



## «Նոր ժամանակի կրթություն» ՀԿ

ՀԵՐԹԱԿԱՆ ԱՏԵՍՏԱՎՈՐՄԱՆ ԵՆԹԱԿԱ  
ՈՒՍՈՒՑԻՉՆԵՐԻ ՎԵՐԱՊԱՏՐԱՍՏՄԱՆ  
ԴԱՍԸՆԹԱՑ

ԱՎԱՐՏԱԿԱՆ ՀԵՏԱԶՈՏԱԿԱՆ  
ԱՇԽԱՏԱՆՔ

Հետազոտության թեման՝ Հոգեկան գործընթացների  
բնութագիրը

Առարկան՝ Կերպարվեստ

Հետազոտող ուսուցիչ՝ Գյուլբուդաղյան Նաիրա

Ուսումնական հաստատություն՝ հ. 174 հիմնական դպրոց

# Բովանդակություն

Ներածություն .....	3
Մաս 1	
Հոգեկանի կառուցվածքը և գործառույթները	
1.1 Հոգեկան գործընթացները.....	5
1.2 Հոգեկանի կառուցվածքը.....	7
1.3 Հոգեկան գործընթացի ճանաչողական ձևերը.....	9
Մաս 2	
Կերպարվեստը և արտթերապիան որպես հոգեկան գերծընթացների արտահայտման միջոց .....	11
Եզրակացություն.....	18
Գրականության ցանկ.....	19

## Ներածություն

### *Թեմայի արդիականությունը.*

Ինչպես գիտենք մարդու հոգեկանը ձևավորվում և զարգանում է արտաքին աշխարհի հետ շփման ընթացքում, առօրյա գործունեության ժամանակ: Հոգեկանը զարգանում է հասարակությաքն մեջ արժեքների յուրացման գործընթացում և այն հանդիսանում է ուղեղի հատկություն, որի օգնությամբ մարդն արտացոլում է շրջապատող աշխարհը, առարկաներն ու երևույթները, գլխուղեղում ստեղծում դրանց պատկերները, որոնց միջոցով էլ կարգավորում է իր վարքն ու գործունեությունը: Հոգեկանը մարդու ներաշխարհն է, որը ձևավորվում ու զարգանում է մարդու և արտաքին աշխարհի փոխազդեցության գործընթացում, այդ աշխարհը ճանաչելու, առարկաների և երևույթների կապերը բացահայտելու և վերափոխելու ժամանակ: Հոգեկան գործընթացները հանդես են գալիս որպես մարդու վարքի առաջնային կարգավորիչներ: Սրանք ունեն որոշակի սկիզբ, ընթացք և ավարտ: Հոգեկան գործընթացների հիման վրա ձևավորվում են հոգեկան որոշակի վիճակներ, տեղի է ունենում գիտելիքների, կարողությունների և հմտությունների ձևավորում: Հոգեկան ներաշխարհը արտացոլելու և դիմացինին առավել խորն ու ընդգծված ճանաչելու ձևերից մեկը դա կերպարվեստն է: Մարդու կողմից նկարված դետալները, պատկերները, իր կոմից ընտրված գույներն են հենց արտացոլում իր ներաշխարհը և ընգծում հոգեկան գործընթացների ակտիվ գործունեությունը: Ստորև կխոսենք նաև արտթերապիայի մասին, որը կարծես հոգեկանի և նկարչություն միաձուլումն է մեկ առարկայի շրջանակներում:

Թեման արդիական է քանի որ մարդու հոգեկան գործընթացները կատարում են մարդու կյանքի գործունեության կարևորագույն դերերից մեկը, իսկ դրա արտացոլումը ապահովում է կերպարվեստը: Հիմնվելով այս փաստի վրա սահմանեցինք մեր աշխատանքի նպատակը:

## ***Նպատակը***

Աշխատանքի նպատակն է նկարագրել հոգեկան գործընթացները, ընդգծել դրանց կարևորագույն դերն ու նշանակությունը մարդու կյանքում, ինչպես նաև առանձնացնել դրանց արտացոլման պատկերը կերպարվեստի ոլորտում և արտթերապիայի շրջանակներում:

# Մաս 1

## *Հոգեկանի կառուցվածքը և գործառույթները.*

### 1.1 Հոգեկան գործընթացները

Հոգեկանը (հին հունարեն՝ *ψυχή* - շունչ, հոգի) բնութագրվում է որպես փոխկապակցված հոգեկան երևույթների համակարգ, որոնք ունեն որոշակի կառուցվածք, ձև և բովանդակություն, որոնք ակտիվորեն արտացոլում են օբյեկտիվ իրականությունը, ստեղծում դրա պատկերը և վերահսկում ու կարգավորում անհատի վարքն ու գործունեությունը [2]: Հոգեկանը օբյեկտիվ իրականության սուբյեկտիվ արտացոլումն է: Հոգեկանը ի հայտ է գալիս էվոլյուցիոն զարգացման որոշակի մակարդակում: Մարդուն բնորոշ է հոգեկանի բարձրագույն ձևը՝ գիտակցությունը: Համաձայն մատերիալիստական տեսակետի՝ հոգեկանը բարձրագույն կենդանի նյութի ինքնազարգացման և ինքնաճանաչման հատկությունն է: Ըստ իդեալիստական աշխարհայացքի՝ աշխարհում գոյություն ունեն երկու սկիզբ՝ նյութական և իդեալական: Դրանք անկախ են միմյանցից, հավերժ և զարգանում են ըստ իրենց կանոնների: Զարգացման բոլոր փուլերում իդեալականը նույնացվում է հոգեկանի հետ: Հոգեկանի կառուցվածքի մեջ են մտնում հոգեկան երևույթները՝ իմացական (հոգեկան) գործընթացները, հոգեկան վիճակները և հոգեկան առանձնահատկությունները: Հոգեկանը կատարում է երեք հիմնական գործառույթ (ֆունկցիա)՝ ճանաչողական, վերահսկող և դրդող: Այս գործառույթները գոյության ամենատարբեր պայմաններում ապահովում են կենդանի օրգանիզմի բնականոն կենսագործունեությունը և վարքը: [4]

Հասարակության պատմական զարգացման ընթացքում մարդը փոփոխել է իր վարքի միջոցներն ու ձևերը, ի ծնե նախադրյալներն ու ֆունկցիաները փոխել է «բարձրագույն հոգեկան գործընթացների»: Բարձրագույն հոգեկան գործընթացների ամբողջությունը պայմանավորում է մարդու գիտակցությունը: Ամփոփելով հոգեկանի զարգացման փուլայնությունը՝ այլ մասնագետների կողմից դասակարգվել են հետևյալ հոգեկան ֆունկցիաները.

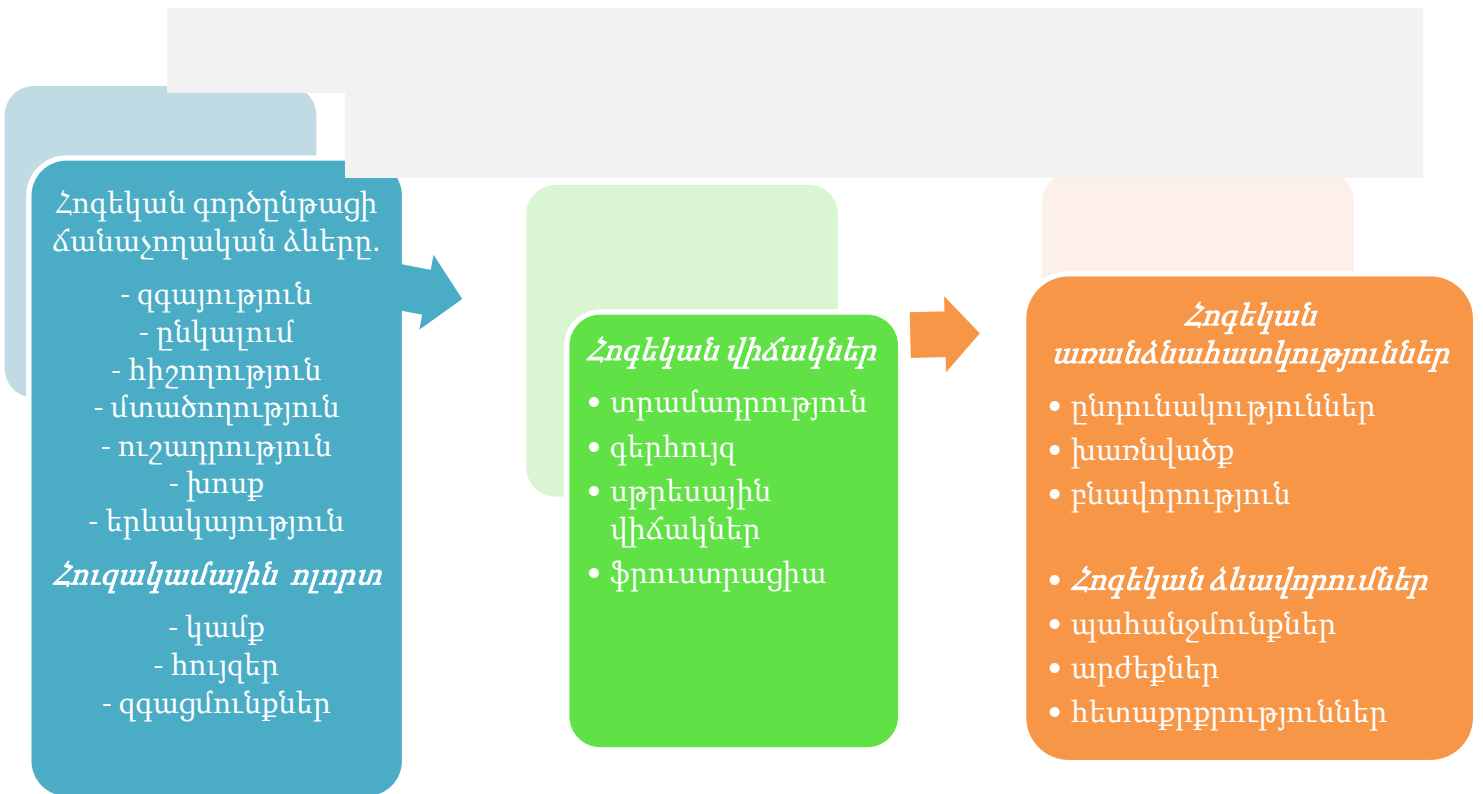
ա) Ռեակտիվություն, տարրական ունակություն է ընտրողաբար հակազդելու արտաքին միջավայրի ազդեցությունների վրա: Թե ինչպիսին կլինի այս կամ այն ազդակին ունեցած հակազդեցությունը, առավելապես առնչվում է հոգեկանին՝ հիմնվելով նրա կամ գիտակցված կամ չգիտակցված բնույթի վրա:

բ) Զգայունակություն, զգայունակության առաջացմամբ կենդանի օրգանիզմները հնարավորություն են ստանում հակազդելու ոչ միայն միջավայրի կենսաբանորեն կարևոր գործոնների, այլև կենսաբանորեն չեզոք գործոնների վրա: Այսինքն հոգեկանի միջոցով բոլոր գործոններն ազդում են մարդու վրա՝ փոխելով նրա զգայունակությունը:

գ) Ազդանշանային ֆունկցիա. հոգեկանը կատարում է նաև ազդանշանային ֆունկցիա: Նշանակում է, որ հոգեկանի շնորհիվ ստացվում է իրավիճակի սուբյեկտիվ գնահատականը, որն էլ իր հերթին կարող է պատճառ հանդիսանալ ազդանշանի ասենք վտանգավորությունը, ապահովությունը և այլն: Ընդ որում հոգեկանի կողմից ազդանշաններ վերծանվում են ելնելով ինչպես ներքին, այնպես էլ արտաքին ազդակներից:

դ) Կողմնորոշիչ (հոգեկանն անհրաժեշտ է քայլի նախապատրաստվելու համար), այն կատարում է կատարողական վերահսկողական ֆունկցիա: Հոգեկանի միջոցով մենք կողմնորոշվում ենք իրավիճակում, ցանկացած գործողություն կատարելու ընթացքում շարունակում ենք նրա վերահսկումը:

ե) Կանխատեսումային անհրաժեշտ է սեփական վարքը կառավարելու համար Կատարողական և վերահսկողական ֆունկցիաների հետ միասին հոգեկանի մյուս կարևոր ֆունկցիան կանխատեսումայինն է, որի շնորհիվ մենք ի վիճակի ենք կատարելագործել գործունեությունը, գնահատել ապագայի զարգացման տենդենցները: Թերևս գոյություն չունի հոգեկանի վերջնական և ամբողջական սահմանում, սակայն ժամանակակից տարբեր տեսություններ առաջարկում են այնպիսի նկարագրեր, ինչպիսիք են հոգեկանը՝ որպես ինքնապաշտպանական համակարգ կամ գործունեության կողմնորոշիչ հիմք: Ամեն դեպքում հոգեկանը մարդու ուղեղի հատկանիշն է կամ ավելի կոնկրետ ԿՆՀ-ի վերացական հատկանիշը: [1]



## 1.2 Հոգեկանի կառուցվածքը

Հոգեկան երևույթների կառուցվածքի վերաբերյալ պատկերացումները տարբեր են: Ըստ հոգեբանների՝ նույն հոգեկան երևույթները կարող են հայտնվել կառուցվածքային տարբեր համակարգերում: Պայմանականորեն հոգեկանը բաժանվում է 3 կամ 4 մեծ խմբերի:

1. **Հոգեկան գործընթացները** հանդես են գալիս որպես մարդու վարքի առաջնային կարգավորիչներ: Սրանք ունեն որոշակի սկիզբ, ընթացք և ավարտ: Հոգեկան գործընթացների հիման վրա ձևավորվում են հոգեկան որոշակի վիճակներ, կատարվում է գիտելիքների, կարողությունների և հմտությունների ձևավորում: Հոգեկան գործընթացները տարաբաժանվում են 3 խմբի՝ ճանաչողական /կամ իմացական/, հուզական և կամային, իսկ որոշ մասնագետներ վերջին երկուսը միացնում են որպես հուզականային:

Ճանաչողական կամ իմացական ոլորտը ներառում է զգայությունը, ըմբռնումը, մտապաստկերը, հիշողությունը, ուշադրությունը, երևակայությունը, մտածողությունը, խոսքը: Սրանց շնորհիվ մարդ տեղեկություն ստանում իր և շրջապատող աշխարհի մասին: Սակայն զուտ տեղեկատվությունը մարդու համար անէական է, եթե այն չի ուղեկցվում հուզականային երանգավորումամբ: Հուզականային ոլորտը ներառում է հույզերը, զգացմունքները, կամքը:

2. **Հոգեկան վիճակները** բնորոշում են յուրաքանչյուրի հոգեկան ընդհանուր վիճակը: Սրանք ևս ունեն որոշակի դինամիկա՝ տևողություն, ուղղվածություն, կայունություն և ինտենսիվություն: Բացառություն են կազմում այն հոգեկան վիճակները, որոնք պայմանավորված են անձի գերակշռող բնորոշիչներով և առանձնահատկություններով:

3. **Հոգեկան առանձնահատկությունները** բնորոշվում են առավել կայունությամբ: Ընդունված է այս դեպքում դիտարկել անձի առավել էական հատկությունները, որոնք ապահովում են մարդու վարքի և գործունեության քանակական և որակական որոշակի մակարդակներ: Այս առանձնահատկությունների զարգացվածության մակարդակները կանխորոշում են մարդու անկրկնելիությունը, նրա անհատականությունը: Սրանցում ներառված են, ընդունակությունները, խառնվածքը, բնավորությունը:

4. **Հոգեկան ձևավորումներ** (ուղղվածություն). կան տեսաբաններ, ովքեր հոգեկան ուղղվածությունը չեն ընդունում որպես առանձին խումբ, այլ միացնում են հոգեկան առանձնահատկություններին: Ուղղվածությանը վերաբերում են պահանջմունքները, արժեքները, հետաքրքրությունները, հոբբին, իմաստը, դրդապատճառները և այլն: [5]



### 1.3 Հոգեկան գործընթացի ճանաչողական ձևերը.

Ինչպես նշել էինք վերևում հոգեկան գործընթացի ճանաչողական ձևերն են.

- ❖ Զգայություն
- ❖ Ընկալում
- ❖ Հիշողություն
- ❖ Մտածողություն
- ❖ Ուշադրություն
- ❖ Խոսք
- ❖ Երևակայություն

Կարճ խոսենք դրանցից յուրաքանչյուրի մասին.

**Զգայություն** - Մարդու ճանաչողական գործընթացներից պարզագույնը զգայությունն է: Զգայության գործընթացն առաջանում է զգայության օրգանների վրա տարաբնույթ գործոնների ազդեցության հետևանքով, որոնք կոչվում են գրգռիչներ, իսկ ազդեցության բուն գործընթացը կոչվում է գրգռում: Երբ գրգռոն առաջանում է, աֆերենտ նյարդերով այն տեղափոխվում է գլխուղեղի կեղև, որտեղ և առաջանում են զգայությունները: Այսպիսով, զգայությունը օբյեկտիվ իրականության զգայական արտացոլումն է:

**Ընկալում** - Շրջապատող աշխարհում գոյություն ունեցող առարկաները, երևույթները, հատկանիշներն ինքնուրույն, առանձին և անկախ չեն: Այդ երևույթների արտացոլումն ընթանում է ճանաչողության առավել բարձր մակարդակում, որը կոչվում է ընկալում: Ընկալումն օբյեկտիվ աշխարհի առարկաների, երևույթների ամբողջական արտացոլումն է, որն առաջանում է զգայության օրգանների ռեցեպտորային հարթությունների վրա գրգռիչների անմիջական ազդեցության ժամանակ:

**Հիշողություն** - Հիշողությունը զգայական արտացոլման արդյունք է, այն ճիշտքը, որը մնում է հոգեկանում, երբ համապատասխան օբյեկտը բացակայում է կամ էլ ընկալման համար մատչելի չէ:

**Մտածողություն** - Մտածողությունը բարձրագույն ճանաչողական, իրականության միջնորդավորված ու ընդհանրացված, սոցիալապես պայմանավորված, էապես նորի որոնումների և բացահայտումների հոգեկան գործընթաց է: Մտածողության էությունը ստեղծագործական արտացոլման և մարդու կողմից իրականության փոխակերպման հիման վրա նոր գիտելիքի առաջացումն է: Այն օբյեկտիվ իրականության առարկաների և երևույթների, կապերի ու հարաբերությունների արտացոլման հոգեկան ճանաչողական գործընթաց է: Մտածողությունը նոր գիտելիքների, ստեղծագործական վերակերպավորումների աղբյուր է:

**Ուշադրություն** - Ուշադրությունը գիտակցության կենտրոնացումն ու ուղղվածությունն է դեպի որևէ առարկա կամ երևույթ, որն այս կամ այն նշանակությունն ունի մարդու համար:

**Խոսք** – Մարդու մտածողությունը սերտորեն կապված է խոսքի հետ, բայց դրանք նույանկան չեն: Խոսքը հաղորդակցման գործընթացում լեզվի գործածումն է՝ մտքերը, կամքը, զգացմունքերը փոխանցելու նպատակով: Ի տարբերություն կենդանիների հնչյունային ազդանշանային համակարգի՝ խոսքի բովանդակությունը ներքին վիճակի արտահայտումը չէ, այլ վերջինիս իմաստավորումը:

**Երևակայություն** - Երևակայությունը մարդու հոգեկանի յուրահատուկ կողմն է: Այն առանձնանում է հոգեկան այլ գործընթացներից, բայց միաժամանակ միջակա դիրք է զբաղում ընկալման, մտածողության և հիշողության միջև: Երևակայությունը բնորոշ է միայն մարդուն: Դրա շնորհիվ է մարդը ստեղծագործում, պլանավորում և վարում իր գործունեությունը: [6]

## Մաս 2

*Կերպարվեստը և արտթերապիան որպես հոգեկան գերծրնթացների արտահայտման միջոց.*

Մինչ մանրամասն կներկայացնենք կապը հոգեկան գործընթացների և կերպարվեստի միջև, կարճ խոսենք կերպարվեստի մասին:

Կերպարվեստը միավորում է գեղանկարչությունը, քանդակագործությունը, գրաֆիկան, դեկորատիվ-կիրառական արվեստը: Ի տարբերություն տարածական արվեստների ոչ պատկերային տարատեսակների, կերպարվեստը արտացոլում է իրականությունը և տարածության մեջ ստեղծում է դիտարկելի ակներև կերպարներ:

Կերպարվեստի ստեղծագործություններում պատկերված գործողությունը խտացած, կենտրոնացած է մեկ պահի մեջ, արտաքուստ ստատիկ է և չի զարգանում ժամանակի ու տարածության մեջ ինչպես թատերական արվեստում, պարարվեստում կամ երաժշտության մեջ, սակայն դա չի խանգարում գաղափարներ մտքեր ու ապրումներ արտահայտելուն՝ չկորցնելով մեծ արվեստի իր ուժը:

Ասում են՝ արվեստը բուժում է: Եվ իզուր չեն ասում. հոգեբանները վաղուց են բացահայտել արվեստի բուժիչ հատկությունը: Նրանք անգամ ստեղծել են հոգեբանության առանձին ուղղություն՝ թերապիա արվեստի միջոցով կամ արտթերապիա: Այն ունի բազմաթիվ ճյուղեր՝ նկարչաթերապիա, երաժշտաթերապիա, կավային և ավազային թերապիա և այլն: Այս անգամ կխոսենք նկարչաթերապիայի մասին:

Ընդհանուր առմամբ արտթերապիան ավելի շատ նախընտրում են կանայք, քանի որ արվեստը մարդու հուզական ոլորտի հետ է աշխատում: Կանայք էլ, ինչպես գիտեք, ավելի հուզական են և ինտուիտիվ: Թերապիայի այս տեսակը շատ համապարփակ է: Այն այնքան բազմազան է, որ հասանելի է յուրաքանչյուրին՝ անկախ նրանից՝ ի՞նչ կարգավիճակում է մարդը, որտե՞ղ է գտնվում, հաշմանդամություն ունի՞, թե՞ ոչ: Թե՛

մտավոր, թե՛ ֆիզիկական խնդիրներ ունեցող մարդիկ կարող են գտնել բազմաթիվ արտթերապևստիկ մեթոդներ, որոնք այս կամ այն կերպ կօգնեն իրենց:

Այս անգամ կներկայացնենք նկարչաթերապիայի մի տեխնիկա, որից կարող են օգտվել բոլորը, սակայն այն առավել օգտակար է տեսողության խնդիրներ ունեցողների համար: Ինչպես գիտեք, տեսողության խնդիրներ ունեցող կամ կույր մարդկանց «տեսողության օրգանը» մատներն են, ուստի այս տեխնիկայի դեպքում նկարում են մատներով: Սովորաբար մատներով նկարչության դեպքում օգտագործում են գուաշային ներկեր: Այն շատ հասանելի է և կարելի է գնել սովորական գրենական պիտույքների կամ ներկերի խանութից: Գուաշը ջրային հիմքի վրա է պատրաստված, ուստի շատ հեշտ է մաշկից լվացվում: Այս ներկին շատ հաճելի է հպվել, և անգամ չորանալուց հետո այն հեշտ է շոշափել: Կարող եք նկարել հասարակ թղթի վրա: Եթե տեսողությունը լիովին բացակայում է, նկարչությունն ուղղված կլինի ֆորմաներին և ուրվագծերին, իսկ եթե տեսողությունն ինչ-որ չափով առկա է, կարող եք գույներով տարբեր փորձեր անել:

Թեման կարող է խիստ բազմազան լինել, կարող եք միացնել ինչ-որ երաժշտություն և նկարել ձեր ապրումները, ձեր տրամադրությունը, հիշողությունները, երազները: Կարող եք նկարել ձեր վախերը, գրել նկարի մասին, խոսել հերոսների հետ և, ընդհանրապես, ինչ ուզեք, կարող եք անել ձեր նկարների հետ: Նկարչաթերապիան հրաշալի մեթոդ է արտահայտելու այն, ինչ դժվար է խոսքով ասել, երբ անգամ չեք էլ կարող ձևակերպել, թե ինչ եք զգում, կարող եք ուղղակի զգացողությունը նկարել: Հիշեք մի շատ կարևոր կանոն՝ արտթերապիայում լավ կամ վատ նկարներ չկան: Նկարներն արտահայտում են մեր ներաշխարհը, անկախ նկարողի հմտություններից: Արտթերապիան, մասնավորապես, նկարչաթերապիան օգնում է հասկանալու ինքներս մեզ, ճանաչելու մեր հույզերը: Ուստի, սիրելի՛ կանայք, խորհուրդ ենք տալիս անպայման փորձել այս մեթոդը և համարձակորեն փորձարկումներ կատարել դրանով: Մաղթում ենք ձեզ հաճելի նկարչություն: [3]

Արտթերապիան համարվում է հոգեթերապևստիկ մեթոդ, որը նպաստում է մտքերի, զգացմունքների արտահայտմանը՝ ոչ վերբալ հաղորդակցման միջոցով: Ինչպես հոգեթերապիայի մյուս միջոցները, այն ևս օգտագործվում է մարդու անձնային աճի խթանման համար, հատկապես գործածվում է՝ երեխաների, ընտանիքների, խմբերի

և դեռահասների հետ աշխատանքների ժամանակ: Արտթերապիան միտված է այն համոզմանը, որ բոլոր անհատներն ունեն իրենց յուրովի ներկայացնելու ստեղծագործական կարողություն: Արտթերապիան և ստեղծագործական գործընթացը կիրառվում են զանազան հոգեբանական խնդիրների լուծման համար, ինչպիսիք են՝ հուզական, հաղորդակցման խնդիրները, ինքնագարգացումը, սթրեսի հաղթահարումը, հոգեմարմնական խանգարումը, քրոնիկ հիվանդությունները, դեպրեսիան, կախվածությունները և այլն:

Արտթերապիան համարվում է միջնորդ հիվանդի և թերապիստի միջև: Նկարչական պատկերները ստեղծագործության միջոցով արտահայտում են ամբողջ ենթագիտակցական գործընթացները, ներառելով՝ վախերը, կոնֆլիկտները, մանկական <<հուշերը>>, երազները և այլ գործընթացներ:

Ներկայումս, հոգեթերապևտները զբաղվում են արտթերապիայով, ընդունելով այն որպես ինքնուրույն գործունեության ձև, որը կարող է թերապիաների ընթացքում աջակցել անձի բացահայտմանը, ուսումնասիրությանը:

Արտթերապիան օգտագործվում է ոչ միայն հիվանդանոցներում և հոգեբուժական կենտրոններում, այլև մի շարք այլ կենտրոններում, որպես ինքնուրույն թերապիայի ձև և որպես մի շարք խմբային թերապիաների շարունակություն: Այս թերապիաների արդյունքում մարդը գտնում է իր խնդիրների լուծման արդյունավետ ձևերը: Յուրաքանչյուր մարդ ունի իր պատմությունը: Այդ պատմության մեջ կան և՛ տխուր և՛ ուրախ պահեր կամ իրավիճակներ, որոնք մարդը ցանկանում է նորից վերհիշել և վերապրել, սակայն, մուտքը անհասանելի է: Արտթերապիան այն ճանապարհն է, որը տանում է հոգեկանի խորը,բայց ցանկալի հատվածները: [8]

Նկարելով, <<ծեփելով>> կամ ուղակի նկարագրելով խնդիրը, տրամադրությունը մարդը կարծես ծածկված ուղերձ է ստանում իր ենթագիտակցությունից: Բազմաթիվ խնդիրներ կարողանում է իր սեփական ուժերով լուծել, ինքն իր հոգեբանը դառնալ, գնահատել իր հոգեկան վիճակը, հույզերի դրսևորումները և համապատասխան ձևով կառավարել սեփական վարքը:

Արտթերապիան ձևավորում է կյանքի նկատմամբ ստեղծագործական վերաբերմունք՝ նպատակին հասնելու միջոցների և ձևերի բազմազանությունը

տեսնելու կարողություն: Զարգացնում է միջև այդ թաքնված ընդունակությունները՝ կյանքում առաջացած խնդիրները լուծելու համար:

Այսպիսով, կարելի է ասել, որ արտթերապիայի շնորհիվ յուրաքանչյուր մարդ միշտ բացահայտում է իրականության նորանոր կողմեր, ձեռք բերում կարողություններ կամ հատկություններ՝ հասկանալու և գնահատելու համար երևույթներն ու մարդկանց տարբեր տեսակնկյունից :

Արտթերապիայի տեսակները բժշկության և հոգեբանության մեջ տարբերակվում են կախված անձի վրա վերջինիս ներազդման ձևից, այսինքն թե ինչ նպատակով է կիրառվում արտթերապևտիկ այս կամ այն մեթոդը, դրա իրականացման և կազմակերպման ձևից: Այնուամենայնիվ, արտթերապիայի բոլոր տեսակների համար հիմքը՝ գեղարվեստական գործունեությունն է, որի ակտիվացման միջոցով իրականացվում է թերապևտիկ աշխատանք:

Իր « Երեխան և հասարակություն » աշխատությունում Ի. Ս. Կոնը գրում է « Մանկական աշխարհը կամ մանկությունը դա յուրաքանչյուր անհատի և յուրաքանչյուր ազգի կենսակերպի և մշակույթի անբաժանելի մասն են » : Մեջբերելով այս խոսքերը՝ ցանկանում ենք նշել արտթերապիայի կարևորությունը և նշանակությունը հատկապես երեխաների հետ իրականացվող աշխատանքներում:

Յուրաքանչյուր երեխա սիրում է նկարել, անկախ նրանից դա անում է լավ թե վատ: Արվեստը խիստ կապված է երեխայի կյանքի հետ՝ լցնելով կյանքը հարուստ երևակայական խաղերով և սիմվոլիկ կամ խորհրդանշական գործունեությամբ: Զգացմունքները և էմոցիաները երեխաների նկարներում հաճախ են արտահայտվում նրանց կողմից ընտրված սիմվոլներում: Տեղի է ունենում ներքին և արտաքին իրականության խառնաշփոթ: Արտաքին աշխարհի առարկաները օժտված են զգացմունքներով: « Երեխան հաճախ չի տարբերակում և միմիջանցից բաժանում իրականությունն ու երևակայականը: Նրա համար թղթի վրա պատկերված նկարը կամ խորհանարդների միջոցով կառուցվածը նույնացնում է պատկերվածի հետ: Երեխան զարգացնում և կատարելագործում է իր երևակայությունը: Ֆ.Կարլգրենը իր « Ազատության դաստերակության » գրքում գրում է, որ ստեղծարժեքական երևակայությունը ներքին կարողությունների կարևոր կետերից մեկն է: Երևակայությունը կատարում է կարևոր դեր ինչպես երեխայի, այնպես էլ

մեծահասակի կյանքում: Հենց ֆանտազիայի շնորհիվ է, որ մարդը հավաքում է իր ուժերը հաղթահարելու համար այն ամենը ինչ որ կա իր կյանքում և գործողությունների միջոցով կանխելով այն ինչը պետք է լինի:

Ի տարբերություն մեծահասակների, երեխաների մոտ գոյություն ունի մարմնական և հոգևոր սերտ կապ: Մեծահասակը անընդհատ կարողանում է վերահսկել ինքն իրեն: Իսկ երեխան ակնթարթորեն ցույց է տալիս իր զգացմունքները: Այդ իսկ պատճառով, երեխաները իրենց նկարներում, չմտածելով նկարում են այն ինչ որ զգում են, չփորձելով անգամ դրանք դիտարկել գեղեցկության կամ էթիկայի կոմերից: Արվեստը, միանշանակ, մխրճվում է երեխայի կյանք՝ համարվելով նրա զարգացման անփոխարինելի մասը: Երեխայի ստեղծագործություններում երևում է այն ինչը նրան անհանգստացնում է կամ նրա համար կարևոր է: Որպես երեխաների ստեղծագործություններում առանձնահատկություն հոգեբան Լ. Ս. Վիգոտսկին նշում է դրանց առանձնահատուկ լինելը: Նկարը, դրաման, գրականությունը, ստեղծագործությունը այս ամենը երեխայի ստեղծագործական աշխարհում գնում են իրար զուգահեռ: Օրինակ, պատրաստվում է երեխան պատմել ինչ որ պատմություն, երեխան հենց այդ պահին սկսում է մարմանվորել, դրամատիզացնել նրան:

Բացելով աշխարհը՝ երեխան պատկերում է իր պատկերացումները ստեղծագործություններում: Երեխա առանց հոգնելու կուտակում է տեղեկատվություն, հավաքում է պաշար, փորձելով վերանայել և վերլուծել իր գիտելիքները և ստեղծագործնականաորեն վերամշակել: Հաճախ, ստեղծելով փոխադրեցություն արտաքին աշխարհի հետ, երեխաները իրենց զգում են անօգնական, իսկ մեծահասակների արձագանքը իրենց միայն ավելի է անհանգստացնում և էլ ավելի է շփոթեցնում: Իսկ արդեն նկարելով իրենք միայնակ են հասկանում իրենց խնդիրը և այդ եղանակով բացահայտում են իրենց գիտելիքները և դրան դիմելու ճանապարհը: Արվեստը միացնում է երեխայի առաջնային երևակայական աշխարհը իրականի հետ:

Շատերն են հետազոտողներ նշում են երեխաների գործունեություն խաղային սկիզբը: Ռուս հոգեբան Դ.Բ. Էլկոնին առաջարկում է, որ խաղը դա հոգեկան գործընթացների զարգացմանը նպաստող, ինչպես նաև մեծահասակների աշխարհը

բացահայտելու ձևերից մեկն է: Վ. Վ. Ջենկովսկին գրում է, որ խաղը դա մարմնի և հոգեկանի միջոցով զգացմունքների արտահայտման ձևն է: Խաղը ապահովում է երեխայի << հոգեկան բացի>> և << հոգեկան ազատության >> ամփոփանքությունը: Լ. Վիգոտսկին խոսում է արվեստի հոգեբանական կողմի և երեխայի կյանքում խաղի նշանակության մասին: Արվեստը նույնպես մտնում է խաղային աշխարհի մեջ: Առաջին անգամ ասոցիտիվ օրինակները ստեղծվախ կրտսեր դպրոցականների կողմից, երեխայի համար համարվում են կարծես <<կենդանի>> և հեշտությամբ է միանում երեխաների խաղային իրավիճակին: Երեխան կարող է վախենալ իր նկարած վախեցնող նկարից կամ էլ ուրախանալ զվարճեցնող նկարից:

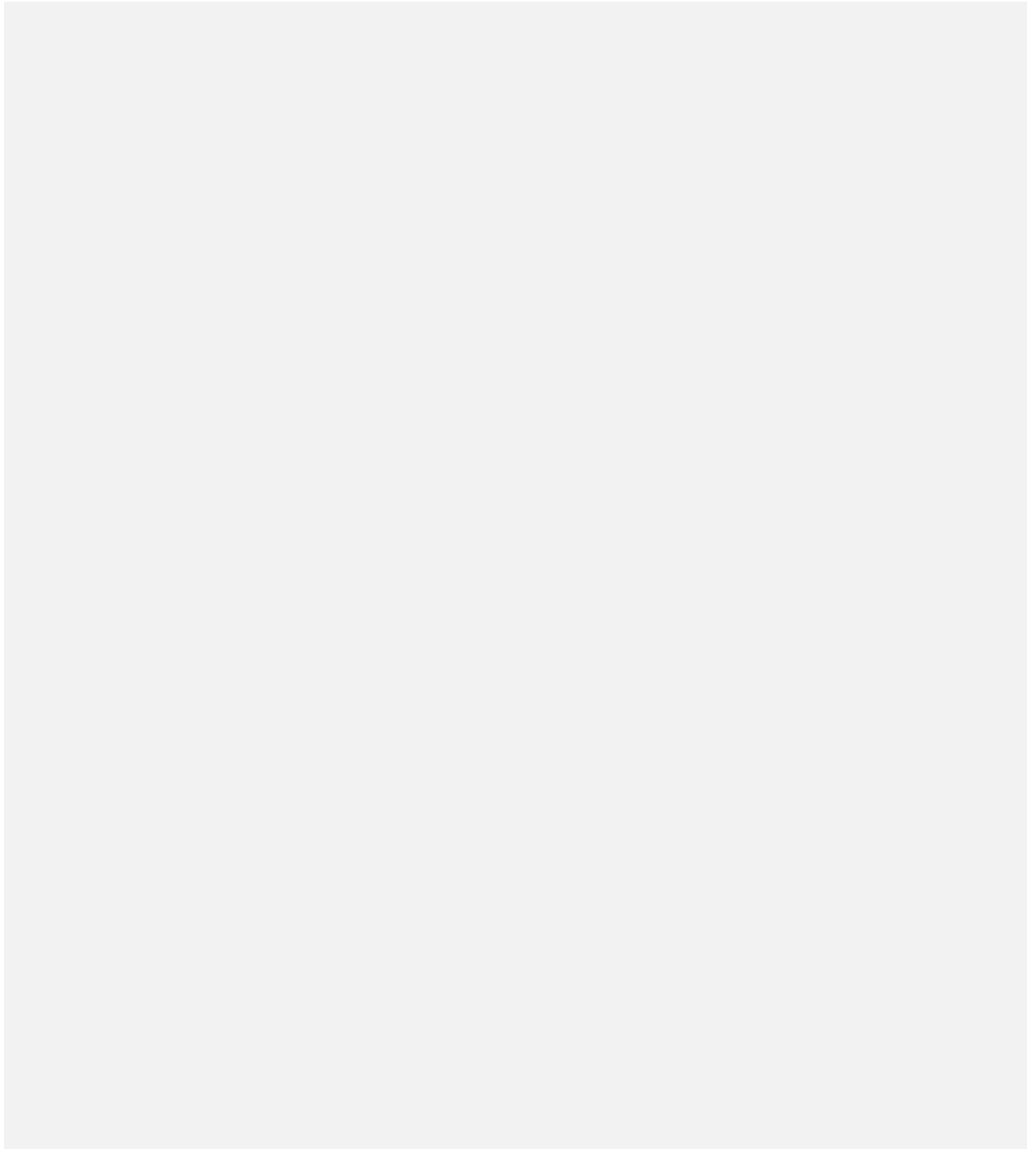
Երեխայի համար նկարելը դա միակ միջոցն է պատմել ինքն իր մասին, իր զգացմունքների, մտքերի, իր փորձի մասին: Նկարելով երեխան հեշտությամբ է բացահայտում իր անկեղծ զգացմունքները և անհանգստությունները: Այն ամենը ինչ անհանգստացնում է երեխային կամ վախեցնում նրան, նա կարող է արտահայտել նկարելով: Դա զարմանալի ստեղծագործելու տարբերակ է: Քանի որ նկարելը դա աշխատանք է ուղղված երևակայությանն ու ֆանտազիային: Երեխայի ձեռքերում հասարակ քարեր են, փայտիկներ: Փայտիկները կարող են վերափոխվել տորթի կամ կարկանդակների կամ հրաշալի զգեստների: Նկարելով երեխան երևակայում է այն, ինչը ինք իր համար պատկերացնում է , ինչպես իրականություն, չմտածելով այն մասին, թե որտեղ է երևակայության և իրականության սահմանը: Նկարելը ուղղված չէ ինչ որ նպատակի հասնելու համար, երեխաները նկարելով, ուղակի, հաճույք են ստանում:

Նկարը, որպես խաղ << փոխհատուցում է երեխայի իրավունքները մեծահասակների շրջանում: Նա ցանկանում է վերահասկել ինքն իրեն և իր իրերը , և նկարելը ինչպես խաղ, թույլ է տալիս գոնե դրա պատկերացնել այդ ամենը: Նա թղթի վրա ստեղծում է իր յուրահատուկ աշխարհը, որը պատկանում է միայն իրեն>>: Կրկնօրինակելով իրականությունը նկարի վրա, երեխան խաղում է կյանքից վերցրած իրավիճակներ ստանալով դրանցից հաճույք:

Այդ օրինակով, երեխայի ամբողջ ստեղծագործական գործունեությունը համարվում է կարևոր պահ նրա զարգացման համար: Հաճախ երեխայի հմար կարևոր է ոչ թե արդյունքը նկարելու, այլ հենց նկարելու ընթացքը: Հենց այդ



պատճառով էլ արտթերապիան շատ արդյունավետ էրեխաների հետ աշխատանքի ժամանակ: Երեխան չմտածելով վերջնական արդյունքի մասին ` նա ստանում է հաճույք այդ նույն գործընթացից, այդ իսկ պատճառով էլ այդ գործընթացը նա համբերատար իրականացնում է: [7]



## Եզրակացություն

Նկարագրելով հոգեկան գործընթացները առանձնացրեցինք և նշեցինք դրանց գործառույթները, նշանակությունն ու կարևորությունը մարդու կյանքում: Առանձնացրեցինք հոգեկան գործընթացի ճանաչողական ձևերը, ինչպես նաև շեշտեցինք դրանց առանձնահատկությունները: Գտանք և ներկայացրեցինք կապը կերպարվեստի և հոգեկան գործընթացների միջև, ինչպես նաև որպես երկու կողմերի՝ հոգեկանի և կերպարվեստի միաձուլում առանձնացրեցինք արտթերապիան՝ նշելով դրա արդյունավետությունն ու յուրահատկությունը հատկապես երեխաների կյանքում: Ինչպես նաև աշխատանքում ընդծեցինք երեխաների հետ կերպարվեստի միջոցով նրանց հոգեկան աշխարհի բացահայտմանն ու « ներթափանցմանն» ուղղված աշխատանքները. թե ինչպես կարելի է օգնել երեխային արտահայտել իր հույզերը և զգացմունքները, իրեն հետաքրքիր տարբերակով նկարելով:

Այսպիսով՝ կարելի է ասել և եզրակացնել, որ հոգեկան գործառույթները կարգավորելու և այն բացահայտելու լավագույն տարբերակներից մեկը դա կերպարվեստն է, որի միջոցով երեխաները ոչ միայն հաճույք են ստանում իրենց կատարած աշխատանքից այլ նաև բացահայտում են իրենք իրենց :

## Չրականությունների ցանկ

Айсмонтас, Б.Б., (2003). Общая психология: Схемы, Москва. [1]

Гамезов, М.В., Домашенко, И.А., (2004). Атлас по психологии. Москва.[2]

Годфруа, Ж., (1996). Что такое психология /Т1, Мир, Москва.[3]

Годфруа, Ж., (1996). Что такое психология /Т2, Мир, Москва.[4]

Менделевич, В.Д., (2001). Клиническая и медицинская психология, Москва.[5]

Петровский, А.В., (1997). Введение в психологию /Изд. “Академия”, Москва.[6]

М.В. Киселева Арт-терапия в работе с детьми 2006 [7]

Назарова О.М.использование методов Арт-Терапии на логопедических занятиях с детьми дошкольного и младшего школьного возраста 2018 [8]