруючи різні ролі, що відображають культурні та історичні формації як складові особистості, запам'ятовуючи себе в цих ролях і обговорюючи їх, людина виробляє в собі здатність до активного самосприйняття, створення нових систем значень і історій про саму себе. Акт створення робить наочними певні моменти історії індивіда – її деталі, що дозволяють осягнути безліч значень психічної реальності.

Джерела та література

1. Бурно М. Е. Терапия творческим самовыражением / М. Е. Бурно. – М. : Медицина, 1989. – 364 с.
2. Волкер Дж. Использование многозначных художественных образов в психотерапии / Дж. Волкер // Исцеляющее искусство. Международный журнал арт-терапии. – 2010. – Том 13. – №1 – С. 37-51.
3. Вайзер Дж. Сущность и техники фототерапии / Дж. Вайзер // Исцеляющее искусство. Международный журнал арт-терапии. – 2010. – Т. 13. – №1. – С. 18-36.
4. Копытин А. И. Техники фототерапии / А. И. Копытин. – СПб. : Речь, 2010. – 128 с.
5. Fryrear J. and Corbit I. Photo Art Therapy: A Jungian Perspective. – Springfield, 1992: Charles C. Thomas.

