
КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ CLINICAL PSYCHOLOGY

Терапевтические возможности цифрового художественного творчества

Адаскина А.А.

*Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ),
г. Москва, Российская Федерация*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8802-0975>, e-mail: adaskinaaa@mgppu.ru

Дискуссия о целесообразности применения цифровых технологий в процессе арт-терапии длится уже несколько десятилетий, но в настоящее время стала еще более актуальной в связи с пандемией Covid-19 и необходимостью оказания дистанционной психологической помощи разным группам населения. Цель статьи — обзор зарубежных исследований, в которых отражены разные способы включения цифровых технологий в арт-терапевтическую работу, обзор конкретных примеров успешной работы с использованием цифровых технологий (фототерапии, анимационной терапии, цифрового изобразительного искусства, инструментов виртуальной реальности). Сомнения специалистов в пользу цифровых технологий связаны, в первую очередь, с изменением самой природы художественного творчества, потерей его чувственной основы, утратой контакта с художественными материалами, а также рисками потери социальных связей вне Сети. Среди аргументов за включение цифровых технологий в практику арт-терапии преобладают технические (удобство создания, отслеживание этапов работы, хранения оцифрованных работ), психологические (возможность пережить новый опыт) и социальные (возможность работать с молодыми людьми в привычном для них формате, доступность дистанционной работы и быстрого выхода в медиа-пространство). Аргументы разных авторов обобщены в сводной таблице. Выявлены основные проблемные моменты: для того чтобы цифровые технологии стали естественной частью арт-терапевтической работы, необходимы обучающие программы для специалистов, а также разработка специальных приложений, так как существующие часто не учитывают специфику арт-терапии.

Ключевые слова: арт-терапия, фото-терапия, анимационная терапия, терапевтические возможности цифрового искусства, арт-медиа-терапия.

Для цитаты: *Адаскина А.А.* Терапевтические возможности цифрового художественного творчества [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. 2021. Том 10. № 4. С. 107—116. DOI: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2021100410>

Digital Art Therapeutic Possibilities

Anna A. Adaskina

Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8802-0975>, e-mail: adaskinaaa@mgppu.ru

The discussion about the advisability of using digital technologies in the process of art therapy has been going on for several decades, but now it has become even more relevant in connection with the covid 19 pandemic and the need to provide remote psychological assistance to different groups of the population. The purpose of the article is to review foreign studies that reflect different ways of including digital technologies in art therapy work, an overview of specific examples of successful work using digital technologies (phototherapy, animation therapy, digital art, virtual reality tools). Doubts of specialists in the benefits of digital technologies are associated, first of all, with a change in the very nature of artistic creation, the loss of its sensory basis, loss of contact with artistic materials, as well as the risks of losing social connections outside the network. Among the arguments for the inclusion of digital technologies in the practice of art therapy prevail technical (the convenience of creating and storing digital works). There are also psychological (the ability to go through new experiences) and social (the ability to work with young people in their usual format, the availability of remote work and quick access to media space). The arguments of the authors are presented in a summary table. The main problematic points are identified. In order for digital technologies to

become a natural part of art therapy work, training programs for specialists are necessary, as well as the development of special applications, since existing ones often do not take into account the specifics of art therapy.

Keywords: art therapy, photo therapy, animation therapy, digital art therapeutic possibilities, art media therapy.

For citation: Adaskina A.A. Digital Art Therapeutic Possibilities. *Sovremennaya zarubezhnaya psikhologiya = Journal of Modern Foreign Psychology*, 2021. Vol. 10, no. 4, pp. 107—116. DOI: <https://doi.org/10.17759/jmfp.2021100410> (In Russ.).

Введение

Практическая психология давно использует терапевтические возможности, заложенные в процессе художественного творчества. Психологи отмечают, что творчество улучшает психическое и физическое состояния человека, способствует переосмыслению жизненной ситуации и творческой переработке проблем. Образное метафорическое постижение мира дает человеку возможность точно и полно выразить сложные, не до конца осознанные, невербализованные переживания. Художественный образ — уникальный синтез эмоционального и рационального. Непосредственная работа с художественными материалами несет в себе возможность успокоения, погружения в процесс, уникальный целительный чувственный опыт.

Процесс художественного творчества, по сути, диалогичен и представляет собой особый способ коммуникации. Художественное произведение — это своеобразный диалог между автором и читателем/зрителем/слушателем, а произведение — способ символической коммуникации между клиентом и психологом, клиентом и другими людьми. Художественное творчество является способом самораскрытия и самопознания, любое произведение символично и выражает особый взгляд автора на окружающую его действительность.

В XX веке арт-терапия вошла в массовую практику психологической помощи людям разного возраста и с разнообразными проблемами. Характерно, что первыми ее стали применять художники. Пионеры арт-терапии Адриан Хилл, Эдвард Адамсон, Эдит Крамер, создавали своим пациентам условия для свободного творчества. Однако это было не просто предоставление доступа к художественным материалам, но, в первую очередь, создание особой атмосферы творчества, эмоциональной поддержки, внимательного и тактичного отношения к творческим поискам участников.

Таким образом, в XX веке формируется модель арт-терапевтических групп как специфической художественной студии с особой теплой атмосферой и возможностью проработать волнующие проблемы с помощью творческих проб, цель которых состояла не столько в создании произведений, сколько в облегчении психологического дискомфорта участников через процесс творчества и связанную с ним коммуникацию. Индивидуальная практика арт-терапии также до недавнего времени проводилась, в основном, лицом к лицу (терапевт и клиент находились в одном пространстве) и предполагала возможность непосредственно наблюдать, как клиент использует художественные

материалы для создания произведений искусства [32]. До последнего времени арт-терапия ориентировалась на традиционные виды искусства, в первую очередь изобразительные, такие как рисование, лепка, коллаж.

Появление цифровых технологий потребовало новых терминов и определения их содержания. М. Сванепоел (M. Swanepoel) [25] из Университета Южной Африки предлагает понимать под «цифровым искусством» все технологии, включающие использование компьютера. Это могут быть рисунки, сделанные на бумаге, но отсканированные и отредактированные в графических программах; обработанные фотографии; 2D- или 3D-персонажи, созданные с использованием компьютера; анимация; фильмы; видеоигры; компьютерные постеры и плакаты; цифровая живопись; веб-сайты.

Первоначальная реакция психологического сообщества на попытки применения цифровых технологий в терапевтическом процессе была осторожной и консервативной, недоверчиво была встречена даже фотография [25].

И хотя технологии развиваются все более быстрыми темпами, арт-терапевты действуют медленно и нерешительно, отмечают новозеландские исследователи К. Маркс (K. Marks) и его соавторы [12]. Английская исследовательница А. Зубала (A. Zubala) и ее соавторы [33] акцентируют внимание на том, что этап недоверия к новым технологиям длится уже несколько десятилетий. Еще в 1999 году *Art Therapy Journal* посвятил специальный выпуск связи между компьютерными технологиями и арт-терапией и повторил выпуск на эту тему десять лет спустя. И хотя тема обсуждается уже более 20 лет, количество публикаций, посвященных цифровым технологиям в арт-терапии (по сравнению с работами, посвященными использованию традиционных художественных средств), ничтожно мало [14].

Что же останавливает арт-терапевтов — страх навредить клиенту, неумение работать с цифровыми технологиями, глубинные психологические препятствия, связанные с изменением творческого процесса, реализуемого через цифровые технологии?

Основное возражение связано с глубоко укоренившимся представлением о том, что создание произведений искусства — это практическая деятельность. Изобразительное творчество включает в себя конструирование, компоновку, смешивание, прикосновение, формование, склеивание, рисование, разрезание, скрепление скобами, рисование и другой чувственный опыт [27]. Многие психологи считают, что при работе на компьютере теряется этот важнейший компонент художественного творчества, пропадает непосред-

ственный контакт с художественными материалами, что обедняет сам процесс творчества. М. Сванепол [25] подчеркивает, что процесс создания произведения искусства с использованием цифровых гаджетов — это совершенно другой опыт, отличающийся от традиционного искусства; человек, его руки, контактируют не со средой, а с клавиатурой или планшетом.

Несмотря на настороженность терапевтов, новые технологии, в первую очередь фотография с ее богатыми возможностями, еще в прошлом веке обосновалась в пространстве арт-терапии [3; 5; 30]. Вслед за фототерапией стала активно развиваться анимационная терапия, где основой взаимодействия участников является создание анимированной истории. Процесс создания мультфильма включает несколько стадий: разработка сюжета, создание персонажей, съемка, монтаж, озвучивание. Дж. Эшворт и Х. Мейсон (J. Ashworth, H. Mason) [3] из Великобритании отмечают, что создание собственного мультфильма дает человеку возможность почувствовать себя творцом собственного мира, возвращает чувства контроля над жизнью, которая порой является слишком непредсказуемой и непоследовательной. Анимация помогает экстернализовать проблему, передать переживания в динамике. Совместное создание мультфильма является прекрасной моделью группового взаимодействия, в рамках которой могут быть осмыслены и проработаны проблемы коммуникации, что позволяет использовать этот метод в терапии с семьями, группами детей и подростков.

Следующей инновацией, еще не до конца вошедшей в практику арт-терапии, является технология создания изображений с использованием графических программ, обладающих множеством специальных эффектов (мазки кисти, аэрограф-спрей, рисование мелком, карандашом, пером и т. п.). Такие программы сохраняют все предшествующие шаги автора, что позволяет клиентам свободно экспериментировать, не беспокоясь о том, что они испортят свое произведение [2], перейти от плоскостного изображения к объемному и даже распечатать произведение на 3D принтере.

Тайваньские разработчики П. Ву (P. Wu) [31] создали и описали специальное приложение, предназначенное для работы с пожилыми людьми с признаками деменции. Приложение позволяет создавать «цифровое повествование» — фиксировать элементы истории, используя различный цифровой контент: фотографии, изображения, звуки, музыку.

В статьях последних лет мы встречаем также упоминания об использовании технологии виртуальной реальности (VR) применительно к арт-терапии. К. Маркс, С. Маркс и А. Браун (K. Marks, S. Marks, A. Brown) [12] исследуют возможности виртуальной реальности в контексте арт-терапии: приложение позволяет человеку «шагнуть» в созданную им реальность, например, в образ безопасного и ресурсного места, побыть внутри нее. Авторы полагают, что приложение VR расширяет возможности экстернализации

проблемы: клиент и терапевт могут не только наблюдать ее образ снаружи, но и изучить ее «изнутри».

Цифровые технологии начинают посягать и на традиционно «материальные», «вещественные» формы работы. К. Ралстон (K. Ralston) [20] из Университета Восточного Кентукки описала разработанное ей приложение для песочной терапии, в котором реальная песочница заменена виртуальной, а клиент выбирает фигурки из представленных в приложении тематических библиотек. При этом исчезает вся тактильная составляющая, материальная уникальность и вещественность фигурок, трехмерность заменяется двумерностью.

Исследователи задаются вопросом: как изменяется внедрение цифровых технологий психологический аспект творческого процесса? Меняется ли влияние такого искусства на терапевтические возможности арт-терапии?

Для ответа на эти вопросы обратимся к обзору конкретных практик.

Практика использования цифровых технологий и ее результаты

Описания успешного применения цифровых технологий в современной литературе немногочисленны и разрозненны. Приведем отдельные примеры удачных исследований, проводившихся с разными целями, по разным методикам и с разными группами клиентов.

Фототерапия и анимация

Практика фототерапии наиболее признана в арт-терапии, а исследований с ее использованием достаточно много [4; 14; 19; 26; 27]. Е. Тан (E. Tan) и ее соавторы из Технологического Университета MARA, Малайзия, в своей статье «Phototherapy and Mental Health Stability for Displaced» описали опыт работы с беженцами из Мьянмы [19]. Авторы заключили, что работа с фотографиями отражает самые насущные потребности респондентов и помогает нормализовать их эмоциональное состояние.

Смешанные техники арт-терапии с использованием тщательно отобранных памятных предметов, фотографий и применением компьютерных программ для создания произведений могут помочь людям в переживании тяжелой утраты. Опыт такой работы анализировался в статье Б. Боган (B. Bogan) [4] из Университета Лесли, штат Массачусетс.

Ю. Танг (Y. Tang) [26] из Хуанганского педагогического университета приводит пример удачной работы с детьми с СДВГ. В своем исследовании он использовал интерактивную анимацию. Мультфильмы, предлагаемые детям, имели простую структуру, упрощенный дизайн персонажей и простые познавательные сюжеты. Программа была интерактивна, реагировала на действия ребенка, что давало ему возможность активно видоизменять сюжет, создавая свои собственные истории. Когда дети смотрят интерактивную анимацию или

представляют себя ее персонажами, они тренируются концентрировать внимание, развивают способность к самоконтролю, учатся общаться друг с другом.

О. Вознесенская (O. Voznesenska) [29] из Института Социальной и Политической Психологии (Украина) описала работу с людьми, покинувшими зону боевых действий на востоке Украины, сильно травмированными пережитым опытом. В ходе реализации проекта участники создали совместный анимационный фильм, направленный на осмысление темы конфликта. Работа над мультфильмом, съемка, монтаж, озвучивание мультфильма помогли участникам объединить свой фрагментированный вследствие пережитых травм опыт. Общий творческий процесс объединил и обеспечил взаимную поддержку участников. Создание мультфильма закончилось его показом в рамках организации и размещением на YouTube-канале для широкого просмотра. Автор убедительно показывает, что подобные цифровые арт-терапевтические проекты могут быть использованы при работе с коллективными травмами.

Эффективность анимационных техник при работе с травмой отмечала Н. Люнебург (N. Lüneburg) [11], Университет Претории, ЮАР, приводя пример разблокирования ранних травматических переживаний при работе с покадровой цифровой анимацией.

Рисование с использованием графических программ

Чаще всего сторонники использования новых технологий в арт-терапии приводят аргумент, что такой вид творчества наиболее привычен и понятен молодым людям, выросшим в цифровую эпоху.

А. Кавано (A. Kavanaugh) [10], исследователь из Университета Лойола Мэримаунт, штат Калифорния, на примере работы с подростками показала, что в условиях пандемии, когда терапевты и клиенты оказались дистанцированы друг от друга, цифровое искусство становится доступным средством коммуникации, особенно когда работа ведется с подростками. Такие же результаты мы находим в других исследованиях, проводившихся со школьниками [14; 22; 25] и студентами [24], которые не испытывают трудностей при использовании специальных приложений.

М. Сванепол (M. Swanepoel) [25] описала опыт работы с подростками, пережившими психологические травмы. Она показала, что занятия с использованием цифровых технологий принесли пользу участникам, поскольку они получили инструменты для выражения своих эмоций в процессе творчества. Р. Миллер (R. Miller) [14], Лондонский Университет, доказала, что использование графических программ для арт-терапии дало хорошие результаты при работе с молодыми онкопациентами. Автор показала, что цифровая графика может быть по-разному использована в терапевтическом процессе и приводит примеры конкретных приемов, помогающих в нормализации психологического состояния пациентов онкоклиники.

Корейский исследователь П. Суйонг (P. Sojung) [23] описал метод работы с алкогольно зависимыми людьми,

в процессе которой участники создавали образ своего желаемого будущего, а также образы, иллюстрирующие их путь избавления от зависимости, используя графические программы (Adobe Photoshop). Участники могли включать собственные фотографии в создаваемые коллажи. Исследователь оказывал техническую помощь тем участникам, кто не был знаком с программой, но в целом вел работу в русле арт-терапевтической парадигмы. Автор приводит данные о повышении мотивации к участию в дальнейшей программе по избавлению от зависимости.

В статье американских ученых О. Даревич и ее соавторов (O. Darewych) [7] приведен опыт работы со взрослыми людьми, имеющими ментальную инвалидность. В процессе занятий участники выполняли задания, используя стилус для рисования на сенсорном экране и графические программы. На основной вопрос исследования: воспримут ли взрослые с отклонениями в развитии цифровые технологии как художественную среду и будет ли эффективен такой инструмент арт-терапевтического вмешательства, авторы дают положительный ответ. В статье подчеркивается еще одно преимущество цифровых технологий: для некоторых людей с повышенной сенсорной чувствительностью (что характерно для людей с РАС) использование сенсорных экранов предпочтительнее, чем работа с реальными художественными материалами, которые воспринимаются ими как «грязные».

Американский психолог С. Тхонг (S. Thong) [28] пришел к выводу, что дети, имеющие опыт традиционного художественного творчества, смогли создать произведение такого же уровня, используя компьютерные технологии (графические программы). Автор уточнил, что не все дети предпочитали создание цифрового произведения, однако большинство успешно работали и тем и другим способом. Автор основывается на базовых знаниях арт-терапии, о том, что, рисунок, как правило, облегчает рассказывание историй, рисование цветом помогает выражению эмоций, а скульптура стимулирует интеграцию психики. Обобщая свою работу, С. Тхонг сделал вывод о том, что компьютерное искусство способно охватить все три вышеупомянутые направления.

Сочетание арт-терапии с технологией виртуальной реальности (VR)

Виртуальная реальность — технология, которая позволяет человеку испытать реальность, отличную от повседневного мира. Она создает иллюзию другой среды, генерируя цифровые, реалистичные или воображаемые визуальные образы. Технология VR успешно используется для лечения фобий, посттравматических состояний, нарушений образа тела, тревожных расстройств [22]. Объединение методов арт-терапии с технологией VR — новое перспективное направление.

Итальянские исследователи С. Доннари (S. Donnari) и ее коллеги [15] рассказали об опыте работы с людьми

с множественными ограниченными возможностями здоровья вследствие травм и тяжелых заболеваний (умственная отсталость, проблемы с подвижностью, сенсорные нарушения, языковые проблемы и травмы головного мозга). Разработанная авторами программа Paintinteraction дает возможность переводить движение тела в цифровой образ, который проецируется на экран. В программу включен ряд интерактивных приложений: светящиеся следы создаются движениями тела, клиент и терапевт видят себя на экране и могут «дорисовывать» это изображение; движением руки можно рисовать, выбирая цвета из меню. Звуки, издаваемые пользователем, трансформируются в цветные формы, таким образом создается возможность делать рисунки собственным голосом. Данное исследование показало широкие возможности, открывающиеся при использовании цифровых технологий в арт-терапии с невербальными и ограниченными в движении пациентами.

С. Гаскелл (S. Gaskell) [8] из Университета Пенсильвании приводит данные о том, что использование технологий, объединяющих творчество и виртуальную реальность, может быть полезно для лиц с ПТСР. Л. Шамри (L. Shamri) [22] из Университета Хайфы описывает два кейса с тревожными подростками, чье состояние улучшилось в процессе создания собственной реальности с помощью рисунков, компьютерной графики и программ VR.

Израильские исследователи [9; 22] обсуждали важный аспект введения виртуальной реальности в практику арт-терапии. Виртуальная реальность рассматривается ими как аналог «переходного объекта», о котором писал Д. Винникот. Создается специфическое пространство, «промежуточная область переживания», лежащая между внутренним миром психической реальности и внешней реальностью. В этом пространстве можно экспериментировать, проявлять любые эмоции, разрушать, создавать, возвращаться назад, что способствует проживанию непрожитого опыта и личностному развитию. Для этого промежуточного пространства характерна «эстетическая дистанция», которая помогает клиентам справиться со сложными эмоциями и дает возможность контактировать с ними.

Взаимодействие клиента и терапевта при использовании цифровых технологий

Телездравоохранение (телемедицина) — новая область здравоохранения, направленная на удовлетворение потребностей (в том числе и в психологической помощи) людей, которые не могут получить доступ к услугам из-за инвалидности, болезни или расстояния. Анализируя отчеты клиентов, исследователи пришли к выводу о том, что дистанционная арт-терапия имеет реальный потенциал для расширения услуги здравоохранения. Особенно этот подход стал актуален в последние годы в период пандемии Covid 19 [1; 32].

А. Абдула (A. Abdullah) [1] из Северного Университета Малайзии представляет результаты

качественного исследования использования цифровой арт-терапии во время пандемии Covid 19. Психологи, практикующие дистанционную цифровую арт-терапию, а также их клиенты прошли интервью. Респонденты указали на легкость удаленного общения, простоту хранения цифровых произведений, возможность использования разнообразных инструментов цифрового творчества, удобство получения психологической помощи на дому.

О. Вознесенская (O. Voznesenska) [29] обсуждает еще один важный аспект использования современных цифровых технологий. Цифровизация приводит к изменениям в коммуникации. И не только тем, что позволяет общаться дистанционно, но и тем, что создает возможность быстрого выхода в публичное интернет-пространство. Автор использует термин «медиа-арт-терапия», понимая под ним возможность самовыражения через медийное творчество, выходящее за пределы кабинета в медиа-пространство, что обеспечивает быструю и широкую обратную связь. О. Вознесенская отмечает следующие механизмы терапевтического воздействия в медиа-арт-терапии: катарсис, креатив, самовыражение, эмоциональная поддержка (которая может значительно вырасти, если человек делится своими произведениями в Интернете), осознание своей уникальности, групповая идентификация (чувство принадлежности к сообществу), ценность общения и совместное творческое осознание, переосмысление.

Подводя итоги обзора, резюмируем аргументы «за» и «против» введения цифрового творчества в пространство арт-терапии [6; 12; 13; 17; 18; 21; 27; 29 и др.] (см. табл. 1).

П. Опп (P. Orr) [16] (Университет Эдинборо, Пенсильвания) и К. Ралстон (K. Ralston) [21] (Университет Восточного Кентукки) видят главную причину сопротивления арт-терапевтов цифровым технологиям в отсутствии знаний и опыта по их использованию в качестве метода терапевтического вмешательства. Опрос, проведенный П. Опп среди студентов и практикующих арт-терапевтов, показал, что большинство арт-терапевтов не проходили специального обучения. Только 20% респондентов используют цифровые произведения искусства. В основном же компьютерные технологии применяются ими для набора текстов, планирования сессий, фото-видеофиксации работ или дистанционной связи с клиентами [16; 32].

Б. Петерсон (B. Peterson) [18], исследователь из Медицинской школы Восточной Вирджинии, анализирует процесс принятия новых технологий арт-терапевтическим сообществом с позиции модели Э. Роджерса, в которой описаны пять этапов принятия инноваций: осведомленность, интерес, оценка, испытание и принятие. Настоящий момент можно охарактеризовать как принятие цифровых технологий лишь наиболее передовыми представителями профессии, в то время как большинство не обладают нужной подготовкой и скептически наблюдают за результатами. Б. Петерсон [2] утверждает, что предубеждение против

Сводная таблица аргументов, приводимых в литературе, по поводу использования цифрового искусства в практике арт-терапии

Аргументы «За»	Аргументы «Против»
<p>Психологические Достижение чувства контроля над реальностью Принципиально новый опыт Возможность расслабиться Можно комбинировать с другими приемами художественного творчества</p> <p>Технические Можно отменять или повторять действия без ограничений Возможность обойти сложности, связанные с освоением изобразительных техник Низкий порог навыков, необходимых для творческого использования приложений Возможность делать интерактивные работы Возможность фиксировать все шаги работы Удобный способ для создания портфолио Нет необходимости убирать рабочее место и физически хранить произведения искусства</p> <p>Социальные Легкий переход в дистанционный формат Приложения недорогие (дешевле, чем художественные материалы) Интерактивность, вовлеченность в VR Возможность быстрого выхода в публичное интернет-пространство Хорошо подходит для работы с молодежью Возможно создание специальных приложений, отвечающих потребностям каждой группы (люди с ограниченными возможностями, пожилые пациенты, люди с гиперчувствительностью)</p>	<p>Психологические Редукция чувственного опыта из-за отсутствия материального объекта Утрата контакта с материалом (отсутствие тактильности, текстуры, запаха, беспорядка) Нарушение контакта между терапевтом и клиентом, смещение внимания на гаджеты Риск привыкания к гаджетам Риск зависимости от VR, потеря контакта с реальностью Риск потери социальных контактов вне Сети, усиление одиночества Сложности отреагирования агрессии (нельзя портить дорогостоящее устройство, клиент не соприкасается с «грязью», размазанными красками)</p> <p>Технические Риск технических трудностей (срыв или прерывание сеансов) Свет экрана компьютера может раздражать глаза Ограничения размера холста Работы могут быть легко стерты или удалены клиентом</p> <p>Социальные Существующие приложения не учитывают специфику арт-терапии Не подходит некоторым группам (например, может вызвать ухудшение у пациентов с психотическими расстройствами)</p>

использования цифровых технологий идет скорее от терапевтов, чем от пациентов.

Проведенный нами обзор акцентирует еще один важный момент: цифровые технологии действительно меняют процесс художественного творчества, а между клиентом и терапевтом появляется посредник — программа или приложение, а, значит, и команда разработчиков. Однако пришедший из другой профессиональной области разработчик не всегда точно понимает сложные психологические процессы, особенность и специфику арт-терапевтического взаимодействия. Принятия цифровых технологий в среде арт-терапевтов часто не происходит из-за того, что рынок не произвел инструменты, которые подходят именно для арт-терапии. Только адаптированные под нужды психологов и клиентов инструменты смогут полноценно войти в практику психологической работы [2].

Выводы

Несмотря на бурное развитие цифровых технологий отмечается осторожное консервативное отношение к использованию новых технологий в арт-терапевтической среде. Сопrotивление в основном исходит от терапевтов, а не от клиентов и объясняется отсутствием специальной подготовки.

Сомнения в целесообразности использования цифровых технологий связаны, в первую очередь, с потерей чувственной стороны художественного творчества, утратой контакта с материалами, рисками нарушения контакта между терапевтом и клиентом, привыкания к гаджетам, потерей социальных контактов вне сети.

Среди аргументов за внедрение новых технологий преобладают технические (удобство работы, отслеживания этапов создания, хранения цифровых работ), а также психологические: возможность пережить новый опыт, — и социальные: легкость работы с молодыми людьми в привычном для них формате, доступность дистанционной работы и быстрого выхода в медиа — пространство.

В большей части рассмотренных нами работ описываются смешанные техники, являющиеся синтезом традиционного и цифрового творчества. Вопрос о специфике психологических процессов при цифровом художественном творчестве остается открытым. Некоторые исследователи подчеркивают, что сам процесс создания произведения искусства с использованием цифровых гаджетов — это совершенно иной опыт, отличающийся от традиционного искусства. В то же время большинство авторов, высказывающихся на эту тему, утверждают, что принципиальных различий с точки зрения терапевтических возможностей между этими видами творчества нет.

Новым малоисследованным экспериментальным методом является соединение арт-терапии с технологией виртуальной реальности. В результате работы клиент создает собственную реальность, «переходную» между его внутренним миром и внешней реальностью и может исследовать ее совместно с терапевтом. Для этого промежуточного пространства характерна «эстетическая дистанция», что позволяет клиентам спра-

виться со сложными эмоциями и дает возможность контактировать с ними.

Для того чтобы цифровые технологии стали естественной частью арт-терапевтической работы, необходимы обучающие программы для специалистов, а также разработка специальных приложений, так как существующие часто не учитывают специфику арт-терапии.

Литература

1. *Abdullah A.* The Helpful Aspects of Digital Creative Arts Therapy during Covid 19 Crisis: A Qualitative Investigation [Электронный ресурс] // International Journal of Innovative Science and Research Technology. 2021. Vol. 6. № 3. P. 763—767. URL: <https://ijisrt.com/assets/upload/files/IJISRT21MAR575.pdf> (дата обращения: 13.12.2021).
2. Art Therapists and Computer Technology / B. Peterson [et al.] // Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association. 2005. Vol. 22. № 3. P. 139—149. DOI:10.1080/07421656.2005.10129489
3. *Ashworth J., Reg H.* Animation in Therapy: The innovative uses of haptic animation in clinical and community therapeutic practice [Электронный ресурс] // Assistive Technology. 2010. Vol. 5. № 1. P. 40—42. URL: https://www.researchgate.net/profile/Joan-Ashworth/publication/264713750_Animation_in_Therapy_The_innovative_uses_of_haptic_animation_in_clinical_and_community_therapeutic_practice/links/53ec890c0cf250c8947cc609/Animation-in-Therapy-The-innovative-uses-of-haptic-animation-in-clinical-and-community-therapeutic-practice.pdf (дата обращения: 13.12.2021).
4. *Bogan B.* Exploring the Usage of Found Objects in Art Therapy for Bereavement: A Literature Review [Электронный ресурс] // Expressive Therapies Capstone Theses. Cambridge: Lesley University, 2019. 35 p. URL: https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/209 (дата обращения: 13.12.2021).
5. *Chavan S., Naregal P.* Effectiveness of cartoon animation video on pain during venepuncture among 3–6 year old children [Электронный ресурс] // Sri Lanka Journal of Child Health. 2021. Vol. 50. № 2. P. 299—305. URL: <https://sljch.sljol.info/articles/abstract/10.4038/sljch.v50i2.9577/> (дата обращения: 13.12.2021).
6. *Ciuhan G., Iliescu D.* Learning From a Failed Mixed Methods Child Art-Therapy Research Project // International Journal of Qualitative Methods. 2020. Vol. 19. 8 p. DOI:10.1177/1609406920963797
7. *Darewych O., Carlton N., Farrugie K.* Digital Technology Use in Art Therapy with Adults with Developmental Disabilities [Электронный ресурс] // JODD Journal of Delelopmental Disabilities. 2015. Vol. 21. № 2. P. 95—102. URL: https://oadd.org/wp-content/uploads/2015/01/41021_JoDD_21-2_v23f_95-102_Darewych_et_al.pdf (дата обращения: 13.12.2021).
8. *Gaskell S.* Reduced Alpha Wave EEG Measures in PTSD After Narrative Virtual Reality Art Making: A research proposal prepared in partial fulfillment of the requirements for the Master's Degree in Art Therapy Counseling at Edinboro University of Pennsylvania [Электронный ресурс] / Edinboro University of Pennsylvania. Edinboro, 2018. 65 p. URL: <https://www.researchgate.net/publication/327681184> (дата обращения: 13.12.2021).
9. *Haemun I., Regev D., Salomon R.* The Principles of Art Therapy in Virtual Reality // Frontiers in Psychology. 2018. Vol. 9. 7 p. DOI:10.3389/fpsyg.2018.02082
10. *Kavanaugh A.* Effectiveness of Digital Response Art: A research paper presented to the faculty of the department of marital and family therapy Loyola Marymount University. In partial fulfillment of the Requirements for the degree Masters of arts [Электронный ресурс] / Loyola Marymount University // LMU/LLS Theses and Dissertations. Los Angeles, 2020. 80 p. URL: <https://digitalcommons.lmu.edu/etd/905> (дата обращения: 01.11.2021).
11. *Lüneburg N.* Unlocking Traumatic Memories Through Digital Stop-Frame Animation: A Freudian Analysis: Submitted in partial fulfilment of the requirements for the degree DPhil Fine Arts [Электронный ресурс] / Faculty of Humanities University of Pretoria. Pretoria, 2017. 222 p. URL: <http://hdl.handle.net/2263/65572> (дата обращения: 01.11.2021).
12. *Marks K., Marks S., Brown A.* Step into my (virtual) world [Электронный ресурс] // Australian and New Zealand Arts Therapy. 2017. Vol. 12. № 1. P. 99—112. URL: <https://static1.squarespace.com/static/5fb1e957253fde48503e9f4f/t/5fb9b22c158b28734bbee06c/1606005300394/13-ANZJAT-2017-КМ-SM-AB.pdf> (дата обращения: 13.12.2021).
13. *Mataram S., Ardianto D.* Visual Media as a Means of Psychological Therapy // Proceedings of the 1st Conference of Visual Art, Design, and Social Humanities by Faculty of Art and Design, CONVASH 2019 (Surakarta, 2 November 2019) / Eds. K. Saddhono [et al.]. European Alliance for Innovation, 2020. P. 472—477. DOI:10.4108/eai.2-11-2019.2294778
14. *Miller R.* Digital Arts Based Research Methods for Teenage and Young Adult (TYA) Cancer Patients [Электронный ресурс]: Dr. Thesis / University of London. London, 2020. 288 p. URL: <https://research.gold.ac.uk/id/eprint/28268/> (дата обращения: 01.11.2021).
15. New Technologies for Art Therapy Interventions Tailored to Severe Disabilities [Электронный ресурс] / S. Donnari [et al.] // Psychiatria Danubina. 2019. Vol. 31. № 3. P. 462—466. URL: https://www.psychiatria-danubina.com/UserDocsImages/pdf/dnb_vol31_noSuppl%203/dnb_vol31_noSuppl%203_462.pdf (дата обращения: 13.12.2021).

16. Orr P. Technology Training for Future Art Therapists: Is There a Need? // *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*. 2006. Vol. 23. № 4. P. 191—196. DOI:10.1080/07421656.2006.10129329
17. Patejuk-Mazurek I., Chmielnicka-Plaskota A., Treger B. Multimedia as an art therapy technique used in the treatment of mentally ill patients — opportunities and limitations // *International Journal of Pedagogy Innovation and New Technologies journal*. 2016. Vol. 3. № 2. P. 53—59. DOI:10.5604/01.3001.0009.5100
18. Peterson B. The Media Adoption Stage Model of Technology for Art Therapy // *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*. 2010. Vol. 27. № 1. P. 26—31. DOI:10.1080/07421656.2010.10129565
19. Phototherapeutic approach and Mental Health Stability for Displaced Persons: A Case Study of Myanmar Refugees in Malaysia [Электронный ресурс] / E. Tan [et al.] // *The 6th International Conference of Applied Science and Technology (ICAST 2019) (Kyoto, Japan, 11-13 November 2019)*. Kyoto: Academic Research Society of Malaysia (ARMS), 2019. 8 p. URL: <https://www.researchgate.net/publication/336370898> (дата обращения: 01.11.2021).
20. Ralston K. Traditional Art Therapy Techniques versus Digital Art Therapy Techniques: A Comparison using Sand Play. Honors Theses: Bachelor Thesis [Электронный ресурс]. Eastern Kentucky University, 2018. 31 p. URL: https://encompass.eku.edu/honors_theses/518 (дата обращения: 01.11.2021).
21. Selby R. Eco-Art Therapy and Youth Loneliness in a Digital Age: Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Arts. Graduate Projects (Non-thesis) [Электронный ресурс]. Montreal, Quebec, Canada: Concordia University, 2021. 36 p. URL: <https://spectrum.library.concordia.ca/988182/> (дата обращения: 01.11.2021).
22. Shamri L. Making Art Therapy Virtual: Integrating Virtual Reality Into Art Therapy With Adolescents // *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12. Article ID 584943. 10 p. DOI:10.3389/fpsyg.2021.584943
23. Sojung P. Art Therapy Using Possible Selves and Digital Media for Individuals with Alcohol Addiction in Korea: In partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy [Электронный ресурс] / Lesley University. Cambridge, 2016. 199 p. URL: https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_dissertations/39 (дата обращения: 01.11.2021).
24. Song Q., Soo K., Wook Y. Retraction of Effects of the Application of Information Technology to Art Education Therapy on University Students' Self-Concept and Peer Relationship // *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*. 2019. Vol. 15. № 4. Article No: em1629. DOI:10.29333/ejmste/96350
25. Swanepoel M. Digital Art Therapy and Trauma: a psycho-educational Perspective: Master (Education) diss. [Электронный ресурс]. University of South Africa, 2014. 237 p. URL: <http://hdl.handle.net/10500/13721> (дата обращения: 01.11.2021).
26. Tang Y. Art Therapy: Intervention Study of Immersive Interaction Animation on Children with ADHD // *2nd International Academic Conference on Energy Conservation, Environmental Protection and Energy Science (ICEPE 2021)*. EDP Sciences, 2021. 5 p. DOI:10.1051/e3sconf/202127103048
27. The handbook of art therapy and digital technology [Электронный ресурс] / Eds. C. Malchiodi. London. Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 2018. 417 p. URL: <https://books.google.ru/books?id=cfVMDwAAQBAJ&lpg=PP1&hl=ru&pg=PP1#v=onepage&q&f=false> (дата обращения: 13.12.2021).
28. Thong S. Redefining the Tools of Art Therapy // *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*. 2007. Vol. 24. № 2. P. 52—58. DOI:10.1080/07421656.2007.10129583
29. Voznesenska O. Media Art Therapy as a Helping Tool for the Personality in the Information Age // *European Journal of Interdisciplinary Studies*. 2019. Vol. 11. № 1. P. 46—57. DOI:10.24818/ejis.2019.04
30. Weiser J. PhotoTherapy Techniques in Counseling and Therapy: Using Ordinary Snapshots and Photo-Interactions to Help Clients Heal their Lives // *The Canadian Art Therapy Association Journal*. 2004. Vol. 17. № 2. P. 23—51. DOI:10.1080/08322473.2004.11432263
31. Wu P., Hu H., Fan K. Developing an APP with Taiwanese Image for Reminiscence Therapy of Dementia // *Journal of Software*. 2018. Vol. 13. № 7. P. 395—406. DOI:10.17706/jsw.13.7.395-406
32. Zubala A., Hackett, S. Online art therapy practice and client safety: a UK-wide survey in times of COVID-19 // *International Journal of Art Therapy*. 2020. Vol. 25. № 4. P. 161—171. DOI:10.1080/17454832.2020.1845221
33. Zubala A., Kennell N., Hackett S. Art Therapy in the Digital World: An Integrative Review of Current Practice and Future Directions // *Frontiers in Psychology*. 2021. Vol. 12. Article ID 595536. 20 p. DOI:10.3389/fpsyg.2021.600070

References

1. Abdullah A. The Helpful Aspects of Digital Creative Arts Therapy during Covid 19 Crisis: A Qualitative Investigation [Elektronnyi resurs]. *International Journal of Innovative Science and Research Technology*, 2021. Vol. 6, no. 3, pp. 763—767. URL: <https://ijisrt.com/assets/upload/files/IJISRT21MAR575.pdf> (Accessed 13.12.2021).
2. Peterson B. et al. Art Therapists and Computer Technology. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 2005. Vol. 22, no. 3, pp. 139—149. DOI:10.1080/07421656.2005.10129489
3. Ashworth J., Reg H. Animation in Therapy: The innovative uses of haptic animation in clinical and community therapeutic practice [Elektronnyi resurs]. *Assistive Technology*, 2010. Vol. 5, no. 1, pp. 40—42. URL: https://www.researchgate.net/profile/Joan-Ashworth/publication/264713750_Animation_in_Therapy_The_innovative_uses_of_

- haptic_animation_in_clinical_and_community_therapeutic_practice/links/53ec890c0cf250c8947cc609/Animation-in-Therapy-The-innovative-uses-of-haptic-animation-in-clinical-and-community-therapeutic-practice.pdf (Accessed 13.12.2021).
4. Bogan B. Exploring the Usage of Found Objects in Art Therapy for Bereavement: A Literature Review [Elektronnyi resurs]. *Expressive Therapies Capstone Theses*. Cambridge: Lesley University, 2019. 35 p. URL: https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_theses/209 (Accessed 13.12.2021).
 5. Chavan S., Naregal P. Effectiveness of cartoon animation video on pain during venepuncture among 3-6 year old children [Elektronnyi resurs]. *Sri Lanka Journal of Child Health*, 2021. Vol. 50, no. 2, pp. 299—305. URL: <https://sljch.sljol.info/articles/abstract/10.4038/sljch.v50i2.9577/> (Accessed 13.12.2021).
 6. Ciuhan G., Ilescu D. Learning From a Failed Mixed Methods Child Art-Therapy Research Project. *International Journal of Qualitative Methods*, 2020. Vol. 19, 8 p. DOI:10.1177/1609406920963797
 7. Darewych O., Carlton N., Farrugie K. Digital Technology Use in Art Therapy with Adults with Developmental Disabilities [Elektronnyi resurs]. *JODD Journal of Deleopmental Disabilities*, 2015. Vol. 21, no. 2, pp. 95—102. URL: https://oadd.org/wp-content/uploads/2015/01/41021_JoDD_21-2_v23f_95-102_Darewych_et_al.pdf (Accessed 13.12.2021).
 8. Gaskell S. Reduced Alpha Wave EEG Measures in PTSD After Narrative Virtual Reality Art Making. A research proposal prepared in partial fulfillment of the requirements for the Master's Degree in Art Therapy Counseling at Edinboro University of Pennsylvania [Elektronnyi resurs]. Edinboro University of Pennsylvania, 2018. 65 p. URL: <https://www.researchgate.net/publication/327681184> (Accessed 13.12.2021).
 9. Hacmun I., Regev D., Salomon R. The Principles of Art Therapy in Virtual Reality. *Frontiers in Psychology*, 2018. Vol. 9, 7 p. DOI:10.3389/fpsyg.2018.02082
 10. Kavanaugh A. Effectiveness of Digital Response Art: A research paper presented to the faculty of the department of marital and family therapy Loyola Marymount University. In partial fulfillment of the Requirements for the degree Masters of arts [Elektronnyi resurs]. *LMU/LLS Theses and Dissertations*. Loyola Marymount University, 2020. 80 p. URL: <https://digitalcommons.lmu.edu/etd/905> (Accessed 01.11.2021).
 11. Lüneburg N. Unlocking Traumatic Memories Through Digital Stop-Frame Animation: A Freudian Analysis. Submitted in partial fulfilment of the requirements for the degree DPhil Fine Arts. In the Faculty of Humanities University of Pretoria [Elektronnyi resurs]. University of Pretoria. Pretoria, 2017. 222 p. URL: <http://hdl.handle.net/2263/65572> (Accessed 01.11.2021).
 12. Marks K., Marks S., Brown A. Step into my (virtual) world [Elektronnyi resurs]. *Australian and New Zealand Arts Therapy*, 2017. Vol. 12, no. 1, pp. 99—112. URL: <https://static1.squarespace.com/static/5fb1e957253fde48503e9f4f/t/5fb9b22c158b28734bbee06c/1606005300394/13-ANZJAT-2017-KM-SM-AB.pdf> (Accessed 13.12.2021).
 13. Mataram S., Ardianto D. Visual Media as a Means of Psychological Therapy. In K. Saddhono et al. (eds.), *Proceedings of the 1st Conference of Visual Art, Design, and Social Humanities by Faculty of Art and Design, CONVASH 2019 (Surakarta, 2 November 2019)*. European Alliance for Innovation, 2020, pp. 472—477. DOI:10.4108/eai.2-11-2019.2294778
 14. Miller R. Digital Arts Based Research Methods for Teenage and Young Adult (TYA) Cancer Patients [Elektronnyi resurs]: Dr. Thesis. Goldsmiths. University of London. London, 2020. 288 p. URL: <https://research.gold.ac.uk/id/eprint/28268/> (Accessed 01.11.2021).
 15. Donnari S. et al. New Technologies for Art Therapy Interventions Tailored to Severe Disabilities [Elektronnyi resurs]. *Psychiatria Danubina*, 2019. Vol. 31, no. 3, pp. 462—466. URL: https://www.psychiatria-danubina.com/UserDocsImages/pdf/dnb_vol31_noSuppl%203/dnb_vol31_noSuppl%203_462.pdf (Accessed 13.12.2021).
 16. Orr P. Technology Training for Future Art Therapists: Is There a Need? *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 2006. Vol. 23, no. 4, pp. 191—196. DOI:10.1080/07421656.2006.10129329
 17. Patejuk-Mazurek I., Chmielnicka-Plaskota A., Treger B. Multimedia as an art therapy technique used in the treatment of mentally ill patients — opportunities and limitations. *International Journal of Pedagogy Innovation and New Technologies journal*, 2016. Vol. 3, no. 2, pp. 53—59. DOI:10.5604/01.3001.0009.5100
 18. Peterson B. The Media Adoption Stage Model of Technology for Art Therapy. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 2010. Vol. 27, no. 1, pp. 26—31. DOI:10.1080/07421656.2010.10129565
 19. Tan E. et al. Phototherapeutic approach and Mental Health Stability for Displaced Persons: A Case Study of Myanmar Refugees in Malaysia [Elektronnyi resurs]. *The 6th International Conference of Applied Science and Technology (ICAST 2019) (Kyoto, Japan, 11-13 November 2019)*. Kyoto: Academic Research Society of Malaysia (ARMS), 2019. 8 p. URL: <https://www.researchgate.net/publication/336370898> (Accessed 01.11.2021).
 20. Ralston K. Traditional Art Therapy Techniques versus Digital Art Therapy Techniques: A Comparison using Sand Play. Honors Theses. Bachelor Thesis [Elektronnyi resurs]. Eastern Kentucky University, 2018. 31 p. URL: https://encompass.eku.edu/honors_theses/518 (Accessed 01.11.2021).
 21. Selby R. Eco-Art Therapy and Youth Loneliness in a Digital Age. Presented in Partial Fulfillment of the Requirements for the Degree of Master of Arts. Graduate Projects (Non-thesis) [Elektronnyi resurs]. Montreal, Quebec, Canada: Concordia University, 2021. 36 p. URL: <https://spectrum.library.concordia.ca/988182/> (Accessed 01.11.2021).

22. Shamri L. Making Art Therapy Virtual: Integrating Virtual Reality into Art Therapy with Adolescents. *Frontiers in Psychology*, 2021. Vol. 12, article ID 584943, 10 p. DOI:10.3389/fpsyg.2021.584943
23. Sojung P. Art Therapy Using Possible Selves and Digital Media for Individuals with Alcohol Addiction in Korea. In partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy [Elektronnyi resurs]. Lesley University, Cambridge, 2016. 199 p. URL: https://digitalcommons.lesley.edu/expressive_dissertations/39 (Accessed 01.11.2021).
24. Song Q., Soo K., Wook Y. Retraction of Effects of the Application of Information Technology to Art Education Therapy on University Students' Self-Concept and Peer Relationship. *Eurasia Journal of Mathematics, Science and Technology Education*, 2019. Vol. 15, no. 4, article no. em1629. DOI:10.29333/ejmste/96350
25. Swanepoel M. Digital Art Therapy and Trauma: a psycho-educational Perspective. Master (Education) diss. [Elektronnyi resurs]. University of South Africa, 2014. 237 p. URL: <http://hdl.handle.net/10500/13721> (Accessed 01.11.2021).
26. Tang Y. Art Therapy: Intervention Study of Immersive Interaction Animation on Children with ADHD. *2nd International Academic Conference on Energy Conservation, Environmental Protection and Energy Science (ICEPE 2021)*. EDP Sciences, 2021. 5 p. DOI:10.1051/e3sconf/202127103048
27. The handbook of art therapy and digital technology [Elektronnyi resurs]. Malchiodi C. (ed.). London, Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 2018. 417 p. URL: <https://books.google.ru/books?id=cfVMDwAAQBAJ&lpg=PP1&hl=ru&pg=PP1#v=onepage&q&f=false> (Accessed 13.12.2021).
28. Thong S. Redefining the Tools of Art Therapy. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*, 2007. Vol. 24, no. 2, pp. 52—58. DOI:10.1080/07421656.2007.10129583
29. Voznesenska O. Media Art Therapy as a Helping Tool for the Personality in the Information Age. *European Journal of Interdisciplinary Studies*, 2019. Vol. 11, no. 1, pp. 46—57. DOI:10.24818/ejis.2019.04
30. Weiser J. PhotoTherapy Techniques in Counseling and Therapy: Using Ordinary Snapshots and Photo-Interactions to Help Clients Heal their Lives. *The Canadian Art Therapy Association Journal*, 2004. Vol. 17, no. 2, pp. 23—51. DOI:10.1080/08322473.2004.11432263
31. Wu P., Hu H., Fan K. Developing an APP with Taiwanese Image for Reminiscence Therapy of Dementia. *Journal of Software*, 2018. Vol. 13, no. 7, pp. 395—406. DOI:10.17706/jsw.13.7.395-406
32. Zubala A., Hackett, S. Online art therapy practice and client safety: a UK-wide survey in times of COVID-19. *International Journal of Art Therapy*, 2020. Vol. 25, no. 4, pp. 161—171. DOI:10.1080/17454832.2020.1845221
33. Zubala A., Kennell N., Hackett S. Art Therapy in the Digital World: An Integrative Review of Current Practice and Future Directions. *Frontiers in Psychology*, 2021. Vol. 12, article ID 595536, 20 p. DOI:10.3389/fpsyg.2021.600070

Информация об авторах

Адаскина Анна Анатольевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогической психологии имени проф. В.А. Гуружапова, Московский государственный психолого-педагогический университет (ФГБОУ ВО МГППУ), г. Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8802-0975>, e-mail: adaskinaaa@mgppu.ru

Information about the authors

Anna A. Adaskina, PhD in Psychology, Associate Professor, Chair of Educational Psychology named after prof. V.A. Guruzhapov, Moscow State University of Psychology & Education, Moscow, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8802-0975>, e-mail: adaskinaaa@mgppu.ru

Получена 29.10.2021

Received 29.10.2021

Принята в печать 12.12.2021

Accepted 12.12.2021