

Интернет-журнал «Мир науки» ISSN 2309-4265 <http://mir-nauki.com/>

Выпуск 3 - 2015 июль — сентябрь <http://mir-nauki.com/issue-3-2015.html>

URL статьи: <http://mir-nauki.com/PDF/29PSMN315.pdf>

УДК 316.6

Мусийчук Мария Владимировна

ФГБОУ ВПО «Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»
«Институт педагогики, психологии и социальной работы»
Россия, Магнитогорск
«Кафедра психологии»
Профессор
Доктор философских наук, доцент
E-mail: mv-mus@mail.ru

Киба Мария Сергеевна

ЗАО «Тандер» Департамент закупок непродовольственных товаров
Дизайнер
Доцент
E-mail: klauzura999@mail.ru

Психологические функции арт-терапии как средства профилактики эмоционального выгорания менеджеров

Аннотация. Анализируются функции арт-терапии как средства профилактики эмоционального выгорания менеджеров. Проанализированы исследования направленные на выявление симптомов эмоционального выгорания. Показано значение арт-терапии в связи со стандартом ИСО 9004:2000 Системы менеджмента качества.

Описан ряд функций арт-терапии, для обеспечения психологической поддержки менеджеров. Так диагностическая функция реализуется через выявление проблем, нуждающихся в коррекции. Например, таких как межличностные отношения в группе, индивидуальные особенности восприятия мира, особенности восприятия общечеловеческих ценностей, отношение к профессиональной деятельности, предмету труда, неосознаваемые потребности личности, соответствие между личностными качествами и профессионально-значимыми и т.д.

Коррекционные функции арт-терапии менеджеров целесообразно рассмотреть. Как несколько групп функций: коммуникативная, когнитивно-аффективная, саморегуляции. В коммуникативную функцию арт-терапии менеджеров включаются такие составляющие как оптимизация процессов межличностного общения, бесконфликтное разрешение спорных вопросов, умение работать в команде и др. Когнитивно-аффективные функции направлены на осознание менеджерами скрытых мотивов деятельности и поведения, активизация творческого потенциала, развитие эмоционально-волевой сферы личности и др. Функции саморегуляции целесообразно рассмотреть через овладение навыками регуляции эмоциональной сферы личности, снижение уровня нервно-психического напряжения, снижения уровня тревожности и депрессивности и др. Таким образом, оказывается влияние нивелирующие факторы приводящее к процессу эмоционального выгорания менеджеров.

Приводится анализ художественных работ участников арт-терапевтического тренинга.

Ключевые слова: арт-терапия; менеджеры; художественная деятельность; функции арт-терапии.

Ссылка для цитирования этой статьи:

Мусийчук М.В., Киба М.С. Психологические функции арт-терапии как средства профилактики эмоционального выгорания менеджеров // Интернет-журнал «Мир науки» 2015 №3
<http://mir-nauki.com/PDF/29PSMN315.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

*Случайного нет.
Все в мире является наказанием,
наградой, испытанием, предвестием.
Вольтер*

*Осенняя Луна
Сосну рисует тушью
На синих небесах.
Хаттори Рансэцу
(1654–1707)*

Проблема синдрома эмоционального выгорания (СЭВ), осмыслена американским психиатром Г. Фрейденбергером (H. Fredenberger) в 1974 г. Ученый ввел термин «burnout» или «выгорание». Первоначально автор описал это явление как ухудшение психического и физического самочувствия у представителей социальных профессий. Позднее было дано определение этому феномену, и теперь принято считать, что это Синдром эмоционального выгорания. Наиболее важные факторы, характеризующие данный синдром такие как: деморализация, разочарование и крайняя усталость, которые исследователь наблюдал у работников психиатрических учреждений. Согласно современным исследованиям под «выгоранием» понимается определенное состояние, проявляющееся в физическом, эмоциональном и умственном истощении человека, что негативно сказывается на его профессиональной деятельности и качестве личной жизни.

В настоящее время СЭВ получил статус диагноза в Международной классификация болезней (МКБ). В России данный классификатор внедрен в практику здравоохранения в 1997 г. Планируется 11-пересмотр МКБ в 2017 г. В соответствии с МКБ-10 Z73, выделяются проблемы связанные с трудностями управления своей жизнью. В этой связи психическое выгорание понимается как профессиональный кризис, связанный с работой в целом, а не только с межличностными взаимоотношениями в профессиональном коллективе. В синдроме выделяют: эмоциональную истощенность, деперсонализацию (цинизм) и редукцию профессиональных (снижение личных) достижений (Маслач и Джексон).

В психологических исследованиях показано, что длительное воздействие стресса приводит к снижению общей психической устойчивости организма, появлению чувства неудовлетворенности результатами своей деятельности, тенденции к отказу от выполнения заданий в ситуациях повышенных требований, неудач и поражений. Анализ факторов, вызывающих подобные симптомы в различных видах деятельности, показал, что существует ряд профессий, в которых человек начинает испытывать чувство внутренней эмоциональной опустошенности вследствие необходимости постоянных контактов с другими людьми. «Ничто не является для человека такой сильной нагрузкой и таким сильным испытанием, как другой человек» — эту метафору можно положить в основу исследований психологического феномена — синдрома эмоционального выгорания.

В трех стадиях СЭВ проявляются четыре симптома. Первая стадия - напряжение, характеризуется симптомами: неудовлетворенность собой: «загнанность» в клетку»; переживание психотравмирующих ситуаций; тревожность и депрессия. Вторая стадия носит название — резистенция, протекает со следующими симптомами: неадекватное и избирательное эмоциональное реагирование; эмоционально-нравственная дезориентация; расширение сферы экономии эмоций; редукция профессиональных обязанностей. Третья стадия — истощение. Этой стадии присущи такие симптомы как: эмоциональный дефицит; эмоциональная отстраненность; личностная отстраненность; психосоматические и психовегетативные нарушения.

В настоящее время проблема профилактики психического, эмоционального выгорания является актуальной, в значительной степени для менеджеров среднего звена. Поскольку на эту группу профессиональной иерархии приходится самое большое количество нервных срывов. Рассмотрим в качестве примера исследование Сета Принса (Школа общественного здоровья Мэилмена, Университет Колумбии), изучавшего влияние профессий на нервную систему персонала. Выборка испытуемых в данном исследовании около 22 тысяч человек. Испытуемые были отнесены к одной из трёх групп: владельцы бизнеса, менеджеры и рабочие специальности. Самые низкие результаты по уровню эмоциональной устойчивости получены в группе менеджеров. Подчеркнем, что профессиональная деятельность менеджера отличается постоянным нервно-психическим и эмоциональным напряжением, обусловленным как содержанием, так и условиями управленческой работы.

Значительное внимание исследователей привлечено к проблеме сохранения и умножения человеческого капитала компаний. Анализ теории и практики управления показывает, что в современных условиях руководители, из всех типов организационных ресурсов, наибольшее влияние способны оказать на человеческие ресурсы. Это означает, что процесс мотивации к инновационной деятельности предполагает использование перспективных направлений, основанных на эффективных ресурсах. В этой ситуации очень важна стратегия управления, допускающая реестр различного рода предпочтений и возможностей самовыражения личности, создание творческой обстановки, вовлечение всех участников в процесс выработки решения, что в целом влияет на процесс снижения вероятности возникновения синдрома эмоционального выгорания.

В стандарте ИСО 9004:2000 Системы менеджмента качества предусмотрены рекомендации по улучшению деятельности. Так, в параграфе 6.4 Производственная среда, указывается, что руководство должно обеспечивать позитивное влияние производственной среды на мотивацию, удовлетворенность и работу персонала с целью улучшения деятельности организации. При создании подходящей производственной среды - комбинации человеческого и физического факторов - следует уделять внимание, в числе основных - методам творческой работы и возможностям более полного вовлечения с целью реализации потенциала работников организации.

В этой связи трудно переоценить процесс полного раскрытия личностного потенциала сотрудников организации, через процесс самореализации в профессиональной деятельности. Важность внутренних состояний личности для повышения производительности труда, в свое время отмечалась Б.Г. Ананьевым, подчеркивающим, что творчество, по сути, представляет собой высшую интеграцию личностных свойств субъекта деятельности. Отметим, что субъект, в традициях отечественной школы психологии понимается нами как активный деятель. Важное значение приобретают меры психопрофилактики и психогигиены в профессиональной деятельности менеджеров. Проблема развития синдрома эмоционального выгорания неоднократно становилась предметом пристального внимания исследователей, применяющих методы арт-терапии. Как средства эффективно влияющего на мотивационную и эмоциональную сферу личности персонала организации. В настоящее время, имеющийся опыт обобщён в различных содержаниях понятия «арт-терапия».

В современной психологии наблюдается значительное многообразие теоретических представлений об арт-терапии и практических подходов к реализации в практической деятельности. Рассмотрим несколько основополагающих точек зрения. Термин «арт-терапия» в переводе с английского означает «лечение, основанное на занятиях художественным творчеством» [1, С. 3], или «использование искусства как терапевтического фактора» [2, С. 34]. «Наши переживания и эмоции являются источником энергии, которая может быть канализирована посредством экспрессивных искусств, являющихся мощным средством для

обнаружения, проживания и принятия «темных» аспектов нас самих, а самопринятие имеет первостепенное значение для развития способности к сочувствию и состраданию другим», в свое время подчеркивал Л.С. Выготский [3, С. 236.].

Художественное творчество, представляет взаимосвязь таких факторов как экспрессии, коммуникации и символизации является основой арт-терапии, считает В. Беккер-Глош. Плодотворно трактует термин «арт-терапия» М. Либман, определяя искусство как средство для передачи чувств и иных содержаний психики человека с целью изменения структуры его мироощущения [4, Р. 40–46]. Значительный теоретический и практический интерес так же представляет мнение Н.Д. Никандрова, рассматривающего арт-терапию как слияние творчества и консультационной деятельности. И, что особенно интересно, как метод направленный на реализацию скрытой энергии в результате творческого осмысления, тренировки, личностного роста и как воздействие на мотивационную, эмоциональную, адаптивную сферу [5, С. 3–8.].

Терапия средствами искусства, и в частности арт-терапия активно развивается в практической и теоретической плоскости. Так, например, в июне 2015 г. в Турции на базе Университета им. Ататюрка прошел первый международный конгресс по терапии искусством. Наряду с турецкими учеными и практиками в работе конгресса приняли участие представители России, Германии, Белоруссии, Болгарии и Израиля. Особый интерес вызвали доклады практикующих арт-терапевтов со школьниками и учащейся молодежью. Это такие темы докладов как: «Преодоление поведенческих нарушений у учащихся специализированной школы в результате занятий изобразительным искусством»; «Коррекция страхов изобразительной деятельности у школьников на основе применения инновационного образовательного подхода»; «Влияние арт-терапии на успешность художественного образования с детьми 5-6-летнего возраста»; «Арт-терапия с детьми и подростками в процессе адаптации к новой социальной ситуации» и др. Российская арт-терапевтическая ассоциация, была представлена наиболее многочисленной из зарубежных участников конгресса группой, в количестве пяти человек.

Примечательно, что одним из основателей современного арт-терапевтического направления в России является А.И. Копытин. Ученый так же учредил в 1997 г. «Международный журнал арт-терапии «Исцеляющее искусство»». Отметим, что в плане рассмотрения функция арт-терапии в психологическом сопровождении менеджеров, значительный интерес, представляет точка зрения А.И. Копытина на преимущества арт-терапии, перед иными средствами терапии, основанными исключительно на вербальной коммуникации. Автором выделяется восемь преимуществ. Первое – отсутствие ограничений по каким-либо критериям – возрастным, социальным, профессиональным и т.д. Второе – арт-терапия, преимущественно средство невербального общения. Символическая речь является одной из основ изобразительного искусства, позволяет человеку зачастую более точно выразить свои переживания, по-новому взглянуть на ситуацию и житейские проблемы и найти благодаря этому путь к их решению. Третье – арт-терапия деликатное средство для решения сложных проблем. Четвертое – изобразительная деятельность во многих случаях позволяет обходить «цензуру сознания», поэтому предоставляет уникальную возможность для исследования бессознательных процессов, выражения и актуализации латентных идей и состояний, тех социальных ролей и форм поведения, которые находятся в «вытесненном» виде либо слабо проявлены в повседневной жизни. Пятое – арт-терапия способствует свободному самовыражению и самопознанию. Шестое – продукты изобразительного творчества являются объективным свидетельством настроений и мыслей человека, что позволяет использовать их для диагностики динамики изменений. Седьмое – арт-терапия, в большинстве случаев помогает сформировать более активную жизненную позицию. И последнее, не менее важное, чем предыдущие положения, то что арт-терапия основана на мобилизации творческого потенциала

человека, внутренних механизмов саморегуляции и исцеления. Есть все основания полагать, что преимущества, выделенные доктором психологических наук А.И. Копытиным, в полной мере могут быть положены в основание психологических функций арт-терапии как средства профилактики эмоционального выгорания менеджеров.

Для применения арт-терапии в психологическом обеспечении менеджеров, необходимо учитывать особенности организационного поведения [6]. Это такой широкий спектр вопросов, в основе которых психологические факторы: личность в организации; управление социальным восприятием в организации; управление поведением персонала; управление конфликтами; управление инновациями и т.д. Для более эффективного разрешения задач стоящих перед персоналом организации целесообразно применять арт-терапию. Выделим функций арт-терапии, для обеспечения психологической поддержки менеджеров.

Начнем рассмотрение с диагностической функции арт-терапии. Данная функция реализуется через выявление проблем, нуждающихся в коррекции. Например, таких как межличностные отношения в группе, индивидуальные особенности восприятия мира, особенности восприятия общечеловеческих ценностей, отношение к профессиональной деятельности, предмету труда, неосознаваемые потребности личности, соответствие между личностными качествами и профессионально-значимыми и т.д.

Коррекционные функции арт-терапии менеджеров целесообразно рассмотреть. Как несколько групп функций: коммуникативная, когнитивно-аффективная, саморегуляции. В коммуникативную функцию арт-терапии менеджеров включаются такие составляющие как оптимизация процессов межличностного общения, бесконфликтное разрешение спорных вопросов, умение работать в команде и др. Когнитивно-аффективные функции направлены на осознание менеджерами скрытых мотивов деятельности и поведения, активизация творческого потенциала, развитие эмоционально-волевой сферы личности и др. Функции саморегуляции целесообразно рассмотреть через овладение навыками регуляции эмоциональной сферы личности, снижение уровня нервно-психического напряжения, снижения уровня тревожности и депрессивности и др. Таким образом, оказывается влияние нивелирующие факторы приводящее к процессу эмоционального выгорания менеджеров.

Тренинги по арт-терапии организуются по следующим художественным направлениям, способствующим оптимизации эмоциональной сферы личности менеджеров:

- Совмещенная техника и знакомство с материалами (декупаж + акриловые краски).
- Техники старения (с применением кракелюрных составов).
- Витраж (знакомство с витражными красками, совмещенная медитативная точечная техника).
- Магическая мандала, значение круга (выполнение мандалы, декоративный веночек из искусственных цветов).
- Эко-принты (с использованием живых цветов и листьев, сезонный тренинг).

Работа с объемом (совмещенная техника - декупаж, акриловые краски, структурные пасты, искусственные цветы).

Отметим важную особенность арт-терапии, заключающуюся в том, что в диаду терапевт-психолог и клиент, добавляется третий компонент – художественный образ (произведение искусства), продукция изобразительной деятельности [7; 8]. Вспомним, при этом, что в соответствии с прецедентным случаем в США, произведением искусства считается такое произведение, какое признает таковым, еще хотя бы один человек, кроме автора. Так же,

в обсуждении созданной арт-продукции может принимать участие вся группа или отдельные участники арт-терапии, совместно с ведущим. Хорошо зарекомендовали себя на практике тренинге проводимые совместно специалистами-дизайнерами и психологами.

В январе 2014 г. на базе Магнитогорского государственного университета проводился арт-терапевтический тренинг, в рамках тренинга "Личностного роста" (мероприятие проводили Киба М.С. (дизайнер, техника арт-терапии) и Мусийчук М.В. (профессор кафедры психологии).

Проанализируем некоторые работы участников арт-терапевтического тренинга.



Рис. 1. Работа на удачу

Рассмотрим цель упражнения, необходимые материалы и время, для выполнения работы представленной на рис. 1. Цель выполнения преимущественно направлена на оптимизацию эмоционального фона личности. Создание данного арт-объекта, являясь техникой медитативного расслабления, способствует погружению в себя и предоставляет возможность проработать установки личности, находящиеся корнями в глубинных структурах личности.

Используемые материалы: холст или бумага формата А1, А2; акриловые краски, мастихин (художественный инструмент в виде лопаточки, для нанесения и смешивания краски); маркер. Необходимое количество времени - 1 час.

На рис. 1. Представлена «Работа на удачу», выполненная в технике «мазковая живопись» (нанесение толстого слоя краски, мастихином распределяя между собой цвета тем самым создавая настроение). Участникам сессии арт-терапии было предложено написать положительные аффирмации (установки на удачу, успех, креативность, любовь и т.д.). Холст (лист бумаги) предварительно грунтуется белой краской. Хотя холсты как правило продаются уже грунтованные. Потом следует выбрать три цвета (+ белый). Выбранные цвета ассоциативным образом должны быть связаны с цветом предпочтительных аффирмаций. Краски распределяются хаотичным образом (в разные стороны, различной длины мазки). Мазки могут наноситься кисточкой или мастихином и разравниваться в разные стороны. Таким образом, покрывается вся поверхность. Образно говоря, создается красочный дом для выбранных аффирмаций. Таким образом, в процессе деятельности с цветом и хаотичной формой, устанавливается взаимосвязь внутреннего мира личности с определенным цветом и аффирмацией. Аффирмации создаются только в форме позитивных утверждений.

Работа представленная на рис. 1 выполнена с положительными установками, выбраны следующие цвета - охра, синий, зеленый. (равное преобладание синего и охры говорит о борьбе между покоем и началом творить, все уравнивается белым, говорит о серьезности настроя на свои установки, зеленый в малом количестве говорит о положительном настрое.

Закрепление позитивного настроения участников арт-тренингов достигается различными средствами. Одно из таких, слова-мотиваторы, вложенные в уста совы или художника: «Стереть из своей жизни ничего нельзя, но дорисовать можно».



Стереть из своей жизни
ничего нельзя...
Но дорисовать-то
можно!



Atkritka.com

Использование техники «Работа на удачу», так же эффективно зарекомендовала себя в ситуации проработки и избавления от негативных переживаний. С этой целью рекомендуется выбрать цвета, ассоциирующиеся со страхом, нанести краски на холст или лист бумаги. И перекрыть другими цветами. Цветами позитивных аффирмаций. Иногда требуется несколько повторных выполнений арт-работ в этой технике. При желании, например, можно раскрашивать бумажные секции подставки для яиц. Если сохранять работы, то можно заметить, что цвет выбранных красок вначале был очень темным – вплоть до черного. По мере работы «художника», выбор цвета становится иным, более светлым и ярким.

Еще одна эффективная техника по закреплению позитивной мотивации представлена на рис. 2. Работу в такой технике направления так же можно назвать «Настроение своими руками», «Любовь своими руками» и т.д. Необходимое количество времени – 1 час.

Участникам было предложено воссоздать свое счастье в образе арт-объекта. Цель выполнения преимущественно направлена на оптимизацию эмоционального фона личности, через психопрофилактику и психогигиену. Используемые материалы - все что «попадет» под руку.

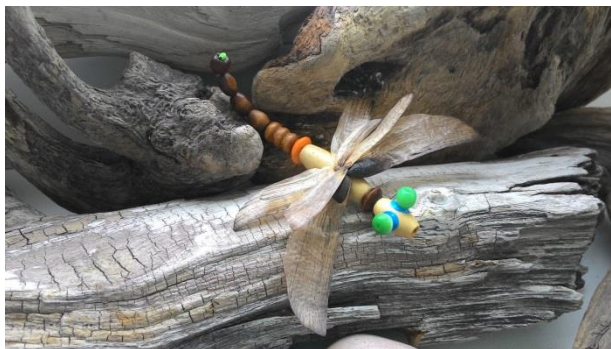


Рис. 2. Счастье своими руками

Необходимо было придумать образ своего счастья, представить, как оно выглядит, представить его в качестве арт-объекта и рассказать участникам тренинга об испытанных в процессе выполнения чувствах. Один из участников выполнил арт-объект в виде стрекозы. Были использованы деревянные, стеклянные бусины, проволока, клей, для крыльев использовались семена сосны и обломок старой доски, выброшенный на берег морем.

Анализ образа стрекозы позволяет сделать следующие заключения. Сам образ стрекозы свидетельствует о легкости и безмятежности. Большие зеленые глаза, смотрят, как бы обнимая жизнь во всем ее многообразии. Глаза стрекозы наблюдают счастье повсюду. Деревянные бусины натуральных цветов, говорят о твердости намерения. Из этого посыла неизменно следует внутренняя уверенность, что счастье определено есть! Крылышки из семян сосны, так же свидетельствуют о возрождении, о новой жизни. Поскольку сам символ семени и есть жизнь. Начало жизни – это счастье. Таким образом, происходит усиление позитивного настроения личности.

В следующей работе в качестве базовой технике использован декупаж (техника декорирования различных предметов, основанная на приклеивание рисунка, части рисунка или орнамента (обычного вырезанного) к предмету). Цель упражнения – профилактика эмоционального истощения. Материалы и инструменты: кисти - синтетические, щетина, беличьи; салфетки для декупажа с заданным сюжетом; мастихин.



Рис. 3. А что же внутри?

Менеджерам, участвовавшим в арт-терапевтическом тренинге было предложено самостоятельно выбрать сюжеты будущих работ, трафареты и определиться с цветами красок. Пример одной из таких работ представлен на рис. 3. И являет собой образ гуся в цветочек. Психологический анализ данной работы позволяет прийти к заключению о наличии некоторой эмоциональной усталости автора работы. Голова гуся, направленная в левую сторону и клюв, опущенный вниз, могут свидетельствовать о наличии отрицательных эмоций, связанных по поводу некоторых ситуаций из прошлой жизни автора работы. Темный фон может свидетельствовать, о наличии первой степени эмоционального истощения. Из ресурсов личности, на которые можно опираться с целью оптимизации психофизиологического состояния. Можно указать на наличие бела цвета в изображении (гусь – белый). И так, центральная фигура произведения – белого цвета несомненно свидетельствует о наличие внутри личности ресурсов, какими может быть успешно подкреплена работа над оптимизацией своего состояния. О позитивных ресурсах, свидетельствующих об активности личности исполнителя работы, так же свидетельствует красный (яркий) цвет цветочков на гусе.

Таким образом. Отметим, что тренинги на основе арт-терапии являются хорошим средством диагносте, коррекции наличного и профилактики будущего эмоционального состояния личности и в предельной ситуации способствуют предотвращению развития синдрому эмоционального выгорания менеджеров и повышению их креативного потенциала.

ЛИТЕРАТУРА

1. Копытин А.И. Основы арт-терапии. СПб.: Лань, 1999.
2. Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. Б.Д. Карвасарского. СПб.: Питер, 2000.
3. Выготский Л.С. Психология искусства: Анализ эстетической реакции. М.: Лабиринт, 1998.
4. Liebmann M. Art therapy for Groups: a handbook of themes, games and xercises. Cambridge, Boston & London: SHAMBALA, 2003.
5. Никандров Н.Д. Духовные ценности и воспитание человека // Педагогика. №4. 1998.
6. Мусийчук С.В., Мусийчук М.В. Организационное поведение. Магнитогорск, 2015.
7. Глухова Т.Г. Актуализация восприятия профессионального здоровья средствами арт-терапии: дис. ... канд. пед. наук. Самара, 2003.
8. Лебедева Л.Д. Педагогические основы арт-терапии в образовании: [Монография]. СПб.: ЛОИРО, 2001.

Рецензент: Статья рецензирована членами редколлегии журнала.

Musiychuk Mariya Vladimirovna

Nosov Magnitogorsk State Technical University
Institute of Pedagogy, Psychology and Social Work, Department of Psychology
Russia, Magnitogorsk
E-mail: mv-mus@mail.ru

Kiba Mariya Sergeevna

Company «Tander» The Department purchases of non-food products
E-mail: klauzura999@mail.ru

Psychological functions of арт-терапии as facilities of prophylaxis of the emotional burning down of managers

Abstract. Analyzes the function of art therapy as a means of Pro-lit burnout managers. Analyzed recorded studies designed to identify the symptoms of burnout. Shows the value of art therapy in relation to ISO 9004:2000 quality management System quality.

Defines a number of functions of art therapy, to provide psychological support to managers. So diagnostic function is implemented through the identification of problems needing correction. For example, such as interpersonal relations in the group and individual peculiarities of world perception, especially the perception of human values, attitude to professional activity, subject of labor, and the unconscious needs of a person, the line between personal qualities and professionally-relevant, etc.

Correction of the function of art therapy managers it is advisable to consider. As several groups of functions: communicative, cognitive-affective self-regulation. In the communicative function of art therapy managers included such components as the optimization processes of interpersonal communication, non-adversarial dispute resolution, ability to work in team, etc. Cognitive-affective features focused on the awareness of managers of hidden motives of activity and behavior, the activation of creative potential, the development of emotional-volitional sphere of personality, etc. Functions of self-regulation it is advisable to consider using the skills of regulation of the emotional sphere of the personality, reducing mental stress, reduce the level of anxiety and depression, etc. Thus, it appears the influence of grading factors leading to the process of emotional burnout of managers.

The analysis of art works of the participants of the art therapy training.

Keywords: art-therapy; managers; artistic activity; the functions of art therapy.

REFERENCES

1. Kopytin A.I. Basics of Art Therapy. SPb.: Lan, 1999.
2. Psychotherapeutic Encyclopedia / Ed. BD Karvasarsky. SPb.: Peter, 2000.
3. Vygotsky L.S. Psychology of Art: Analysis of aesthetic response. M.: Maze, 1998.
4. Liebmann M. Art therapy for Groups: a handbook of themes, games and xercises. Cambridge, Boston & London: SHAMBALA, 2003.
5. Nikandrov N.D. Spiritual values and education of the person // Pedagogy. №4. 1998.
6. Musiychuk S.V., Musiychuk M.V. Organizational behavior. Magnitogorsk, 2015.
7. Glukhov T.G. Actualization of perception of occupational health means of art therapy: dis. ... Cand. ped. Sciences. Samara, 2003.
8. Lebedev L.D. Teaching the basics of art therapy in the education [Monograph]. SPb.: Loiri 2001.