

Научная статья / Research Article

<https://doi.org/10.11621/TEP-24-18>

УДК/UDC 159.9.07

## Артлоготерапия в образовательных практиках: становление профессиональной и смысложизненной ориентаций личности подростка

Т.А. Попова ✉

Федеральный научный центр психологических и междисциплинарных исследований, Москва, Российская Федерация

✉ elenia2@yandex.ru

### Резюме

**Актуальность.** Вопросы самоопределения подростков в процессе их становления имеют особую значимость, поскольку их решение определяет успешность и конкурентоспособность во взрослом возрасте. В связи с этим разработка и реализация программ, направленных на исследование и формирование профессиональных и смысложизненных ориентаций, востребована специалистами в образовательной и психологической практике.

**Цель.** Оценка эффективности артлоготерапевтических методов в становлении профессиональной и смысложизненной ориентаций личности подростка.

**Выборка.** В исследовании приняли участие 50 респондентов (26 мальчиков и 24 девочки) в возрасте от 13 до 15 лет ( $M_{\text{возраст}} = 14,04$ ;  $SD = 0,84$ ), обучающихся в общеобразовательных школах г. Красногорска Московской области.

**Методы.** Исследование включало диагностический и экспериментальный этапы. На диагностическом этапе применялись тест смысложизненных ориентаций (СЖО) Д.А. Леонтьева, Анкета профессионального самоопределения Г.В. Резапкиной, опросник «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчаровой. В экспериментальной группе был проведен курс занятий по программе профориентационной и профессиональной направленности с применением артлоготерапевтических техник (8 занятий по 2 часа). Статистический анализ полученных результатов выполнялся с применением t-критерия Стьюдента.

**Результаты.** Реализация в рамках исследования программы «Творчество, профессия, смыслы», включающей в себя артлоготерапевтические техники, в экспериментальной группе привела к статистически значимому повышению уровня осмысленности жизни, возможности контролировать происходящее и принимать важные решения. Применение творческих техник помогло подросткам изменить представления об отдельных аспектах профессии, скорректировать свой первичный профессиональный выбор, а также повысить приоритет внутренней индивидуальной мотивации при выборе направления будущей трудовой деятельности.



**Выводы.** Артлоготерапия является эффективным методом, который может быть рекомендован для работы с подростками, направленной на формирование их профессиональной и смысложизненной ориентаций.

**Ключевые слова:** смысложизненные ориентации, профессиональные ориентации, артлоготерапия, образовательные практики, осмысленность, подростковый возраст

**Для цитирования:** Попова, Т.А. (2024). Артлоготерапия в образовательных практиках: становление профессиональной и смысложизненной ориентаций личности подростка. *Теоретическая и экспериментальная психология*, 17(2), 158–171. <https://doi.org/10.11621/TEP-24-18>

## Artlogotherapy in educational practices: formation of professional and life meaning orientations of adolescent personality

Tatyana A. Popova ✉

Federal Scientific Centre of Psychological and Multidisciplinary Research, Moscow, Russian Federation

✉ elenia2@yandex.ru

### Abstract

**Background.** Issues of adolescents' self-determination in the process of their formation are of particular importance, since their solution determines success and competitiveness in adulthood. In this regard, the development and implementation of programs aimed at research and formation of professional and life meaning orientations is in demand by the specialists in educational and psychological practice.

**Objective.** The study had its purpose to assess the effectiveness of artlogotherapeutic methods in the formation of professional and life meaning orientations of adolescent personality.

**Study Participants.** The study involved 50 adolescents (26 boys and 24 girls) aged 13 to 15 years ( $M$  age = 14.04;  $SD$  = 0.84) from the general education schools of Krasnogorsk (Moscow region).

**Methods.** The study consisted of diagnostic and experimental (forming) stages. The diagnostics included "Life Meaning Orientations Test" by D.A. Leontiev, "Questionnaire of professional self-determination" by G.V. Rezapkina, "Motives for choosing a profession" by R.V. Ovcharova. The experimental group was engaged into vocational guidance and professional orientation classes using artlogotherapy techniques (8 classes of 2 hours each). Student's  $t$ -test was implemented for the statistical analysis of obtained results.

**Results.** The implementation of the program "Creativity, profession, meanings" including artlogotherapy techniques in the experimental group led to a statistically significant increase in the level of life meaningfulness, the ability to control their life events and make important decisions. The use of creative techniques helped teenagers

to change their ideas about certain aspects of professional life, adjust their primary professional choice, and also increase the priority of internal individual motivation when choosing a future career.

**Conclusions.** Artlogotherapy is an effective method that can be recommended for practice with adolescents to develop their professional and life meaning orientations.

**Keywords:** life meaning orientations, professional orientations, artlogotherapy, teenagers

**For citation:** Popova, T.A. (2024). Artlogotherapy in educational practices: formation of professional and life meaning orientations of adolescent personality. *Theoretical and Experimental Psychology*, 18(4), 158–171. <https://doi.org/10.11621/TEP-24-18>

## Введение

Артлоготерапия — направление, которое объединяет две области в практике психологии — терапию творчеством и логотерапию. Теоретической основой для артлоготерапии являются труды по психологии искусства и педологии Л.С. Выготского (1984), психологии творчества А.А. Мелик-Пашаева (2023), по арт-терапии — Н. Роджерс (2015), А.И. Копытина (2015), по смысложизненной проблематике — В. Франкла (1990), В.Э. Чудновского (2015), Д.А. Леонтьева (2019). По мнению Л.С. Выготского, «именно в фантазиях подросток впервые нащупывает свой жизненный план. Его стремления и смутные побуждения отливаются в форму определенных образов. В фантазии он предвосхищает свое будущее, а следовательно, и творчески приближается к его построению и осуществлению» (Выготский, 1984, с. 219). Исследуя продукты творческого выражения, можно оценить возрастные и индивидуальные особенности развития личности, претерпевающей эволюцию в культурном пространстве исторического времени (Фомина, 2023, с. 157).

Обучение в школе играет немаловажную роль в пробуждении творческого мышления. Оно рождает свободу мысли, мотивации и даже, более того, «любовь к жизни на всю жизнь» (Баянова, Хамалтвалеева, 2022, с. 62). Формированию личности подростков способствуют не только сами образовательные практики, но и создаваемая учителем среда, в которой есть доверие, поддержка инициативности и открытости для творчества. Рефлексирующий учитель удовлетворяет потребности учеников в познании и творческом мышлении, оказывает значимое воздействие на развитие и становление смысложизненных и профессиональных ориентаций (Баянова, Хамалтвалеева, 2022). В.Э. Чудновский пишет о «ноологическом взрослении» как необходимом факторе становления личности, где смысложизненные ориентации играют значимую роль (Чудновский, 2015). Помимо этого, выбор профессиональной деятельности является для подростка зоной ответственности, и от того, как будет организован процесс знакомства с профессиями и изучение собственных индивидуальных особенностей и предпочтений, зависит, будет ли этот выбор конструктивным.

В связи с этим создание и реализация программ, которые могли бы помочь исследовать и сформировать профессиональные и смысложизненные ориента-

ции, весьма востребованы специалистами в образовательной и психологической практике. Для разработки таких программ могут быть использованы артлоготерапевтические техники, имеющие широкий спектр возможностей для исследования и поддержки процессов творчества и становления личности.

**Целью исследования** является изучение возможностей применения арт-логотерапии в образовательных практиках для становления профессиональной и смысложизненной ориентаций личности подростка.

### **Методы исследования**

Для диагностики смысложизненных ориентаций использовался «Тест СЖО Д.А. Леонтьева» (Леонтьев, 2000), для определения предпочитаемой профессиональной направленности — «Анкета профессионального самоопределения Г.В. Резапкиной» (Резапкина, 2007), для отслеживания эффективности профориентационной работы и оценки мотивов выбора профессиональной роли применялась методика «Мотивы выбора профессии» Р.В. Овчаровой (Овчарова, 1996). Исследование проводили в три этапа. На первом этапе проводилась диагностика с использованием описанных инструментов в контрольной и экспериментальной группах. На втором этапе психологи работали с участниками экспериментальной группы в рамках программы «Творчество, профессия, смыслы». Занятия проводились 2 раза в неделю в течение 4 недель. Были использованы групповая, тематическая, закрытая формы работы, основанной на принципах артлоготерапии. На третьем этапе в обеих группах осуществлялась повторная диагностика.

Курс занятий «Творчество, профессия, смыслы» включал в себя выполнение артлоготерапевтических методик, направленных на изучение представлений подростков о профессиональном и личностном развитии: «В мире профессий», «Я и моя будущая профессия», «Мои способности. Мои интересы», «Рюкзак. Что возмю в свой жизненный путь?», «Человек — Техника — Художественный образ — Знаковая система — Природа», «Драгоценность», «Я в профессии», «Дивергент», «Карта движения к профессии».

Для анализа нормальности распределения показателей, полученных в результате анкетирования в группах, использовался критерий Колмогорова — Смирнова. Сравнительный анализ данных, полученных в исследуемых группах до и после прохождения курса артлоготерапевтических занятий, проводился с использованием t-критерия Стьюдента для связанных выборок. T-критерий Стьюдента для несвязанных выборок применялся для межгруппового сравнительного анализа данных в экспериментальной и контрольной группах после проведения формирующего эксперимента.

### **Выборка**

В исследовании участвовали 50 подростков в возрасте 13–15 лет:

— 25 подростков — учащиеся восьмого класса общеобразовательной школы г. Красногорска (14 мальчиков и 11 девочек) — экспериментальная группа;

— 25 подростков — учащиеся восьмого класса общеобразовательной школы г. Красногорска (12 мальчиков и 13 девочек) — контрольная группа.

### Результаты исследования

Применявшиеся в рамках разработанной программы артлоготерапевтические техники были направлены на исследование смысложизненных ориентаций, а также изучение возможной профессиональной направленности личности. На Рисунке 1 представлены результаты работы участников экспериментальной группы с артлогоупражнением «Драгоценность». С ее помощью подростки смогли не только исследовать собственную уникальность, но и определить внутренние индивидуально значимые мотивы выбора будущей деятельности и выбрать способы реализации потребностей в профессии. Артлогоупражнение позволило подростку С. (14 лет) исследовать вопрос «Кто Я?» с помощью образа кубика Рубика (А). Через цвет и грани он смог изучить: самооценку, социальную, физическую, эмоциональную и когнитивную стороны своего Я. Это дало возможность понять свое профессиональное направление. На рисунке 1 (Б) старшеклассница А. (15 лет) через творческую деятельность, через свой рисунок прояснила для себя желание стать психологом — это реализация потребности дарить тепло и помогать людям, быть открытой и лечить души других.



Рисунок 1  
Примеры работ, выполненных в рамках артлогоупражнения «Драгоценность»

Figure 1  
Examples of artlogotherapy works in the exercise “Treasure”

Каждый участник создавал продукт творческой деятельности (рисунок), обсуждение которого давало возможность прояснить мотивы, смысложизненные ориентации и исследовать свои предпочтения в профессии.

Для оценки смысложизненных ориентаций был выполнен «Тест СЖО Д.А. Лентьева». Результаты, полученные в контрольной и экспериментальной группах,

представлены в Таблице 1. До начала эксперимента между группами отсутствовали статистически значимые различия в показателях осмысленности жизни ( $p > 0,05$ ).

**Таблица 1**

**Средние значения показателей, полученных по тесту СЖО в экспериментальной и контрольной группах до и после эксперимента (n = 50)**

Субшкалы теста СЖО	Среднее значение в экспериментальной группе до эксперимента	Среднее значение в экспериментальной группе после эксперимента	Среднее значение в контрольной группе до эксперимента	Среднее значение в контрольной группе после эксперимента	Максимальное значение (по методике)
1 Цели в жизни	25,56 ± 5,75	27,56 ± 6,08	25,48 ± 5,83	26,36 ± 4,53	42
2 Процесс жизни	30 ± 7,54	31,40 ± 6,24	30,40 ± 5,02	30,72 ± 5,66	42
3 Результативность жизни	25,68 ± 6,64	26,84 ± 4,82	30,4 ± 5,02	25 ± 4,26	35
4 Локус контроля — Я	20,72 ± 4,20	23,08 ± 2,93	21,92 ± 3,70	19,33 ± 5,7	28
5 Локус контроля — жизнь	29 ± 6,4	31,16 ± 6,47	29,64 ± 5,13	28,03 ± 3,2	42
6 Общий показатель осмысленности жизни	100,3 ± 19,65	107,9 ± 15,18	101,5 ± 16,96	101 ± 15	140

**Table 1**

**Mean values on the life meaning orientations test obtained in the experimental and control groups before and after the experiment (n = 50)**

Life meaning orientations test subscales	Mean value in experimental group before experiment	Mean value in experimental group after experiment	Mean value in control group before experiment	Mean value in control group after experiment	Maximum value (according to methodology)
1 Goals in life	25.56 ± 5.75	27.56 ± 6.08	25.48 ± 5.83	26.36 ± 4.53	42
2 Life process	30 ± 7.54	31.40 ± 6.24	30.40 ± 5.02	30.72 ± 5.66	42
3 Life performance	25.68 ± 6.64	26.84 ± 4.82	30.4 ± 5.02	25 ± 4.26	35
4 Locus of control — Self	20.72 ± 4.20	23.08 ± 2.93	21.92 ± 3.70	19.33 ± 5.7	28
5 Locus of control — Life	29 ± 6.4	31.16 ± 6.47	29.64 ± 5.13	28.03 ± 3.2	42
6 Overall measure of life meaningfulness	100.3 ± 19.65	107.9 ± 15.18	101.5 ± 16.96	101 ± 15	140

В экспериментальной группе были обнаружены статистически значимые различия между значениями показателей «Локус контроля — Я» ( $t = 4,411$ ;  $p = 0,0002$ ) и «Общий показатель осмысленности жизни» ( $t = 3,336$ ;  $p = 0,003$ ) до и после эксперимента (Таблица 2). После прохождения программы «Творчество, профессия, смыслы» значения показателей в этой группе были выше по сравнению с полученными до проведения эксперимента.

**Таблица 2**

**Результаты сравнительного анализа показателей «Теста СЖО» в экспериментальной группе до и после эксперимента (n = 25)**

	Субшкалы теста СЖО	Значение <i>t</i> -критерия Стьюдента	Значение <i>p</i>
1	Цели в жизни	2,218	0,036
2	Процесс жизни	1,233	0,230
3	Результативность жизни	1,178	0,250
4	Локус контроля — Я	4,411	<b>0,0002</b>
5	Локус контроля — жизнь	1,978	0,06
6	Общий показатель осмысленности жизни	3,336	<b>0,003</b>

**Table 2**

**Results of comparative analysis of the “Life meaning orientations Test” indicators in the experimental group before and after the experiment (n = 25)**

	Life meaning orientations test subscales	Student’s <i>t</i> -test value	<i>p</i> value
1	Goals in life	2.218	0.036
2	Life process	1.233	0.230
3	Life Performance	1.178	0.250
4	Locus of Control — Self	4.411	<b>0.0002</b>
5	Locus of control — life	1.978	0.06
6	Overall measure of meaningfulness of life	3.336	<b>0.003</b>

Сравнение результатов диагностики контрольной и экспериментальной групп после окончания программы выявило наличие статистически значимых различий по показателям «Локус контроля — жизнь» ( $t = 4,411$ ;  $p = 0,0002$ ). Это свидетельствует о том, что работа с арт-терапевтическими и артлоготерапевтическим методиками позволила старшеклассникам ощутить большую управляемость жизнью, возможность принимать решения и реализовывать их (Таблица 3).

**Таблица 3**

**Результаты сравнительного межгруппового анализа показателей теста СЖО экспериментальной и контрольной групп после эксперимента (n = 25)**

	Субшкалы теста СЖО	Значение <i>t</i> -критерия Стьюдента	Значение <i>p</i>
1	Цели в жизни	0,792	0,432
2	Процесс жизни	0,404	0,688
3	Результативность жизни	1,430	0,159
4	Локус контроля — Я	1,635	0,108
5	Локус контроля — жизнь	2,887	<b>0,006</b>
6	Общий показатель осмысленности жизни	1,621	0,115

**Table 3**  
**Results of comparative analysis of the “Life meaning orientations Test” indicators in the experimental and control groups after the experiment (n = 25)**

	Life meaning orientations test subscales	Student’s t-test value	p value
1	Goals in life	0.792	0.432
2	Life process	0.404	0.688
3	Life Performance	1.430	0.159
4	Locus of Control — Self	1.635	0.108
5	Locus of control — life	2.887	<b>0.006</b>
6	Overall measure of meaningfulness of life	1.621	0.115

При оценке профориентационных показателей с помощью анкеты профессионального самоопределения Г.В. Резапкиной выявлено изменение параметров «выбор будущей профессии», «выбор уровня образования», «ведущая мотивация», «выбор сферы труда», «вид труда», «средства труда», «условия труда» и «профиль обучения». В рамках проведения программы «Творчество, профессия, смыслы» целенаправленная работа с такими параметрами, как вид, средства, условия труда, а также профиль обучения, не проводилась. В связи с тем, что методика является отчасти качественной, провести серьезные статистические исследования по ней не представляется возможным, поскольку изменение выбора можно закодировать лишь в 2 знака или цифры (есть изменение / нет изменения), тогда как диапазон реальных изменений намного шире.

**Таблица 4**  
**Сравнение частоты изменения ответов респондентов в экспериментальной и контрольной группах по результатам повторной диагностики (n = 50)**

	Участники экспериментальной группы, изменившие или дополнившие выбор (чел., %)	Участники контрольной группы, изменившие или дополнившие выбор (чел., %)
Выбор будущей профессии	13 (52%)	1 (4%)
Выбор уровня образования	8 (32%)	2 (8%)
Ведущая мотивация	11 (44%)	4 (16%)
Выбор сферы труда	12 (48%)	3 (12%)
Вид труда	11(44%)	10 (40%)
Средства труда	13 (52%)	11 (44%)
Условия труда	14 (56%)	14 (56%)
Профиль обучения	11 (44%)	9 (36%)
<b>Всего подростков</b>	<b>25 (100%)</b>	<b>25 (100%)</b>

Однако, сравнительный анализ ответов на вопросы анкеты (по результатам первичной и повторной диагностики) показал, что в экспериментальной группе большинство респондентов дополнили или изменили выбор, касающийся будущей профессии (52%), уровня образования (32%), ведущей мотивации (44%), сферы (48%), вида (44%), средства (52%), условий труда (56%) и профиля обучения (44%). При этом в контрольной группе изменения наблюдались у меньшего количества участников (Таблица 4).

**Table 4**  
**Comparison of frequency of change of respondents' answers in the experimental and control groups (n = 50)**

	Participants of the experimental group who changed or supplemented the choice (people, %)	Participants of the control group who changed or supplemented the choice (people, %)
Choice of future profession	13 (52%)	1 (4%)
Choice of education level	8 (32%)	2 (8%)
Leading motivation	11 (44%)	4 (16%)
Choice of labor sphere	12 (48%)	3 (12%)
Type of labor	11(44%)	10 (40%)
Means of labor	13 (52%)	11 (44%)
Working conditions	14 (56%)	14 (56%)
Training profile	11 (44%)	9 (36%)
<b>Total number of adolescents</b>	25 (100%)	25 (100%)

**Таблица 5**  
**Средние значения показателей по шкалам опросника «Мотивы выбора профессии» в экспериментальной и контрольной группе до и после эксперимента (n = 50)**

Мотивы выбора профессии	Среднее значение в экспериментальной группе до эксперимента	Среднее значение в экспериментальной группе после эксперимента	Среднее значение в контрольной группе до эксперимента	Среднее значение в контрольной группе после эксперимента	Максимальное значение (по методике)
1 Внутренние индивидуально значимые мотивы	14,36 ± 3,23	14,72 ± 3,34	12,32 ± 3,24	11,84 ± 4,44	25
2 Внутренние социально значимые мотивы	6,84 ± 2,13	4,24 ± 3,19	6,64 ± 2,23	4,28 ± 4,08	25
3 Внешние положительные мотивы	17,4 ± 2,65	16,92 ± 3,80	17,4 ± 2,66	17,08 ± 3,05	25
4 Внешние отрицательные мотивы	11,68 ± 4,60	8,96 ± 4,48	13,48 ± 5,87	13,48 ± 5,87	25

Сравнение показателей по шкалам опросника «Мотивы выбора профессии» контрольной и экспериментальной групп до проведения эксперимента показало отсутствие статистически значимых различий. Преобладающими в обеих группах были внешние положительные мотивы, к которым относятся уровень заработка, возможность карьерного роста, престиж профессии (Таблица 5).

Table 5

Mean values of the indicators on the scales of the questionnaire “Motives for choosing a profession” in the experimental and control groups before and after the experiment (n = 50)

	Motives for choosing a profession	Mean value in experimental group before experiment	Mean value in experimental group after experiment	Mean value in control group before experiment	Mean value in control group after experiment	Maximum value (according to methodology)
1	Internal individually significant motives	14.36 ± 3.23	14.72 ± 3.34	12.32 ± 3.24	11.84 ± 4.44	25
2	Internal socially significant motives	6.84 ± 2.13	4.24 ± 3.19	6.64 ± 2.23	4.28 ± 4.08	25
3	External positive motives	17.4 ± 2.65	16.92 ± 3.80	17.4 ± 2.66	17.08 ± 3.05	25
4	External negative motives	11.68 ± 4.60	8.96 ± 4.48	13.48 ± 5.87	13.48 ± 5.87	25

Сравнение результатов в экспериментальной группе до и после эксперимента показало наличие статистически значимых различий между значениями показателя «внутренние индивидуально значимые мотивы» ( $t = 2,935$ ;  $p = 0,007$ ) (Таблица 6). Полученный результат свидетельствует о том, что в группе, где проводилась программа, произошло повышение приоритета внутренней индивидуально значимой мотивации.

Таблица 6

Результаты сравнительного анализа показателей мотива выбора профессии в экспериментальной группе до и после эксперимента (n = 25)

	Мотивы выбора профессии	Значение <i>t</i> -критерия Стьюдента	Значение <i>p</i>
1	Внутренние индивидуально значимые мотивы	4,931	< 0,001
2	Внутренние социально значимые мотивы	1,897	0,070
3	Внешние положительные мотивы	0,445	0,660
4	Внешние отрицательные мотивы	1,890	0,071

**Table 6**

**Results of comparative analysis of indicators of the motives for choosing a profession in the experimental group before and after the experiment (n = 25)**

	<b>Motives for choosing a profession</b>	<b>Student's <i>t</i>-test value</b>	<b><i>p</i> value</b>
1	Internal individually significant motives	4.931	< <b>0.001</b>
2	Internal socially significant motives	1.897	0.070
3	External positive motives	0.445	0.660
4	External negative motives	1.890	0.071

**Таблица 7**

**Результаты сравнительного межгруппового анализа показателей мотива выбора профессии в экспериментальной и контрольной группах после эксперимента (n = 50)**

	<b>Мотивы выбора профессии</b>	<b>Значение <i>t</i>-критерия Стьюдента</b>	<b>Значение <i>p</i></b>
1	Внутренние индивидуально значимые мотивы	4,369	<b>0,0002</b>
2	Внутренние социально значимые мотивы	2,890	<b>0,008</b>
3	Внешние положительные мотивы	0,686	0,499
4	Внешние отрицательные мотивы	3,180	<b>0,004</b>

**Table 7**

**Results of comparative analysis of indicators of the motives for choosing a profession in the experimental and control group after the experiment (n = 50)**

	<b>Motives for choosing a profession</b>	<b>Student's <i>t</i>-test value</b>	<b><i>p</i> value</b>
1	Internal individually significant motives	4.369	<b>0.0002</b>
2	Internal socially significant motives	2.890	<b>0.008</b>
3	External positive motives	0.686	0.499
4	External negative motives	3.180	<b>0.004</b>

При межгрупповом сравнении результатов диагностики после проведения эксперимента были выявлены статистически значимые различия в значениях показателей «Внутренние индивидуально значимые мотивы» ( $t = 4,369$ ;  $p = 0,0002$ ), «Внутренние социально значимые мотивы» ( $t = 2,890$ ;  $p = 0,008$ ), «Внешние отрицательные мотивы» ( $t = 3,180$ ;  $p = 0,004$ ) (Таблица 7). Благодаря участию в программе, у участников экспериментальной группы, по сравнению с контрольной,

значимость индивидуальных и социально значимых мотивов, которые связаны с реализацией в профессии собственных потребностей в творческой реализации, общении с людьми, была выше. В то же время, в контрольной группе большую значимость имели внешние отрицательные мотивы. То есть респонденты из этой группы, не имевшие возможности участвовать в программе, в меньшей степени при выборе профессии руководствуются своими предпочтениями, а в большей — обращают внимание на наличие внешнего контроля.

### **Обсуждение результатов**

Полученные в ходе исследования результаты свидетельствуют о том, что применение арт-терапевтических и артлоготерапевтических практик может оказывать значимое влияние на формирование и становление профессиональной и смысложизненной ориентаций личности подростка. Такой эффект обусловлен влиянием творчества на когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты структуры СЖО (Молчанова, 2021). Выражение себя и развитие творческого потенциала позволило участникам программы обрести большую уверенность в своих силах, убедиться в собственной уникальности, а также задуматься о смысле жизни и выбрать стратегии для его реализации. В процессе создания и обсуждения творческих работ, связанных с профориентационной тематикой, старшеклассники имели возможность знакомиться с различными направлениями деятельности, исследовать и определять собственную траекторию профессионального развития. Прохождение программы позволило им иначе взглянуть на выбор профессии, определить подходящие для себя сферы труда и уровень образования, изменить или дополнить источники мотивации для реализации в профессиональной сфере. На наш взгляд, это удалось благодаря тому, что у подростков существовала проблема корректного соотношения собственных потребностей и личностных способностей, особенностей выбираемых профессий, возможностей для самореализации (Ковалева, 2020, Молчанова, 2021). Участие в групповой работе имело дополнительные преимущества (Подольская, Чувальская, 2020). Опираясь на полученные знания, опыт других, участники имели возможность понять собственные возможности, поставить осуществимые профессиональные цели и выбрать шаги для их достижения.

### **Выводы**

Реализация в рамках исследования программы «Творчество, профессия, смыслы», включающей в себя артлоготерапевтические техники, в экспериментальной группе привела к статистически значимому повышению осмысленности жизни, возможности контролировать происходящее и принимать важные решения. Групповая творческая работа помогла подросткам изменить представления об отдельных аспектах профессии, скорректировать свой выбор, а также повысить приоритет внутренней индивидуальной мотивации при выборе будущей трудовой деятельности.

## Практическое применение

Результаты исследования могут быть использованы специалистами, консультирующими подростков по вопросам профессиональной ориентации и смысла жизни, в образовательной и психологической работе.

## Список литературы

Баянова, Л.Ф., Хаматвалеева, Д.Г. (2022). Обзор зарубежных исследований творческого мышления в психологии развития. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, (2), 51–72.

Выготский, Л.С. (1984). Педология подростка. Собрание сочинений: в 6 т. Т. 4. Москва: Педагогика.

Ковалева, И.С. (2020). Арт-техники как инструмент ранней профориентации. *Инновационная научная современная академическая исследовательская траектория*, 1(1), 80–86.

Копытин, А.И. (2015). Современная клиническая арт-терапия. Учебное пособие. Москва: Когито-Центр.

Леонтьев, Д.А. (2019). Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. Москва: Смысл.

Леонтьев, Д.А. (2000). Тест смысложизненных ориентации (СЖО): 2-е изд. Москва: Смысл.

Мелик-Пашаев, А.А. (2023). О пластической составляющей искусства. *Национальный психологический журнал*, 18(3), 46–54.

Молчанова, Е.А. (2021). Арт-терапия в поиске жизненных смыслов. *Вестник Удмуртского университета. Серия: Философия. Психология. Педагогика*, 31(4), 435–445.

Овчарова, Р.В. (1996). Справочная книга школьного психолога. Москва: Просвещение.

Подольская, И.А., Чувальская, А.В. (2020). Ресурсы арттерапии в гармонизации психического состояния обучающихся старших классов. *Вестник Калужского университета. Серия 1. Психологические науки. Педагогические науки*, 3(1), 26–34.

Резапкина, Г.В. (2007). Секреты выбора профессии, или Путеводитель выпускника. Москва: Генезис.

Роджерс, Н. (2015). Творческая связь. Исцеляющая сила экспрессивных искусств. Москва: Манн, Иванов и Фербер.

Фомина, Н.Н. (2023). Изучение детского рисунка как явления художественной культуры. *Национальный психологический журнал*, 18(3), 156–165.

Франкл, В. (1990). Человек в поисках смысла. Москва: Прогресс.

Чудновский, В.Э. (2015). К вопросу о необходимости учебного курса формирования смысложизненных ориентаций старшеклассников. *Вестник МГОУ. Серия: Психологические науки*, (1), 66–72.

## References

Bayanova, L.F., Hamatvaleeva, D.G. (2022). Review of foreign studies of creative thinking in developmental psychology. *Vestnik Moskovskogo Universiteta. Seriya 14. Psikhologiya (Lomonosov Psychology Journal)*, (2), 51–72.

Chudnovsky, V.E. (2015). To the question of the necessity of a training course for the formation of meaning-life orientations of high school students. *Vestnik MGOU. Seriya: Psikhologicheskie nauki (Bulletin of MSRU. Series: Psychological Sciences)*, (1), 66–72.

Fomina, N.N. (2023). Study of children's drawing as a phenomenon of artistic culture. *Natsional'nyi Psikhologicheskii Zhurnal (National Psychological Journal)*, 18(3), 156–165.

Frankl, V. (1990). *Man in search of meaning*. Moscow: Progress.

Kovaleva, I.S. (2020). Art-techniques as a tool for early career guidance. *Innovatsionnaya Nauchnaya Sovremennaya Akademicheskaya Issledovatel'skaya Traektoriya (Innovative Scientific Modern Academic Research Trajectory)*, 1(1), 80–86.

Kopytin, A.I. (2015). *Modern clinical art therapy. Study guide*. Moscow: Cogito-Centre.

Leontiev, D.A. (2019). *Psychology of meaning: nature, structure and dynamics of meaning reality*. Moscow: Smysl.

Leontiev, D.A. (2000). *Test of sense-life orientations: 2nd ed.* Moscow: Smysl.

Melik-Pashaev, A.A. (2023). On the plastic component of art. *Natsional'nyi psikhologicheskii zhurnal (National Psychological Journal)*, 18(3), 46–54.

Molchanova, E.A. (2021). Art therapy in the search for life meanings. *Vestnik Udmurtskogo Universiteta. Seriya: Filosofiya. Psikhologiya. Pedagogika. (Bulletin of Udmurt University. Series: Philosophy. Psychology. Pedagogy)*, 31(4), 435–445.

Ovcharova, R.V. (1996). *Reference book of the school psychologist*. Moscow: Prosveshchenie.

Podolskaya, I.A., Chuvalskaya, A.V. (2020). Art therapy resources in harmonising the mental state of high school students. *Bulletin of Kaluga University. Series 1. Psychological Sciences. Pedagogical sciences*, 3(1), 26–34.

Rezapkina, G.V. (2007). *Secrets of choosing a profession, or Guidebook of a graduate*. Moscow: Genesis.

Rogers, N. (2015). *Creative connection. The healing power of expressive arts*. Moscow: Mann, Ivanov and Ferber.

Vygotsky, L.S. (1984). *Pedology of the adolescent*. Moscow: Pedagogy.

## ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРЕ

**Татьяна Анатольевна Попова**, кандидат психологических наук, старший научный сотрудник лаборатории консультативной психологии и психотерапии Федерального научного центра психологических и междисциплинарных исследований, Москва, Российская Федерация, elenia2@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-8772-8990/>

## ABOUT THE AUTHOR

**Tatiana A. Popova**, Cand. Sci. (Psychology), Senior Researcher, Laboratory of Counseling Psychology and Psychotherapy, Federal Scientific Centre of Psychological and Multidisciplinary Research, Moscow, Russian Federation, elenia2@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-8772-8990/>

Поступила: 06.02.2024; получена после доработки: 23.03.2024; принята в печать: 10.05.2024.  
Received: 06.02.2024; revised: 23.03.2024; accepted: 10.05.2024.