

Гандзілевська Галина Борисівна

Кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психолого-педагогічних дисциплін Національного університету «Острозька академія».

САМОПІЗНАННЯ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА ЗАСОБАМИ МИСТЕЦТВА ТЕАТРУ.

У статті обґрунтовано реальність поєднання різноманітних прийомів психотерапії для активізації життєвого ресурсу студентів на заняттях в академічній групі мистецтвом театру; виділено оптимальні психотерапевтичні прийоми для створення творчої атмосфери заняття, проаналізовано результати їх застосування під час реалізації навчальної програми «Театр і психодрама».

Ключові слова: психодрама, драма терапія, когнітивна терапія.

В статье обосновывается реальность сочетание разных приемов психотерапии для активизации жизненного ресурса студентов на занятиях в академической группе искусством театра; подчеркнутые оптимальные психотерапевтические приемы для создания творческой атмосферы занятия, проанализировано результаты их использования во время реализации учебной программы «Театр и психодрама».

Ключевые слова: психодрама, драматерапия, когнитивная терапия.

The base of this article consist of real unite of different methods of psychotherapy which are allocated for activation of vital sources of students on the classes of academic group by art of the theatre; visible optimal psychotherapy's methods was made for creative atmosphere of the classes, had been analyzed results of this work during realization of study program «Theatre and psychodrama».

Key words: psychodrama, drama therapy, cognitive psychology.

Провідна теза праць одного з фундаторів когнітивної терапії А. Бека про опосередкованість емоційних реакцій когніціями є досить актуальною для українського студентства. Відповідно до сучасних досліджень молоді (М.Боднар, Н. Савелюк, М. Шугай та ін.), емоційність є однією з найхарактерніших рис психотипу студентської молоді України. Крім того, слід відмітити, що домінантна категоріальна смислова основа громадського «Я - реального» останнього, відповідно досліджень Н. Савелюк, виявилась емоційно – почуттєвою за своїм наповненням [7]. Поведінка ж людини – за теорією, на якій заснована когнітивна терапія – визначається як її роллю у суспільстві, так і думками про себе. А. Елліс, один із засновників когнітивної терапії, у своїх дослідженнях стверджує що емоції фактично це і є думки, які тяжіють до оцінюваного мислення. Ірраціональні думки породжують неадекватні емоції, що в свою чергу обесцінює можливості молоді людини, впевненість у собі. Процес самопізнання, який є когнітивною основою особистісної самореалізації, витісняється неадекватними вимогами до себе, когнітивними викривленнями та негативними установками.

Досліджуючи етнопсихологічні особливості самоактуалізації студентів М. Боднар наголошує на недостатній рівень даного процесу сучасної молоді різних регіонів України та на важливість якісно нового змістовного наповнення його за окремими структурними компонентами. Так, серед перелічених ознак, які вимагають оптимізації, виділяються: аутосимпатія, гнучкість у спілкуванні, саморозуміння, автономність, спонтанність [1]. У концепції засновника гештальттерапії Ф.Перлса ідея актуалізації індивіда себе «таким яким він є», передана саме через «спонтанність», що стимулює самостійність, аутентичні внутрішні авторитети. Відповідно до досліджень нового психотерапевтичного методу – психодрами – Я. Морено однією із форм спонтанності є «спонтанність, яка бере участь у формуванні адекватних реакцій на нові ситуації» [9, 125], іншими словами, це «навичка пластичної адаптації, мобільність і гнучкість «Я», які необхідні для швидко розвиваючого організму швидко змінюючому

середовищі» [9, 130]. «Спонтанність – це готовність суб'єкта реагувати так, як це необхідно» [9, 151]. Автор психодрами рахує, що «думка, почуття, відпочинок і дія – все це допускає одночасну присутність спонтанності в особистості». І для стимулювання цього процесу Я.Морено пропонує «дію», «активність», наголошуючи на тому, що «педагогіка повинна повністю бути заснована на творчому акті» [9, 175 - 189]. Поряд із спонтанністю до основних понять психодрами відносять: теле (взаємні емоційні почуття групи), катарсис (очищення через переживання), інсайт (новий погляд на розуміння проблеми). Зазвичай дія завершується у психодраматі, коли у протагоніста (центрального об'єкта психодраматичної дії) настає інсайт.

Таким чином, як когнітивна терапія, так і інші види психотерапії пропонують широкий аспект допомоги, як в індивідуальній так і в груповій роботі. Однак, малодосліджуваною є терапевтична робота власне зі студентами безпосередньо в академічній групі під час навчального процесу. А тому **мета нашого дослідження** – перевірити реальність поєднання різноманітних прийомів психотерапії для стимулювання позитивних емоційних реакцій студентів, як їхнього життєвого ресурсу, під час занять академічної групи. Для реалізації цієї мети виокремлено наступні **завдання**: теоретично обґрунтувати оптимальні психотерапевтичні прийоми для створення творчої атмосфери заняття; практично втілити їх під час реалізації навчальної програми «Театр і психодрама» та зафіксувати найефективніші техніки для вирішення окресленої проблеми під час спостереження за студентами на практичних заняттях мистецтвом театру.

Теоретичний аналіз проблеми виокремив драматерапію, психодраму та когнітивну терапію, як найбільш дієву та безпечну для студентів в рамках академічної групи. Слід відмітити, що за основу роботи зі студентами на заняттях мистецтвом театру нами виділена система К. Станіславського, елементи якої часто використовують у сучасних психотерапевтичних напрямках. Аналізуючи вищезазвану систему з психотерапевтичної точки зору сучасні дослідники В.Коношевич, В. Пономарьова наголошують на те, що вона фактично стосується всіх сфер психічного: когнітивної, емоційно – мотиваційної, регулятивної. Так, робота з тілесними зажимами є не що інше, як елемент тілесно орієнтованої терапії. Гештальт-терапія, що спирається на принципи творчого пристосування, актуальності, усвідомленості і відповідальності, теж багато в чому пересікається з системою Станіславського, починаючи із популярного «тут і зараз» і закінчуючи накопичуванням і розширенням прийомів, і способів усвідомленого осягнення особистої творчої природи клієнта. Проективні методики різних напрямків психотерапевтичної роботи багато чого беруть від дієвого аналізу життєвої ролі, започаткував який власне К. Станіславський [5, 91].

У цьому ракурсі ми виокремили одну із чотирьох основних напрямків психотерапії мистецтвом – драматерапію, основною формою якої є психодрама. «Потреба в грі існувала в людині споконвіку» - стверджує спеціаліст з арттерапії Н. Гладкова. В кожному соціумі є правила і норми, свої для кожної епохи, які зачасту гальмують творчі задуми особистості. Саме звідси, на думку дослідниці, виникає потреба в грі і відродженні театру. «І якщо людина не грає десь ззовні, вона починає грати в житті, тому що ці нереалізовані потреби нікуди не діваються» [5, 108]. Відповідно до досліджень драматерапії М. Гладкової, в своїй практичній роботі зі студентами ми керувалися постулатом: «застосовувати театр для потреб терапії конкретного клієнта», а саме для виконання одного із психотерапевтичних завдань, яке може бути вирішене за допомогою драматерапії: розвиток спонтанності і здібностей до імпровізації. Нагадаємо, що безумовне прийняття людиною себе, інших людей та усього світу такими, які вони є головним принципом гештальттерапії. В цьому контексті актуальними є і дослідження М. Холодної індивідуальних розбіжностей в способах переробки інформації про навколишнє, індивідуально-своєрідних способів вивчення реальності (когнітивних стилів). Тобто «у кожної

людини під капелюхом свій театр». Недарма свою рольову терапію Я. Морено розробляв, спираючись на театр, сутністю якого є гра. Проте, терапевтичний театр засновника психодрами має відмінності по відношенню до театру драматичного. Терапевтичний театр Я. Морено – це вища форма театру **театральної психології**, де реальність та ілюзія є єдиним цілим; свобода від місця дії та творчого результату. Отже, кожна людина характеризується індивідуальною відмінністю в способі пізнання, як навколишнього світу, так і себе в ньому.

М. Холодна у своїх дослідженнях когнітивних стилів особистості, аналізуючи теорію персональних конструктів Дж. Келлі, вирізняє, що людина оцінює і прогнозує дійсність на основі організованого суб'єктивного досвіду, презентованого у вигляді системи конструктів [11, 37]. Конструкти можуть застосовуватись до оцінки іншої людини, самої себе, ситуації. Під час рольової гри, за теорією Дж. Келлі, руйнуються схеми фіксованих ролей, а нові конструкти, що виникають в процесі психотерапії, надають пацієнту можливість усвідомити альтернативні варіанти. Фактично, ця теорія перекликається із тренінгом спонтанності Я. Морено. Проте засновник психодрами наголошує на важливості програвання страхів, неіснуючих почуттів, тобто ролей, які б стимулювали бажаний результат. Задум Дж. Келлі, на думку представника Європейської ліги професійних психотерапевтів Т.Шавердян, не зобов'язував пацієнта слідувати за новим конструктом. Однак, тренування у їх створенні, моделювання нових ролей з оптимальними способами поведінки в ході терапії одночасно звільняли пацієнта від нав'язливої нової моделі і стримували від повернення до попередньої [12, 154]. Очевидно, що гра, де «в одній дії реалізуються дві установки: ігрова та реальна» (В. Роменець), «уявний світ працює на реальний і навпаки» (М.Гладкова), дає можливість людині не лише моделювати себе в певній ситуації, а і фіксувати життєвий ресурс на перспективу. Крім того, гра, на думку головного редактора журналу «Психодрама і сучасна психотерапія» П.Горностая, спроможна зцілювати, перетворюючись в дійсність. Підтвердження цього знаходимо і у працях Д.Гая, який досліджуючи античний світ, зазначає, що відвідування театру в той час було складовою курсу лікування хворих. І саме в античності вперше зустрічається поняття «катарсис» (Аристотель «Поетика»). Однак, тоді як катарсис в цю епоху стосується глядача, то у сучасній психодрамі катарсис відчуває актор. Актор психодрами відрізняється від традиційного актора тим, що в момент драматичної дії він і драматург, і режисер, і виконавець в одній особі. Ролі в театрі за визначенням Я. Морено можуть «консервуватись», тобто мати стереотипну форму. У психодрамі ж створюється умови для спонтанного вираження почуттів, пов'язаними із найважливішими для людини проблемами. В свою чергу це сприяє катарсису та інсайту протагоністу. Тобто актори психодрами створюють образи, одночасно звільняючись від них. Отже, рольова гра терапевтичного театру – спонтанна. Таким чином, Я. Морено продовжив те, на чому зупинився Аристотель.

Відповідно до системи Станіславського актор має працювати в двох напрямках: 1) внутрішня і зовнішня робота актора над собою; 2) внутрішня і зовнішня робота над роллю. Зокрема, внутрішня робота над собою – «це створення психічної техніки, що дозволяє артисту визвати в себе творче самопочуття» для натхнення. Зовнішня робота актора над собою передбачає «підготовку тілесного апарату до втілення ролі...». Робота над роллю вимагає вивчення духовної суті драматичного твору, того зерна, із якого воно створилась і яке визначає його зміст, як і зміст кожної із складових ролей [10]. Так, на відмінну від інших митців, актор (митець сцени) повинен володіти натхненням за бажанням і «вміти викликати його тоді, коли воно є на афіші вистави» (К. Станіславський). Спираючись на розробки великого режисера, у своїх дослідженнях ми націлювали нашу практичну діяльність на роботу студентів над роллю, яка б активізувала внутрішню роботу над собою. Співчуття до «героя» супроводжувались певними емоційними реакціями, що спричиняли катарсис та інший, новий погляд на

проблему (інсайт). Створенню безпечної атмосфери в академічній групі сприяло використання нами ефекту «маски». За словами відомого режисера Є.Гротовського саме маска – символ театру – «звільняє нас від повсякденних масок». «Ховаючись» за роль, молода людина на заняттях «звільняла» себе від певної соціальної ролі або реалізовувала в ході драматичної дії свої нереалізовані мрії. Ф.Ніцше стверджував, що найкраща маска, яку тільки ми можемо надіти – це наше особисте обличчя. А тому «хорошими акторами стають переважно для самого себе» - робить такий висновок А.Неєлов у своїй праці «Майстерність імпровізації» [5].

За нашими спостереженнями моделювання ситуації та самої ролі студентами-акторами під час роботи над роллю, що включає імпровізацію за поданим сюжетом, нагадує когнітивну техніку «Мислення і емоції». Відповідно до відомої формули АВС, використовується вправа «якщо змінюється В, то змінюється і С» (А – активізуючий стимул, тобто все, що обумовлює процес реагування в цілому; С – емоції, поведінка, тобто наслідок А; В – мислення, установки, переконання, самі уявлення про висновки, які ми робимо по відношенню до А, пробіл в свідомості). Таким чином, техніка заключається у заповненні проміжку між двома когніціями А і С в структурі АВС. Для того, щоб побудувати вірну форму (А-В-С) необхідно сформувати складову у даному судженні.

В нашому випадку, «будуючи міст» між А і В (формуючи середню ланку в роздумах «героя») над своїм «зерном», студент паралельно, свідомо чи несвідомо, проводить аналогію з власним життям. Зачасту цей процес супроводжується катарсисом. Слід відмітити, що «героя» студенти обирали за бажанням, точніше за підказкою інтуїції, власного почуття, що виникло під час «читки» запропонованого твору. А. Роменець, досліджуючи психологію творчості, відзначає: «на основі почуттів добираються такі образи, які відповідали б психічному стану людини» [6, 136].

Слід наголосити й на тому, що запропоновані студентам твори підбирались нами відповідно до піднятої ними проблеми. Проблема, що була цікава студентам, І. Яломом – відомим психотерапевтом, перерахована як «жорстокий факт життя», «одна із даностей існування», «наша екзистенціальна самотність». Автор стверджує, що «можна протистояти жорстоким фактам існування і використати їх енергію в цілях особистісної зміни та росту» [13, 11]. Що і стало метою роботи в рамках нашого практичного дослідження. «Людина переживає міжособистісну ізоляцію, чи самотність, якщо у неї відсутні соціальні навички, або риси характеру, які спонукають до близького спілкування» [13, 11]. Цей постулат І. Ялома скерував нашу роботу у відповідному напрямку. Зважаючи на підняту проблему студентам пропонувались на вибір наступні драматичні твори: Дж. Селінджер «Тупташка - невдашка» та Дж. Патрік «Тиха обитель». Поєднання драми і комедії в репертуарі занять мало на меті роботу з різноманітними емоційними реакціями та «зараженням» ними студентів-глядачів цієї ж академічної групи. «Не тільки трагедія, але і драма, і навіть комедія за своїм учинковим змістом мають катартичну властивість – викликати в людини певну динаміку емоцій і за допомогою своєї естетичної форми привести їх до розрядки» (В. Роменець). Гра і драма, даючи людині пом'якшені і полегшені дії вчинку (глядач навіть їх реально не здійснює), виконують для збудження психічної активності таку ж роль, як і справжній вчинок [6, 199]. На думку автора концепції механізму творчості В.Клименко події комедії наповнюють людину енергією, а трагедійні - її спалюють. Жахи трагедії викликають зміни у внутрішній соматичній сфері. Втрачена гармонія, на думку дослідника, відновлюється за допомогою катарсису – очищення душі від підступних думок, почуттів та намірів. Власне гострий конфлікт настроїв та переконань, стверджує В. Клименко, і є ознаками катарсису, який завершується «перемогою» сценічних почуттів та істинних думок і добрих намірів в людини. Найцікавіше те, що саме в цьому стані відбувається не лише відновлення спаленої енергії до попереднього рівня, а й створюється прибуток її. В. Клименко відзначає, що цього вистачає на шість-

сім днів, щоб жити в піднесеному стані. Таким чином, «перетворення» почуттів на систему думок звільняє душу катарсисом та «вирощує» на її ґрунті новий гармонійний стан людини [3, 437-445].

Як вже зазначалось, основною, формою роботи було обрано психодраму. Структура заняття була побудована за принципом цього ж методу: розігрів (комплекс вправ для зняття психодраматичних зажимів), власне психодраматична дія (стимулювання спонтанності через імпровізацію за сюжетом, що характерно драматерапії) та шерінг (обмін почуттями в групі). Зауважимо, що психодраматична дія включала роботу студентів над роллю, - своєрідний монолог, який потребував підтримки з нашої сторони, в якості режисера та терапевта. Під час спостережень прослідковувалось, що окремі студенти під час такої роботи емоційно переживали власну роль в рамках катарсису, що завершувалася інсайтом. Перехід на наступний етап – етап дії з партнером – не відзначався важливістю та інколи ігнорувався. Так, формула АВС була застосована вже на початку другого етапу заняття. Проте в більшості випадків продовження цього етапу було необхідною складовою драматичного процесу. Слід зазначити, що під час ситуативного моделювання імпровізація студентів у зафіксованих ролях відбувалася без втручання ззовні. В свою чергу це стимулювало їх самостійно вирішувати конфлікт зі своїм темпоритмом. Темпоритм (за М. Кіпнісом) – енергія дії, сила емоційного переживання. За спостереженням та відгуками учасників драматичної дії велике значення відіграло освітлення в аудиторії та елементи костюмів «героїв». Слід відзначити, що музичне оформлення дії за ініціативою студентів було відхилене. Акцент робився в першу чергу на словесну дію та невербальне спілкування учасників групи. Після завершення дії застосовувалась психодраматична техніка «Обміну ролями», як для посиленого трактування ролі, знаходження її «зерна», так і розуміння власних почуттів. Під час шерінгу відзначилась думка, одного із учасників, який наголосив, що, коли він працював в «ансамблі», то відчував як кожен працює не на свого «героя», а на себе, «заражаючи» як учасників-акторів, так і глядачів.

Матеріал, який був запропонований нами для вищеописаної роботи мав на меті активізувати уяву студентів відповідно до принципу «якби». «Якби» завжди починає творчість», а «запропоновані обставини» розвивають її [10]. Фактично одне без одного ці два поняття існувати не можуть. Однак функції їх різні: «якби» дає поштовх уяві, а «запропоновані обставини» обумовлюють «якби», доповнюють вимисел уяви. У нашому дослідженні – ці поняття є активізуючим стимулом (А), що обумовлює процес реагування студентів (С), стимулює творчість в групі. Тобто в нашому дослідженні В – вирізнілась як гіпотеза, установка, яка в окремих випадках не виправдовувалась, проте наочно демонструвала зачасту неочікуваний результат (С). У випадку словесної роботи студента над роллю (так званого «знайомства»): А – виражалась як пошук зерна ролі, В – уявне моделювання пробігу для нового погляду на окреслену автором проблему. Якщо ж формулу АВС прирівняти до спонтанної дії, то А – проблема, В – катарсис, С – інсайт.

Результати занять підтвердили цитату з праці К. Станіславського «Робота актора над собою»: «Можна залишатися нерухомим, і тим не менше істинно діяти, проте не зовні – фізично, а внутрішньо – психічно... Часто фізична незворушність відбувається від підсиленої внутрішньої дії, яке особливо важливе та цікаве в творчості... На сцені треба діяти - внутрішньо і зовнішньо» [10]. Загальновідомо, що саме слово «актор» походить від слова діяти. А слово «драма» на древньогрецькій мові означає «дія, що відбувається». На латинській мові йому відповідає слово *actio*, корінь якого – *act* – перейшов і в слова: «активність», «актор», «акт». Таким чином, саме дія і є основою акторської майстерності, виразним засобом театру. Слід відмітити, що дію К.Станіславський розумів як процес, психофізичний процес. Він націнює на дію продуктивну, виправдану, що відбувається під впливом почуттів і в образі. Секрет

методу К. Станіславського, стверджує фундатор вітчизняної історико-психологічної науки В. Роменець, в тому що «внутрішнє і зовнішнє в цілеспрямованій дії людини стають єдиним. Дія таким чином стає також засобом» [6, 148].

Переживання є початком будь-якої творчості (К. Юнг). Тільки в акті творення людина отримує здатність оглянути безмежжя власного «Я» (І.Маноха). На заняттях, спостерігаючи за студентами, чітко вирізнялись фази творчого процесу, наведені у праці В. Роменця «Психологія творчості». Перша фаза (свідома робота) – «дійовий стан, що є передумовою інтуїтивного проблиску нової ідеї» - відповідно на наших заняттях із студентами включала в себе зняття їх психофізичних зажимів, вибір протагоніста і помічників, робота з текстовим матеріалом. Друга фаза (несвідома) – «визрівання» - «інкубація спрямованої ідеї» - відповідно включала роботу над роллю студентами, моделювання ними ситуації. Третя фаза (перехід неусвідомлюваного в свідоме) – «пізнання», «поява ідеї, рішення» відповідно у нашому дослідженні – «інсайт». Четверта фаза (свідома робота) – розвиток ідеї, її остаточне оформлення, перевірка – відповідно в нашій роботі ця фаза відповідала шерінгу. Дана аналогія реалізовує основне завдання психології творчості – дати особистості необхідну допомогу щодо того, як слід рухатись у напрямі до розгортання своїх творчих можливостей. Сучасний дослідник творчого потенціалу С. Дергун, аналізуючи праці А. Маслоу, зауважує що у фазі натхнення особистість втрачає своє минуле і майбутнє, живе тільки даним моментом [2]. Фактично це і є найпопулярнішим принципом психотерапії - «тут і тепер», використаний у нашому дослідженні. Крім того, творчий процес, який взаємопов'язаний з інтуїцією, неусвідомленою діяльністю, набуває актуальності і у момент спонтанності. Проте, слід відзначити, що несвідоме працює тільки після активної роботи свідомості. І... «чим багатша свідомість людини, тим багатшою є несвідома сфера, і тим більша ймовірність, що несвідоме укаже варіант розв'язання проблеми [4, 200], що і було доведене у дослідженні відповідно до формули АВС. Нейрофізіологічний механізм творчості «вмикає» так звані детектори новизни, які виявляють щось нове в зовнішньому та внутрішньому світі. Їм властива висока чутливість, тому людина відчуває, позитивне емоційне переживання в процесі творчості. В свою чергу нові враження стимулюють потяг до творчості та безпосередньо її процес [8].

Отже, працюючи над роллю студенти на заняттях мистецтвом театру за допомогою уяви – основного елемента системи К. Станіславського – як початку сценічної дії та головної умови роботи в запропонованих обставинах, працювали над роллю, що в свою чергу стимулювало їхню спонтанність. Крім того, когнітивна техніка «Мислення та емоції», яка була застосована у психодраматичній дії для створення творчої атмосфери в академічній групі, виявилась оптимальною. Виявлене бажання після завершення реалізації навчальної програми «Театр і психодрама» взяти участь у «так званій «законсервованій» постановці для відчуття нових емоційних переживань, свідчив про важливість продовження експериментального дослідження. Вміле керування власним досвідом, отриманому на заняття, може стати для студентів важливим життєвим ресурсом. За відгуками студентів, заняття мистецтвом театру, де використовувались психодраматичні прийоми, допомогли «більше розкрити себе..., свої приховані можливості», «пережити і зрозуміти почуття, які до того не були розкриті і зрозумілі», «через свого «героя», під маскою вирішити свої проблеми..., зрозуміти потреби», «усвідомити і почати їх вирішувати». «Досить легко грати ту чи іншу роль, не усвідомлюючи того, що ти...говориш від себе, про себе». Проведене дослідження свідчить про важливість «відродження» мистецтва театру, в якому б акумулювалися психотерапевтичні прийоми, у навчальному процесі і не лише для створення додаткової сфери для особистої самореалізації, а і для дидактичної та терапевтичної роботи.

Література:

1. Бондар М.Б. Етнопсихологічні особливості самоактуалізації студентської молоді. – Кременець: ВЦКОТІ ім. Тараса Шевченка, 2007 – 196 с.
2. Дергун С.П. Теоритичний огляд проблеми реалізації творчого потенціалу особистості// Актуальні проблеми психології. Том X. Частина 1./ За ред. академіка С. Д. Максименка. – К.: Главник ,2007. – С 84 - 89
3. Клименко В.В. Психологія творчості. Навчальний посібник – К.: Центр навчальної літератури. 2006. – 480 с.
4. Опанасюк І. В. Інтуїція як необхідна складова креативності// Актуальні проблеми психології. Том X. Частина 1./ За ред. академіка С. Д. Максименка. – К.: Главник ,2007. – С 199 - 205
5. Псі: науково-популярний журнал/ За ред. С.Сидоренко. – ТОВ «Псі-інфо», 2008 - №1
6. Роменець В. А. Психологія творчості: навч. посібник. 3-тє видання. – К.: Либідь, 2004ю – 288 с.
7. Савелюк Н.М. Дослідження смислових засад функціонування громадянської свідомості українського студентства методом асоціативного експерименту// Наукові записки. Серія «Психологія і педагогіка». Тематичний випуск: «Сучасні дослідження когнітивної психології». – Острог: Вид-во Національного університету «Острозька академія», 2009. – Вип.12. – С. 160-168
8. Туриніна О.Л. Психологія творчості: Навчальний посібник. – К.: МАУП, 2007 – 160 с.
9. Морено Якоб Леви. Психодрама / пер. с англ.. Г. Пимочкиной, Е. Рачковой. – 2-ое изд., испр – М.: психотерапія, 2008. – 496 с.
10. Станиславский К.С. Работа актера над собой. – М.: Искусство, 1951. - 666 с.
11. Холодная М.А. Когнитивные стили в природе индивидуального ума. 2-ое изд. – Спб.: Питер, 2004. – 314 с.
12. Шавердян Г.М. Основы психотерапии. – Спб.: Питер, 2007. – 208 с.
13. Ялом И. Лечение от любви и другие психотерапевтические проблемы/ пер. с англ. А.Б. Фенько – М.: независимая фирма «Класс» - 2007. – 288 с.