

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/6424>

**Тип работы:** Дипломная работа

**Предмет:** Психология

Оглавление

Введение 3

1 Проблемы исследования эмоциональных нарушений в кризис среднего возраста в психологии. 5

1.1 Эмоциональные нарушения человека в кризис среднего возраста 5

1.2 Виды эмоциональных нарушений у человека в кризис среднего возраста. 10

1.3 Психологический метод коррекции эмоциональных нарушений Арт-терапией (изобразительные искусства) в кризис среднего возраста. 13

2. Экспериментальная работа по изучению коррекции эмоциональных нарушений у человека в кризис среднего возраста. 19

2.1 Организация и метода исследования. Результаты первичного исследования. 19

2.2 Система занятий направленных на коррекции эмоциональных нарушений человека в кризис среднего возраста с использованием метода Арт-терапии (ИЗО). 23

2.3 Анализ результатов в коррекции эмоциональных нарушений человека в кризис среднего возраста. 27

Заключение 47

Список литературы 48

Введение

В последнее время широкий интерес вызывает проблема возрастных кризисов, в частности кризиса среднего возраста. Одна из особенностей развития взрослого человека состоит в том, что он в процессе жизненного пути реализует себя в различных сферах и видах деятельности, в разной степени являясь их субъектом. Развитие человека как индивида, личности, субъекта деятельности и индивидуальности неизбежно содержит в себе периоды стабильности и периоды трансформации, изменения системы — кризисы. В кризисные периоды развития осуществляются уровневые и структурные перестройки в различных подструктурах человека, отражающиеся в его эмоциональном состоянии, поведении, системе отношений, самосознании в целом — возникает особая симптоматика возрастного кризиса, составляющая его психологическое содержание. Кризисы развития в подавляющем большинстве концепций характеризуются тем, что изменения, происходящие в них, являются не парциальными, а тотальными, затрагивающими личность и ее жизненный путь в целом.

Кризис среднего возраста - центральный кризис жизненного цикла человека. В этот период человек сталкивается с биологическими, психологическими и социокультурными признаками того, что половина жизни уже прошла, сталкивается с изменением в семейных ролях и профессиональном статусе, с растущим осознанием собственной смертности. Вопрос о нормативности кризиса среднего возраста все еще остается дискуссионным. Как зарубежные, так и отечественные авторы отмечают, что он не обязателен для всех индивидов. Середина жизни может рассматриваться и очень позитивно, как время «расцвета», когда преодолены многие из проблем ранней взрослости, присутствуют необходимые опыт, знание своих возможностей, средства. Поэтому изучение причин и проявлений кризисов зрелого человека - актуальная и значимая проблема.

Цель: изучение эмоциональных нарушений у человека в кризис среднего возраста и возможных путей коррекции.

Объект: Арт-терапия как средство коррекции при эмоциональных нарушениях человека в кризис среднего возраста.

Предмет: Способы, средства и возможности Арт-терапии в коррекции негативных эмоциональных состояний у человека в кризис среднего возраста.

Гипотеза. Использование системы занятий арт-терапией способствует коррекции негативных эмоциональных состояний у человека в кризис среднего возраста.

Задачи:

Изучить литературу по проблеме исследования.

Выделить эмоциональные нарушения, которые встречаются у человека в кризис среднего возраста  
Подобрать диагностический инструментарий для выделения эмоциональных нарушений у человека в кризис среднего возраста.

Апробировать систему Арт-терапевтических занятий и выявить эффективность их применения в коррекции эмоциональных нарушений у человека с кризисом среднего возраста.

Методы:

- Анализ теоретических источников проблемы.
- Сбор эмпирических данных
- Метод психокоррекции
- Метод наблюдения
- Методы количественной и качественной обработки.

Структура работы

Работа состоит из ведения двух глав, выводов, заключения, списка литературы.

1Проблемы исследования эмоциональных нарушений в кризис среднего возраста в психологии.

1.1Эмоциональные нарушения человека в кризис среднего возраста

Рассуждения о кризисе среднего возраста можно найти в монографиях швейцарского психиатра Карла Густава Юнга и отечественного психолога Льва Выготского. Оба отмечали, что на определенном жизненном этапе человеку свойственно задумываться над переоценкой ценностей. В середине прошлого столетия крупнейший американский социопсихолог Дэниел Левинсон определил кризис середины жизни как «состояние глубокого физиологического и психологического стресса». А вот официальный терминологический статус «кризис среднего возраста» получил только благодаря канадскому психологу Жаку Эллиоту, который впервые употребил его в 1965 году. [2, с. 78]

Протекание кризиса средних лет описывается по-разному, но большинство специалистов соглашаются с этапами, предложенными американским и швейцарским аналитиком Мюрреем Стайном. Условно их можно назвать «смертью», «переосмыслением» и «возрождением».

На первом этапе у человека появляется ощущение безвозвратной утраты, которая может быть связана, например, с потерей родителей. На втором – возникает неуверенность, которая сопровождается многочисленными вопросами об эффективности прожитых лет и попытками осознать своё место в жизни. На третьем – обретается новый смысл.

Психологи не берутся определить границы этапов, предостерегая: если человек неэффективно проживает кризис, этапы-состояния могут возвращаться. Особенное внимание рекомендуется уделять второму этапу: поиски ответов и формирование нового сознания требуют времени. Без гендерной принадлежности И Юнг, и Выготский, и Левинсон считали, что кризис среднего возраста – проблема преимущественно мужская. Но современная наука стирает гендерные стереотипы. Кризис среднего возраста больше не является исключительно мужской прерогативой. Исследователь особенностей переходных моментов в жизни человека, доктор наук Дэн Джонс считает, что протекает кризис у мужчин и женщин по-разному. В то время как мужчины преимущественно оценивают уровень успешности через профессиональные достижения, женщины делают ставку на личные отношения и собственную состоятельность в роли жены и матери. [12, с. 78] Правда, и женщинам, посвятившим себя семье, зачастую не удастся избежать кризиса. Утрата былой привлекательности – еще одна причина появления кризиса средних лет, причем не только среди женщин. Когда ожидать?

Если Юнг и Выготский давали весьма размытые возрастные границы кризиса (от 35 до 60 лет), то Левинсон, активно изучавший различные возрастные кризисы, ограничивал временные рамки. Он считал, что кризис возникает «на стадии перехода в среднюю взрослость», которая наступает в 40-45 лет. В современном мире через «midlife crisis» проходят как мужчины, так и женщины в возрасте от 25 до 50 лет, при этом в России, где продолжительность жизни меньше, чем в Европе, большая часть населения проходит через кризис среднего возраста в 30-40 лет.

Большинство современных психологов считают, что все без исключения люди переживают кризис среднего возраста. Просто темпераментные и склонные к рефлексии люди проходят через этот период более болезненно, в то время как другие его вообще не замечают. Современная наука вообще предпочитает не употреблять термин "кризис", называя это "переходным периодом", поскольку данный период может сопровождаться как серьезной депрессией, так и значительным личностным ростом. Американский психолог Джоан Шерман, например, уверена, что путь, который после кризиса выберет человек, зависит от

многочисленных факторов, в том числе от поддержки близких людей. Ученые из тель-авивского университета во главе с Карло Штрэнгером убеждены, что средний возраст – момент, когда должно открыться «второе дыхание». Это время прекрасно подходит для саморазвития, постановки новых целей и реального их исполнения. Израильские ученые опровергают мнение о том, что возможности мозга 40-летнего человека начинают ухудшаться. Именно в этом возрасте жизнь может быть полна богатыми событиями и занятиями, на которые раньше просто не было времени.

Преодолеть кризис, по мнению профессора Штрэнгера, поможет осознание возможности улучшить свою жизнь, построение личных планов, познание самого себя и поиск сильных сторон, которые, впрочем, могут не соответствовать ожиданиям окружающих. Наконец, победить кризис сможет тот, кто не боится трудностей и руководствуется при выборе нового пути собственным опытом и знаниями, а не слепыми амбициями. Джеймс Холлис в своей книге «Перевал в середине пути» говорит об уникальной возможности, которую получает человек. Она позволяет сделать вторую часть жизни более захватывающей и интересной. [1, с. 8]

Нарушение аппетита, сонливость, чувство безнадежности и пессимизма, раздражительность и тревожность, чувство вины, потеря интереса к происходящему – именно эти симптомы могут свидетельствовать о начале кризиса среднего возраста. Мысли об иллюзорности прожитой жизни, о нереализованных замыслах, ненайденном призвании, о том, что большая часть жизни осталась в прошлом приводят к унынию, опустошенности, жалости к себе и прочим негативным эмоциональным переживаниям. Современные отечественные и зарубежные психологи дают разные описания путей выхода из кризиса, при этом большинство уверены, что подготовиться к кризису можно заблаговременно. Здоровое питание, полноценный активный отдых, новое хобби – все это может помочь достойно перенести «удар». Учитывая, что возрастные рамки наступления кризиса чрезвычайно размыты, подготовку следует начинать еще в подростковом возрасте.

Основной сложностью кризиса среднего возраста у семьянина является зависимость других членов семьи от его состояния. У человека страдает работа, не ладится в личной жизни. Чтобы преодолеть такой непростой период, нужно заблаговременно к нему подготовиться. Изначально следует распознать типичные причины формирования нарушений в мужском организме. Кризис среднего возраста — недуг беспощадный. Статистика гласит, что он настигает каждого второго представителя сильного пола в возрасте после тридцати лет. Но самое неприятное в том, что такое состояние влияет и на семью человека. Надеяться, что проблема обойдет стороной, не стоит. Ведь этот период по праву признан неизбежным в жизни каждого мужчины, невзирая на финансовое положение и эмоциональное состояние.

В результате возникает психологический и физиологический дисбаланс. Все проблемы одновременно сваливаются на человека, который находится на высокой ступени развития собственных способностей и сил. Это ставит человека в тупиковое положение. Он не может здраво рассуждать и оценивать сложившееся положение. В итоге часто начинается глубокая депрессия. Человек заполняет свою жизнь чем-то суетным, добавляя себе дополнительных проблем. Как правило, это и есть проявление кризиса среднего возраста, который наступает примерно в 30-40 лет. [2, с. 78]

В результате на фоне сильных переживаний он начинает расставлять приоритеты иначе, стремится изменить собственные планы, либо вовсе восприятие мира. По статистике, именно в такой период чаще всего происходят нервные срывы, разводы, самоубийства. Кризис среднего возраста беспощадно поражает мужчин. С женщинами все иначе. Если они успешно себя реализовали как мамы, то понимают, что жизнь действительно прожита не зря. В мужском понимании родительский инстинкт здесь — вовсе не аргумент. Кризис среднего возраста пагубно сказывается на эмоциональном, психологическом, а также физическом состоянии. Но первым делом следует устранять именно психологические нарушения. Тогда и физическое состояние наладится.

Достаточно просто определить эмоциональные нарушения вследствие кризиса. Это проявляется внешним видом и особенностями поведения. У человека часто плохое настроение, когда он приходит домой. Мужчина становится молчаливым, разговаривать не желает. Порой он агрессивен. Становится сложно заснуть, проявляется раздражительность, постоянные перепады настроения, частая разбитость и усталость. В такой момент возникает желание кардинально изменить свою жизнь. Многие в данный период ведут себя непредсказуемо, у них возникает желание стать кем-нибудь особенным. Нередко мужчины меняют гардероб, стараются выглядеть стильно. В разговоре они употребляют молодежный жаргон и пристально заглядываются на более юных особ, воспринимая жену как раздражающий фактор. На супруге мужчина начинает срыть свою агрессию и злость. Он постоянно ее упрекает, высказывает свои недовольства в грубой форме, иногда рукоприкладствует. В таком состоянии мужчина способен на

непредсказуемые, несвойственные ему поступки. Он и сам от себя порой не ожидает некоторых действий. Человек попросту срывается. Он в панике стремится в корне изменить собственную жизнь и постоянно впадает в какие-то крайности. Стремится доказать и себе, и окружающим, что способен на многое. Зачастую в такой период некоторые мужчины уходят в глубокие и длительные запои. Некоторых настигает депрессия. Они не видят выхода из сложившейся ситуации и целенаправленно разрушают семью. В кризис среднего возраста человек непредсказуем, и последствия могут быть разными, вплоть до самых худших. Следует понимать, что такое состояние, невзирая на неизбежность и сложность, не вечно. Это нужно осознать и пережить спокойно. Ведь если постараться, то и мысли, и поступки можно обуздать. Но действовать нужно не произвольно. Необходимо тщательно обдумывать каждый шаг. Между тем, недостаточно распознать симптоматику кризиса среднего возраста. Базовые действия должны быть ориентированы на преодоление данного периода. Немаловажно, чтобы у человека была надежная поддержка. Понимание и терпение наряду с помощью в поиске новых ориентиров в жизни станут идеальной моделью поведения, которая поможет преодолеть возникшее состояние. Ни в коем случае мужчине не стоит избегать проблемы, не предпринимая попыток решить все. Собственные переживания нельзя заглушать спиртным, компьютерными играми или наркотиками. Это лишь усугубит ситуацию. Женщине, которая хочет поддержать мужчину, не стоит лить слезы. Необходимо просто показать, что в действительности все в порядке. От мужчины нельзя ничего требовать. Угрожать ему нецелесообразно. Упреки также неуместны. Мужчину нужно попросту окружить заботой, любовью, продемонстрировать, как он дорог и как важен в жизни женщины. Все это следует показывать действиями и поступками. Только правильная психологическая поддержка поможет с минимальной болезненностью и максимально быстро пережить этот злополучный кризис среднего возраста. Жизнь человека полна приятных и весьма интересных моментов. Но она слишком коротка, чтобы быть растроченной на тоску и депрессивное состояние. Нужно ценить каждый миг жизни, наслаждаясь ее неповторимостью

#### 1.2 Виды эмоциональных нарушений у человека в кризис среднего возраста.

Этот период часто называют переломным, так как после него человек очень сильно меняется: меняются вкусы, взгляды на жизнь и привычки. Многие из того, что раньше нравилось и приносило радость - может вызывать нейтральную реакцию или даже апатию, когда то, что раньше было безразличным или даже не нравилось - может начать нравиться.

Довольно часто кризис среднего возраста меняет жизнь человека, в результате новых вкусов, предпочтений и «поисков себя» у человека может кардинальным образом поменяться круг общения, человек может сменить работу без веских на то оснований, хотя он или она проработали на ней достаточно большое количество времени и условия труда были достойными.

Наверное, самым серьёзным последствием кризиса среднего возраста является разрушенная семья, когда супруг или супруга, в период кризиса среднего возраста, уходят из семьи по причине нелюбви к своей второй половине, и усталости от семейной жизни. Женщины заводят любовников, а мужчины любовниц. Из-за этого очень сложно сохранить семью и поэтому большое количество семей распадаются по этой причине. Исходя из всего вышесказанного, можно сделать вывод, что кризис среднего возраста - это эмоционально-психологический личностный конфликт, который происходит в среднем возрасте, приблизительно в 40 лет.

Одной из основополагающих причин кризиса среднего возраста - являются несбывшиеся планы и мечты молодости. Каждый человек в молодости планирует свою жизнь и, конечно же, видит её идеальной. Но через 10-15 лет, когда жизнь плавно начинает переходить «в старость», к этому времени мужчины и женщины понимают: ведь то, что у них есть на данный момент, это не совсем то о чём они мечтали, а учитывая, что уже почти 40 лет, то «яркий период жизни» уже прошёл и осознавать это очень печально. Именно это является главной причиной данного кризиса и, исходя из этой главной причины, вытекают все второстепенные. [4, с. 78]

Первая причина кризиса среднего возраста - это желание догнать и перегнать, то есть осуществить всё то, о чём хотелось в юности и молодости. Именно поэтому некоторые девушки и мужчины начинают вести активный образ жизни: ходить в различные развлекательные заведения, искать приключений, а в некоторых случаях «ходить налево».

Ещё одной причиной кризиса среднего возраста является желание всё изменить в своей жизни, причём данное желание частенько идёт вразрез здравому смыслу.

Желание доказать свою молодость - следующая причина кризиса среднего возраста. В этот период мужчины и женщины начинают «стареть», и это откладывает очень негативный отпечаток на подсознание, а ведь так хочется остановить время и оставаться молодыми. По этой причине люди начинают, как говорят

в народе «молодиться», женщины отдают предпочтение ярким и откровенным нарядам, тем самым привлекая внимание мужчин. Мужчины же одежде уделяют не так много внимания, они предпочитают в это время доказывать себе свою молодость и то, что ещё есть порох в пороховницах - общением с молодыми девушками.

Кризис среднего возраста - это психологическая проблема, у которой есть чётко выраженные симптомы - признаки:

Наличие изменений в поведении;

Замкнутость или отдалённость человека от близких;

Депрессия, чувство подавленности и душевной опустошённости;

Конфликтность, оппозиционность, апатия;

Смена ценностей, духовных приоритетов и изменение вкусов;

Обвинения в том, что он стал другим - видит во всех окружающих, но не в себе.

Различные симптомы, играют решающую роль в том, как будет внешне проявляться данное состояние:

Склонность субъекта игнорировать положительное мнение окружающих о нем и его жизненных ценностей.

Человек всячески отказывается от каких-либо достигнутых в жизни результатов, считая их совершенно незначительными. Выраженная жалость к самому себе, чувство отсутствия каких-либо желаний и целей, внутреннее опустошение. Субъект начинает видеть в социальных статусах, например, в браке и карьерном росте, исключительно отрицательные стороны, характеризуя их как «жизненные ловушки», ставшие причиной его несовершенства. Внезапное формирование депрессии, которая может проявляться абсолютной утратой интереса к вещам и занятиям, которые ранее занимали важное место в жизни субъекта. Внезапная перемена в личностных ценностях индивидуума, кардинальная смена круга общения. Постоянные жалобы на несправедливость в жизни, утрату какого-либо интереса к дальнейшему существованию. Все перечисленные проявления являются достаточно опасными, так как могут выбить из колеи даже вполне успешного человека у которого, казалось бы, есть все необходимое в жизни. При этом такое состояние способно полностью разрушить крепкую семью, отношения, карьеру. [2, с. 78]

Психология кризиса среднего возраста, очень сложная штука, при этом вам необходимо быть объективной и очень много анализировать.

Часто кризис среднего возраста у женщин сопровождается не только переосмысливанием своих карьерных достижений, но и брака. На приёме у психолога, довольно часто, девушки сетуют на то, что порой они жалеют о том, что вышли замуж и иногда их посещает мысль о разводе, так как отношения с мужем давно не такие, как были раньше и в некоторых моментах вторая половина их сильно раздражает. Эту проблему необходимо решать вдвоём с мужем, а не накапливать это всё в себе и винить его в том, что он такой-сякой. По сути, если вы ему ничего не говорите - значит, вас всё устраивает. Другое дело если вы с ним не раз говорили о том, чтобы вы хотели изменить в ваших отношениях, но он это просто-напросто игнорирует - тогда, наверное, необходимо принимать другие решения...

### 1.3 Психологический метод коррекции эмоциональных нарушений Арт-терапией (изобразительные искусства) в кризис среднего возраста.

Самым важным в решении любой проблемы или трудности является признание и осознание самого наличия проблемы. Возрастной кризис - это не проблема, на самом деле. Это определенный жизненный этап, который касается каждого.

Признав факт наличия кризиса, человек видит своего «врага», тем самым имеет возможность придумать метод «борьбы» с ним.

Обращение к профессиональному психологу в периоды возрастных кризисов крайне желательно, так как он поможет понять причины происходящих изменений личности и подобрать наиболее оптимальные формы поведения или разрешения кризиса.

Часто случается, что человеку просто не с кем поговорить о смысле жизни и значении происходящих событий. Психолог может стать тем человеком, который выслушает и станет опорой в момент кризиса.

Кризис среднего возраста - это период жалости к себе, к всеобщей несправедливости бытия. Это время, когда человек осмысливаетжитое и прожитое на предмет целесообразности.

Изотерапия является одним из видов арт-терапии, представляет собой терапию изобразительным искусством, применяется с целью психологической коррекции невротических, психосоматических нарушений, трудностей в обучении и социальной адаптации детей и подростков, при внутрисемейных конфликтах [1].

Согласно К. Рудестаму, в арт-терапевтическом контексте занятия изобразительным искусством носят спонтанный характер, специальная подготовка и художественные таланты пациентов не играют роли, важное значение имеют творческий акт и особенности внутреннего мира творца [2].

Можно выделить несколько вариантов групповой арт-терапии, различающихся между собой по степени группового взаимодействия и «структурированности». Работа неструктурированных групп отличается свободным от правил и тем самостоятельным творческим процессом каждого участника в едином пространстве. Структурированные группы характеризуются наличием инструкций или «правил», которые могут различаться по степени своей «жесткости». Степень открытости группы предполагает наличие или отсутствие постоянного состава, возможность включения новых участников в групповой процесс [3].

1) Студийная открытая группа. Работа в студийных открытых группах напоминает художественную студию. Положительные результаты достигаются здесь преимущественно благодаря седативному, активизирующему или катарсическому действию творческого процесса. Занятия проводятся от одного до нескольких раз в неделю, от полутора до двух с половиной часов. Во многих случаях (в условиях стационара) соблюдается график свободного посещения студии как возможность уединения и погружения в свой внутренний мир по-средством изобразительной деятельности. Обратная связь осуществляется посредством экспозиции работ с их кратким обсуждением.

2) Аналитическая закрытая группа ориентирована в основном на работу с неосознаваемыми психическими процессами ее участников.

Аналитическая группа включает как изобразительную деятельность клиентов, так и вербальную коммуникацию, которая может варьировать от спонтанных высказываний, комментирующих изобразительный процесс, до групповой дискуссии.

Состав аналитической группы на протяжении всего времени постоянен. Ход сессии не имеет жесткой регламентации, арт-терапевт занимает позицию наблюдателя и лишь время от времени комментирует, регулирует происходящее. Занятия проводятся еженедельно или один раз в две недели, от двух до трёх часов.

3) Тематически ориентированная группа в наибольшей степени структурирована (тема занятия задаётся исходя из потребностей участников) и имеет полуоткрытый вид (на определённом этапе участники могут покидать и присоединяться к группе). Работа такой группы отличается непродолжительностью, направленностью на решение конкретных задач.

Поскольку художественные материалы оказывают непосредственное влияние на художественную работу участников, важным фактором в проведении арт-терапевтических групп является организация пространства и создание условий для творческого процесса. Арт-терапевтическая работа предполагает использование большого количества различных изобразительных материалов: краски, карандаши, восковые мелки, пастель; журналы, газеты, цветная бумага, открытки, текстиль и др. для создания коллажей и объёмных композиций; природные материалы; материалы для лепки (глина, пластилин, специальное тесто); бумага для рисования разных форматов, цветов; картон; кисти, губки, нитки, ножницы, клей, скотч и др.

Выбор художественных материалов – важный момент при подготовке арт-терапевта к проведению группового занятия, который зависит от особенностей участников, целей занятия, динамики группового процесса. Так карандаши, мелки, фломастеры позволяют в большей степени контролировать процесс рисования, пастель, краски, глина способствуют более свободному выражению. Техника коллажа способствует преодолению робости, связанной с отсутствием художественных навыков и способностей.

Процесс изотерапии включает ряд этапов:

1. Свободная активность перед творческим процессом. Включает свободное экспериментирование участников группы с художественным материалом, сопровождается сенсорными, эмоциональными, сознательными переживаниями, благодаря которым участник группы может прийти к небольшим открытиям в отношении материала и самого себя.

2. Процесс творческой работы – создание феномена, визуальное представление.

Данный этап может включать как индивидуальную работу каждого участника группы над собственным продуктом, так и совместную деятельность группы в целом или её подгрупп.

Примером работы в парах может служить рисование парой участников обстановки, в которой им бы хотелось находиться вместе, не договариваясь друг с другом; изображение одним участников проблемы, другим её разрешение. Работа всей группы может заключаться в одновременном спонтанном рисовании на заданную ведущим тему [5].

Как правило, тема занятия определяется арт-терапевтом, однако может выявляться и в процессе

коллективного обсуждения.

В арт-терапии сложились различные подходы к отбору и классификации тем, М. Liebmann разделяет их следующим образом:

- 1) Темы, связанные с освоением изобразительных материалов;
- 2) Темы, связанные с изучением широкого круга проблем и переживаний участников группы;
- 3) Темы, связанные с изучением системы отношений, образа «Я»;
- 4) Темы, предназначенные для работы пары участников группы
- 5) Темы, предназначенные для работы с семьями;
- 6) Темы для совместной изобразительной деятельности участников группы.

#### Список литературы

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: Учеб. Пособие для студ. вузов. - 9-е изд. - М.: Издательский центр «Академия», 2013.
2. Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. Л., 1968.
3. Библер В.С. От наукоучения - к логике культуры: Два философских введения в двадцать первый век. М., 1991.
4. Богоявленская, Д.Б. Психология творческих способностей Р^Е «Академия», 2002. - 320с.
5. Большая иллюстрированная энциклопедия. В 32 томах. Т. 31. ШОП - ЯДО - М.: АСТ: Астрель; 2010.
6. Выготский Л.С. Собр. соч.: в 6 т. / под ред. А.В. Запорожца. М., 1984. Т. 3.
7. Давыдов В.В. Значение творчества Л.С. Выготского для современной психологии // Советская педагогика, 1982, № 6, с.84-87.
8. Дремов, А.К. Эстетический идеал современной литературы.- М.: Знание, 1973. - 262 с.
9. Дранков В.Я. Психология художественного творчества. Л., 1991, 76 с.
10. Диагностика творческого развития личности: Методическое пособие для слушателей курсов повышения квалификации работников образования. /Авт.-сост.: И.В.Хромова, М.С.Коган. - Новосибирск, 2003. - 44с.
11. Зеер Э. Ф., Сыманюк Э. Э. Кризисы профессионального становления личности // Психологический журнал. 1997. № 6.
12. Зинченко В.П. Продуктивное восприятие// Вопросы психологии. 1971.
13. Ильин И.П. Психология взрослости -СПб. «Питер», 2012.
14. Крайг Г. Психология развития. СПб., 2012.
15. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. 9 изд. СПб. Питер 2004 (Мастера психологии)
16. Каган, М.С. Эстетика как философская наука СПб.: ТОО ТК «Петрополис», 1997. — 544 с.
17. Кабалецкий Д.Б. Воспитание ума и сердца. М., Просвещение, 1984, 206с.
18. Костюк Г.С. Избранные психологические труды М.: Педагогика, 1988. — 304 с.
19. Киященко Н.И. Эстетика. Общий курс: План-программа и методические материалы. - М., 2002
20. Краткий словарь современной педагогики. Сост. Т.Б. Санжиева, Ю.Г. Резникова, Т.К. Солодухина и др. Под. ред. Л.Н. Юмсуновой. Изд-е 2-е, перераб. доп.- Улан-Удэ: Издательство Бурятского госуниверситета, 2001. - 100 с.
21. Комарова Т.С. Как научить ребенка рисовать. - М., 1998. - С. 12-15.
22. Копытин А.И. Арт-терапия в общеобразовательной школе. Метод. пособие. СПб.:Академия Посдипломного педагогического образования, - 2005.
23. Куликов Л.В. Психогигиена личности. Основные понятия и проблемы. СПб., 2010.
24. Киселёва М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. СПб.: Изд-во «Речь», 2008. С.15-22.
25. Лебедев Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. — СПб.: Речь, 2008. 198 с.
26. Ливехуд Б. Кризисы жизни — шансы жизни. М., 1994.
27. Малкина-Пых, И.Г. Возрастные кризисы взрослости. М. Издательство «Эксмо», 2005
28. Манукян В. Р. Субъективная картина жизненного пути и кризисы взрослого периода: Дис. ... канд. псих. наук. СПб, 2013.
29. Мелик-Пашаев, А.А., Новлянская З.Н. Ступеньки к творчеству. - М.: Искусство в школе, 1995.- 132с.
30. Мелик-Пашаев А.А. Из опыта изучения эстетического отношения к действительности//Вопросы психологии, 1990, №5, С.22-31.
31. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. // Учебник для студентов высших учебных заведений. Изд. 6-е стереотипное. - М., Академия. 2000. - 456с. 27

32. Олеш П. К. Эмпирическая модель кризиса середины жизни у мужчин // Возрастная, педагогическая и коррекционная психология: Сборник науч. тр. Минск, 2000. Вып. 2
33. Поливанова Л.Н. Психология возрастных кризисов. - М.: Издат. центр "Академия", 2011
34. Практикум по возрастной психологии:/Под ред. Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. – СПб.: Речь, 2011.
35. Психология человека: от рождения до смерти / Под общ. ред. А.А. Реана // Психологическая энциклопедия. - СПб., М., 2012.
36. Практикум по арт-терапии / Под ред. А. И. Копытина. СПб.: Изд-во «Питер», 2001. 448 с.
37. Пиаже Ж. Избранные педагогические труды. М., 1997, с.55-237
38. Платонов К.К. Краткий словарь системы психологических понятий. М., Высшая школа. 1981.175 с.
39. Старшенбаум Г. В. Психотерпия в группе. М.: Изд-во Института психотерапии, 2005. С.4-98
40. Старшенбаум Г. В. Тренинг навыков практического психолога. М.: Изд-во «Психотерапия», 2008. С. 303-313.
41. Старшенбаум Г. В. Групповой психотерапевт: интерактивный учебник. М.: Изд-во «Директ-медиа», 2011. С.91-101
42. СлободчиковВ. И., ИсаевЕ. И. Психология развития человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе: Учеб. пособие для вузов. М., 2010.
43. Степанова Е. И. Психология взрослых: Экспериментальная акмеология. СПб., 2000.
44. Успешное прохождение кризисов в карьере молодого специалиста как условие реализации его делового и личностного потенциала. // Электронный доступ: <http://www.top-personal.ru/issue.html?200> (дата обращения 19.01.2017)
45. Филимоненко Ю.И. // Психологические проблемы самореализации личности. Вып. 1. СПб., 1997.
46. Франкл В. Психотерапия на практике. СПб., 1999.
47. Хухлаева О.В. Психология развития: молодость, зрелость, старость. - М., 2012.
48. Черников А. В. Системная семейная терапия: Интегративная модель диагностики. М., 2005.
49. Шарп Д. Кризис середины жизни. Записки о выживании. М., 2006. С. 12.
50. Юнг К. Г. Стадии жизни. Современный человек в поисках души: Пер. с англ. // Человек и его символы / Под ред. С. Н. Сиренко. М., 1997. С. 321-322.

*Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой:*

<https://stuservis.ru/diplomnaya-rabota/6424>