

**Олена Аніщенко,**

**м. Київ**

## **ТЕРАПІЯ І МИСТЕЦТВО В ОСВІТІ ЛЮДЕЙ ТРЕТЬОГО ВІКУ**

Система освіти дорослих, у т. ч. людей третього віку, є показником рівня розвитку культурного, морального, наукового, технічного потенціалу країни. Життєва та освітня компетентності населення третього віку дозволяє розвиненим країнам підтримувати свою конкурентоспроможність на міжнародній арені, підвищувати інтелектуальний і соціальний рівень населення, гарантувати його професійну самореалізацію. У зв'язку з цим набувають актуальності технології навчання дорослих, розроблені на основі андрагогічного підходу із урахуванням вікових та інших особливостей, освітньо-культурних потреб осіб третього віку. За нашим переконанням, особливого значення набувають технології, які сприяють збереженню здоров'я, подовженню життя літніх людей.

Вищевикладене свідчить про доцільність розробки і запровадження арт-терапевтичних технологій в освіті дорослих, які поєднують здобутки медицини, мистецтва, педагогіки, психології та інших наук. Арт-терапія у науково-педагогічному розумінні – турбота про емоційне самопочуття та психологічне здоров'я особистості, групи, колективу засобами спонтанної художньої діяльності. Вона забезпечує розвиток і зміни особистості за допомогою різних видів і форм мистецтва і творчості. Саме арт-терапевтичні технології сприяють розвиткові пам'яті та уваги, а також здібностей орієнтуватися в нових умовах – бути самостійним, впевненим і незалежними.

Слід наголосити, що в освіті дорослих доцільно упроваджувати види арт-терапії, представлені у психології та медицині, що відповідають наявним видам мистецтв. Виокремлюють власне арт-терапію, музикотерапію, танцювальну терапію, драмотерапію, казкотерапію, маскотерапію, етнотерапію, ігротерапію, кольоротерапію, фототерапію, лялькотерапію та ін. Кожен із цих видів має безліч арт-терапевтичних технік, які застосовуються для вирішення внутрішніх

і міжособистісних конфліктів, кризових ситуацій (у т. ч. вікових криз), травм, невротичних і психосоматичних розладів та ін. В освіті дорослих використання арт-терапії спрямовано на підвищення життєвого тону, зміцнення духу, покращення емоційного й фізичного стану, подолання соціальної ізоляції, прийняття свого віку та ін. Значний інтерес становлять спроби деяких арт-терапевтів розширити межі своїх досліджень шляхом використання нейропсихологічних даних, уявлень психосоматичної медицини, даних про психологію сприйняття візуальних образів і фізіології емоцій.

У контексті викладеного вище заслуговує на увагу досвід Навчально-наукового Інституту магістерської підготовки та післядипломної освіти університету „КРОК”, який з жовтня 2009 р. розпочав навчання осіб третього віку [1]. В Інституті розроблено систему короткотермінових курсів, адаптованих до особливостей, інтересів людей пенсійного віку і спрямована на вирішення їхніх проблем у галузі збереження здоров'я, професійної самореалізації, правової грамотності, організації дозвілля. Серед них курси „Здоровий спосіб життя”, „Класичні бальні танці”, „Конфліктологія”, „Психологія”, „Арт-терапія” та багато інших. Зокрема, 4-місячний курс арт-терапії уможливорює розвиток у слухачів емоційного інтелекту, соціальної компетентності, самосвідомості, підвищення рівня самоповаги, покращення дитячо-батьківських і сімейних відносин, формування здорових потреб.

Отже, арт-терапевтичні технології в освіті людей третього віку, розроблені із урахуванням зокрема вікових особливостей, передбачають упровадження таких навчальних, культурно-адаптаційних, реабілітаційних складових, які дозволяють слухачам не тільки удосконалювати певні знання та вміння, а й розвивати творчі здібності з їхньою подальшою адаптацією до умов сьогодення, підвищувати соціальну й творчу активність.

### **Література**

1. Курси для осіб «третього віку» (навчання пенсіонерів): [Електронний ресурс]. – Режим доступу: 12.08.2011 <<http://fpo.krok.edu.ua/kursi-dlya-osib-tretogo-viku-navchannya-pensioneriv.html>>. – Загол. з екрану. – Мова укр.