Постановка проблеми. В процесі дослідження морального розвитку дитини необхідно вивчити сутність і характерні особливості гештальт-терапії як фактора морального розвитку особистості школяра.

Аналіз основних досліджень і публікацій. Сучасна психологія досліджує основні положення, структуру та механізми гештальт-терапії, яка грунтується на основоположих теоретико-методологічних засадах: гештальт-психології (М. Вертхеймер, В. Келер, К. Коффка, К. Левін), психоаналізі (Ф. Александер, Г. Фройд, З. Фройд, Х. Штаум), гуманістичній й екзистенційній психології (Л. Бінсвангер, М. Босс, Дж. Бугенталь, К. Гольдштейн, А. Маслоу, Р. Мей, Ж. Нюттен, Г. Олпорт, К. Роджерс, В. Франкл).

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Метою дослідження є вивчення ролі методу гештальт-терапії в процесі морального розвитку особистості школяра.

Виклад основного матеріалу дослідження. Моральний розвиток особистості Ф. Перлза відіграв важливу роль в його житті і творчості. Спинимось на деяких фактах його біографії. Фріц (Фредерік Соломон) Перлз (1893-1970) народився в Берліні в сім'ї комівояжера, який торгував палестинськими винами. Діти, Фріц та його двоє сестер, зростали у важких умовах: сварки, бійки, постійні образи, на жаль, стали в цій сім'ї повсякденним явищем. Малий Фріц тримався в напружених сімейних стосунках сміливо, мужньо, настійливо захищаючи справедливість і свою людську гідність. Мав постійні проблеми з навчанням: у сьомому класі просидів два роки, а потім був зовсім виключений зі школи. Але все одно школу закінчив і поставив собі за мету одержати вищу освіту. Медицину вивчав у Фрейбурзькому та Берлінському університетах. У роки першої світової війни був військовим лікарем. У 1920 р. став доктором медицини Берлінського університету. Після приходу нацистів до влади у 1933 р. він переїхав до Голландії, а потім до Південної Африки, в Йоханнесбург, де став фундатором Південноафриканського інституту психоаналізу. У 1942 р. вийшла його перша книга «Его, голод і агресія», створена разом із дружиною Лаурою. У 1946 р. Ф. Перлз емігрував до США і відкрив приватну практику в Нью-Йорку, намагаючись експериментувати, використовуючи різноманітні психотерапевтичні прийоми. У 1951 р. у співавторстві з Р. Хефферліном і П. Гудменом видав книгу «Гештальт-терапія», у котрій сформулював початки свого власного терапевтичного підходу. Були створені Нью-Йоркський та Клівлендський інститути гештальт-терапії. У 1969 р. на острові Ванкувер заснував гештальтобщину й видав праці «Гештальт-терапія в дослівному викладі» та «Всередині і поза помийним відром». В останній період життя наполегливо працював над книгами «Гештальт-підход» та «Свідок терапії», котрі були видані в 1973 р.

Гештальт-терапія (від нім. gestalt - образ, форма, структура та грец. therapeia - лікування) - метод, створений Ф. Перлзом під впливом ідей гештальт-психології, екзистенціалізму, психоаналізу, який набув широкої популярності. Ф. Перлз переніс закономірності утворення фігури, встановлені в гештальт-психології у сфері сприйняття, в царину мотивації людської поведінки. Виникнення й задоволення потреб він розглядав як ритм формування і завершення гештальтів. Функціонування мотиваційної сфери здійснюється, за Ф.Перлзом, за принципом саморегуляції організму.

Людина перебуває в рівновазі з самою собою і оточуючим світом. Бути самим собою, здійснювати своє «Я», реалізувати свої потреби, схильності - це шлях гармонійної здорової особистості. Людина, яка хронічно перешкоджає задоволенню особистих потреб, відмовляється від реалізації свого «Я», згодом починає додержуватися цінностей, нав'язаних ззовні. І це приводить до порушення процесу саморегуляції організму.

Згідно з гештальт-терапією, організм розглядається як єдине ціле, і будь-який аспект поведінки може бути проявом цілісного буття людини. Людина є частиною більш широкого поля: організм - середовище. У здорової особистості взаємозв'язок із середовищем є рухливим: виникнення певної потреби вимагає «контакту» із середовищем і формує гештальт, задоволення потреби завершує гештальт і вимагає «відходу» від середовища. У невротичної особистості процеси «контакту» і «відходу» є суттєво перекрученими і не забезпечують адекватного задоволення потреб.

Загалом теорія гештальт-терапії ґрунтується на таких положеннях:

- Дитина являє собою цілісну соціобіопсихологічну істоту. Будь-який розподіл її на складові частини, наприклад, психіку і тіло, є штучним.

- Дитина та її навколишнє середовище становлять єдиний гештальт, структурне ціле, що називають полем «організм - навколишнє середовище». Середовище впливає на організм, а організм перетворює навколишнє середовище.

- Поведінка школяра, відповідно до теорії гештальт-терапії, підпорядковується принципам формування та руйнації гештальтів. Здоровий організм функціонує на основі саморегуляції. Ключова потреба виникає і займає домінантну позицію в організмі - фігура утворюється із тла. Далі організм знаходить у зовнішньому середовищі об'єкт, здатний задовольнити цю потребу, наприклад, їжу при почутті голоду, іграшку та книгу в процесі гри та читання. Зближення й адекватна взаємодія з об'єктом (розжовування і проковтування їжі, отримання іграшки, книги, підручника) приводить до задоволення потреби - гештальт завершується і руйнується.

- Контакт - базове поняття гештальт-терапії. Організм не може існувати в безповітряному просторі, так само як і в просторі, позбавленому води, рослин і живих істот. Дитина не може розвиватися без середовища інших людей. Усі основні потреби можуть задовольнятися лише в контакті із навколишнім середовищем. Місце, у якому організм зустрічається із навколишнім середовищем, у гештальт-терапії називають межею контакту. Наскільки дитина здатна задовольняти свої потреби, залежить від того, наскільки гнучко вона може регулювати контактну межу.

- Усвідомлення - поінформованість про те, що відбувається всередині організму та в його навколишньому середовищі. Усвідомлення нетотожне інтелектуальному знанню про себе і оточуючий світ. Воно містить переживання сприйняття як стимулів зовнішнього світу, так і внутрішніх процесів організму - відчуттів, емоцій, а також розумову діяльність - ідеї, образи, спогади і передбачення, тобто охоплює багато рівнів. Саме усвідомлення подає реальну інформацію про потреби організму дитини і про навколишнє середовище. Головна мета практики гештальт-терапії - це розширення усвідомлення школяра.

- Тут і тепер - принцип, який означає, що актуальне для організму школяра завжди відбувається в сьогоденні, будь то сприйняття, почуття, дії, думки, фантазії про минуле чи майбутнє, усі вони перебувають у теперішньому часі.

-Відповідальність - здатність відповідати за те, що відбувається і вправно контролювати свої реакції. Реальна відповідальність пов'язана з усвідомленням. Чим більше дитина усвідомлює реальність, тим більше вона здатна відповідати за своє життя - за свої бажання, дії, говорячи словами Ф. Перлза - спиратися на себе.

Головна мета гештальт-терапії - досягнення школярем більш повного усвідомлення себе: своїх почуттів, потреб, бажань, тілесних процесів, своєї розумової діяльності, а також, наскільки можливо, повного усвідомлення оточуючого світу, насамперед світу міжособистісних відносин. Гештальт-терапія не прагне до негайної зміни поведінки та швидкого усунення її симптомів і детермінант.

До основних понять гештальт-терапії належать фігури і тло, усвідомлення і зосередження на сьогоденні, полярності, захисні функції і зрілість.

I. Відношення фігури і тла. Під час саморегуляції здорова дитина із усієї значної кількості інформації вибирає ту, котра для неї в цей момент є найбільш важливою і значущою. Це фігура. Інша інформація тимчасово відсувається на задній план. Це тло. Нерідко фігура і тло міняються місцями.

Відношення між фігурою і тлом - одне з понять гештальт-психології. У її розумінні фігура виступає як домінантна потреба, а ритмічна зміна фігур і тла лежить в основі саморегуляції організму школяра. Як фігуру (гештальт) можуть створити побут, бажання, почуття чи думки, що в цей момент переважають над іншими бажаннями, почуттями і думками. Як тільки потреба задовольняється, гештальт завершується, втрачає свою значущість і переміщується на задній план, поступається місцем новому гештальту. Іноді потребу задовольнити неможливо. У такому разі гештальт залишається незавершеним, а тому не може бути відреагованим і не може поступитися місцем іншому. Така невідреагована потреба є, за Ф. Перлзом, причиною багатьох незавершених проблем, що через деякий час починають впливати на важливі психічні процеси школяра, важливі в ході морального розвитку його особистості.

II. Усвідомлення і зосередження на сьогоденні. Основною умовою, необхідною для того, щоб сформувати і завершити гештальт, є здатність дитини усвідомлювати себе і свою домінантну потребу в цей момент. Усвідомлення і зосередженість на потребі є важливим принципом у гештальт-терапії, що має назву «тут і тепер».

III. Контакт супроводиться формуванням гештальту, відхід - його завершенням. Рушійною силою цього ритму (контакт-відхід) Ф. Перлз вважав ієрархію потреб. Для задоволення своїх потреб школярі постійно повинні бути в контакті із зонами свого внутрішнього та зовнішнього світу. Вони відповідають на свої зовнішні потреби, коли купують хліб, розв'язують задачі, надягають верхній одяг, відчуваючи холод чи знімаючи його у теплій кімнаті. Саморегуляція організму залежить від ступеня усвідомлення сьогодення і від здатності жити в повну силу «тут і тепер».

IV. Захисні функції. Ними є інтроекція, проекція, ретрофлексія, дефлексія і злиття.

V. Зрілість - здатність перейти від опори на середовище і від регулювання середовищем до опори на себе та саморегуляцію.

Ф. Перлз розглядав особистісний ріст як процес розширення зон самоусвідомлення, що сприяє саморегуляції та координує рівновагу між внутрішнім світом і середовищем. Він виділяв три зони усвідомлення:

1. Внутрішню - явища і процеси, що відбуваються в нашому організмі.

2. Зовнішню - зовнішні події, що відбиваються свідомістю.

3. Середню - фантазії, вірування, відносини.

Під час неврозу переважає тенденція до зосередження на середній зоні як результат виключення зі свідомості двох перших. Така зайва схильність до фантазування, інтерпретації порушує природний ритм процесу свідомості, змушує школяра зосереджуватися на минулому і майбутньому на шкоду сьогоденню, позаяк завершити гештальт (задовольнити потреби) можна тільки в момент «тут і зараз».

На думку Ф. Перлза, психічні порушення у дітей зумовлені тим, що їхня особистість становить єдиного цілого, тобто гештальта. Здебільшого стрес школярів виникає як наслідок неусвідомлених конфліктів, котрі заважають їм входити в контакт із деякими власними почуттями і думками.

Гештальт-терапія прагне спонукати школяра переживати власні фантазії, усвідомлювати власні емоції, контролювати інтонації голосу, рух рук і очей і зрозуміти, що колись ігнорувалися ним фізичні відчуття для того, щоб він знову зміг поновити зв'язок між усіма своїми різноманітними аспектами, і внаслідок цього особистість була спроможна досягти повного усвідомлення особистісного «Я». В основі всіх порушень лежать обмеження здатності школяра до підтримання оптимальної рівноваги із середовищем, порушення процесу саморегуляції, ключового в ході морального розвитку особистості школяра.

У гештальт-теорії розрізняють п'ять механізмів порушення процесу саморегуляції: 1) інтроекцію; 2) проекцію; 3) ретрофлексію; 4) дефлексію; 5) конфлуенцію.

При інтроекції школяр засвоює почуття, погляди, переконання, оцінки, норми, зразки поведінки інших людей, що, вступаючи в протиріччя з власним досвідом, не асимілюються його особистістю. Цей неасимільований досвід - інтроект - є далекою для дитини частиною її особистості. Найбільш ранніми інтроектами є батьківські повчання, що засвоюються дитиною без критичного осмислення. Згодом стає важко розрізнити інтроекти і свої особисті переконання.

Проекція - пряма протилежність інтроекції. При проекції школяр відчужує властиві йому якості, бо вони не відповідають його «Я-концепції». Діри, що утворяться внаслідок проекції, заповнюються інтроектами. «Він робить іншим те, у чому сам їх постійно звинувачує».

Ретрофлексія - поворот до себе - спостерігається в тих випадках, коли які-небудь потреби школяра не можуть бути задоволені через їхнє блокування соціальним середовищем, і тоді енергія, призначена для маніпулювання в зовнішньому середовищі, спрямовується на самого себе. Такими незадоволеними потребами або незавершеними гештальтами часто є агресивні почуття. Ретрофлексія при цьому виявляється в м'язових затисках. Первісний конфлікт між «Я» та іншими перетворюється у внутріособистісний конфлікт. Показниками ретрофлексії є використання в мові зворотних займенників і часток. Наприклад: «Я повинен змусити себе зробити це». Дефлексія - відхилення від реального контакту. Школяр, для якого характерна дефлексія, уникає безпосереднього контакту з іншими людьми, проблемами і ситуаціями. Дефлексія виражається у формі балакучості, ритуальності, умовності поведінки, тенденції «згладжування» конфліктних ситуацій.

Конфлуенція (або злиття) виражається в усуненні меж між «Я» й оточенням. Такі школярі важко відрізняють свої думки, почуття і бажання від чужих. Для дітей з конфлуенцією характерним при описі власної поведінки є вживання займенника «ми» замість «я». Конфлуенція являє собою захисні механізми, звертаючись до яких, школяр відмовляється від свого справжнього «Я». Унаслідок дій перерахованих механізмів порушується цілісність особистості, що виявляється розчленованою на окремі частини. Такими фрагментами часто виступають дихотомії: чоловіче - жіноче, активне - пасивне, залежність - відчуженість, раціональність - емоційність [1].

Поняття «незакінчена справа» є одним із центральних у гештальт-корекції. «Незакінчена справа» означає, що невідреаговані емоції перешкоджають процесові актуального усвідомлення. Ф. Перлз вважав, що образа є найгіршим видом незавершеної справи, що досить часто трапляється і порушує автентичність комунікації. Довершити незавершене, звільнитися від емоційних затримок - один з істотних моментів у гештальт-корекції.

Іншим важливим терміном є «запобігання» - поняття, за допомогою якого відбиваються особливості поведінки школяра, пов'язані зі способами запобігання визнанню і прийняття всього того, що супроводиться неприємними переживаннями щодо незавершеної справи. Гештальт- терапія заохочує вираження затриманих почуттів, конфронтацію з ними і переопрацювалення їх, досягаючи тим самим особистісної інтеграції. У процесі гештальт-корекції на шляху до розкриття своєї індивідуальності школяр проходить через п'ять рівнів, які Ф. Перлз називає рівнями неврозу.

Перший рівень - рівень фальшивих відносин, ігор і ролей. Це шар фальшивої рольової поведінки, звичних стереотипів та ролей. Невротична особистість відмовляється від реалізації свого «Я» і живе відповідно до очікувань інших людей. Унаслідок цього особисті цілі і потреби школяра залишаються незадоволеними. Дитина відчуває фрустрацію, розчарування і безглуздість свого існування.

Другий рівень - фобічний - пов'язаний з усвідомленням своєї фальшивої поведінки і маніпуляцій. Але коли школяр уявляє собі, які наслідки можуть виникнути, якщо він почне поводитися щиро, його охоплює почуття страху. У таких надзвичайно важких ситуаціях школяр боїться бути тим, ким є. Боїться, що суспільство піддасть його остракізмові. І дитина прагне уникати зіткнення зі своїми хворобливими переживаннями.

Третій рівень - рівень глухого кута і розпачу. Він характеризується тим, що школяр не знає, що робити, куди рухатися. Він переживає втрату підтримки ззовні, але не готовий і не хоче використовувати свої власні ресурси, знайти внутрішню точку опори. Унаслідок цього дитина дотримується статусу-кво, боячись пройти через глухий кут. Це моменти, пов'язані з переживанням своєї власної безпорадності.

Четвертий рівень - імплозія, це стан внутрішнього сум'яття, розпачу, відрази до самого себе, зумовлений повним усвідомленням того, як школяр обмежив і пригнітив себе. На цьому рівні він може відчувати страх смерті. Ці моменти пов'язані із залученням величезної кількості енергії і зіткненням протилежних сил в глибинах людської свідомості. Унаслідок цього високий тиск, що загрожує здоров'ю дитини, намагається знищити її. Вона в сльозах розпачу зустрічає свою рішучість прийняти ситуацію і впоратися з нею. Це шар наближення до свого справжнього «Я».

П'ятий рівень - експлозія, вибух. Школяр уникає всього несправедливого, підробного, починає жити і діяти згідно зі своїм справжнім «Я». Досягнення цього рівня означає формування автентичної особистості, що породжує здатність до переживання і вираження своїх емоцій. Отже, гештальт-корекція - це підхід, спрямований на звільнення і самостійність особистості.

Мета корекції. Метою гештальт-корекції є зняття блокувань, пробудження потенційно наявних у школяра значних природних ресурсів, що сприяють його особистісному зростання, досягненню цінності та зрілості, повній інтеграції особистості дитини.

Головна мета - допомога школяреві в цілковитій реалізації його потенціалу. Ця мета містить у собі кілька допоміжних: 1) забезпечення повноцінної роботи актуального самоусвідомлювання; 2) зміщення локусу контролю всередину; 3) заохочення незалежності і самодостатності; 4) виявлення психологічних блоків, котрі перешкоджають зростанню, усунення їх.

Позиція психолога. У гештальт-корекції психолог розглядається як каталізатор, помічник, співтворець, інтегрований в єдине ціле гештальт-особистості школяра. Психолог намагається уникати безпосереднього втручання в особисті почуття школяра і полегшити вираження цих почуттів.

Головна мета взаємодії зі школярем - активізація внутрішніх особистісних резервів школяра, вивільнення яких веде до особистісного зростання.                          Вимоги й очікування від школяра. У гештальт-корекції школяреві відводиться активна роль, що передбачає право на власні інтерпретації позицій, на усвідомлення схем своєї поведінки і життєдіяльності. Передбачається, що школяр повинен переключитися з раціоналізування на переживання. Причому вербалізація почуттів не настільки важлива, наскільки важливі бажання дитини, її готовність прийняти сам процес актуального переживання, в якому вона буде насправді випробовувати почуття і говорити від їх імені, а не просто повідомляти про них [1].

Психотехнікам у гештальт-корекції надається дуже велике значення. Вони називаються іграми й експериментами. Широку популярність гештальт-корекція одержала багато в чому завдяки цим іграм, цікавим і впливовим.

1. Експериментальний (дисоційований) діалог. Це діалог між різноманітними поглядами, що репрезентують власну особистість. Коли у школяра спостерігається фрагментація власної особистості, психолог пропонує експеримент: провести діалог між значущими фрагментами особистості. Наприклад, між агресивним і пасивним початком, між тим, що здійснює напад, і тим, що захищається. Це може бути діалог і з власним почуттям (наприклад, з почуттям страху), а також з окремими частинами тіла або з уявною (значущою для школяра) людиною.

Техніка гри така: напроти стільця, що займає школяр («гарячий стілець») розташовується порожній стілець, на який «саджають» уявного співрозмовника. Дитина по черзі змінює стільці, програючи діалог, ототожнюючи себе з різними фрагментами своєї особистості і виступаючи то з позиції жертви, то з позиції агресора, і по черзі подаючи репліки з боку однієї, потім іншої психологічної позиції.

2. «Великий пес» і «Маленьке щеня». Поширеним прийомом є використання двох ігрових позицій: «Великий пес» і «Маленьке щеня». «Великий пес» уособлює обов'язки, вимоги, оцінки. «Маленьке щеня» уособлює пасивно-захисні установки, залучає хитрощі, відмовки, виправдання, що пояснюють невиконання своїх обов'язків. Між цими позиціями відбувається боротьба за владу і повний контроль над особистістю.

«Великий пес» намагається натиснути погрозою покарання або пророкуванням негативних наслідків поведінки, що не відповідає вимогам. «Маленьке щеня» не вступає в пряму боротьбу, а використовує хитрощі - йому невластива агресивність. Фрагменти діалогу між цими частинами особистості виникають іноді у свідомості школяра в різних ситуаціях повсякденного життя, коли, наприклад, він намагається змусити себе зробити щось і водночас маніпулює різними відмовками і самовиправданнями. За допомогою систематизованого і широго діалогу під час вправи школяр може більш повно усвідомити марні маніпуляції, котрі безупинно здійснюються над власною особистістю, стати більш щирим і здатним значно ефективніше керувати собою. Техніка має виражений енергетичний потенціал, підсилює мотивацію школяра до більш адекватної поведінки, моральної й відповідальної [1].

Висновки. Під час психокорекційної роботи гештальт-терапія стає важливим фактором морального розвитку особистості школяра.