

Особливості арт-технологій в підготовці майбутніх психологів.

Инжиєвська Леся Анатоліївна

аспірант кафедри загальної та практичної психології ДВНЗ

«Університет менеджменту освіти» НАПН України

Особенности арт-технологий в подготовке будущих психологов.

Инжиєвська Леся Анатольевна

аспірант кафедри общей и практической психологии

Университет менеджмента образования НАПН Украины

Features of the art technologies in the training of future psychologists.

Lesia Inzhyievska

PhD student, Dept. of General and Applied Psychology, University of

Educational Management of NAPS of Ukraine

У статті на основі аналізу зарубіжної та вітчизняної літератури здійснено спробу розкрити наукові підходи арт-технологій в освітньому процесі їх застосування в роботі з майбутніми психологами, які здобувають другу вищу освіту.

Ключові слова: арт-терапія, професійна підготовка, арт-технології в освітньому процесі.

В статье на основании анализа зарубежной и отечественной литературе предпринята попытка раскрыть научные подходы арт-технологий в образовательном процессе их применения в работе с будущими психологами, которые получают второе высшее образование.

Ключевые слова: арт-терапия, профессиональная подготовка, арт-технологии в образовательном процессе.

The article on the basis of the analysis of foreign and Russian literature is an attempt to discover scientific approaches of the art technologies in the educational process of their application in future psychologists who receive a second higher

education.

Key words: art-therapy, professional preparation, technologies of art in an educational process.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМИ

Важливим аспектом, що сприятиме реалізації особистісно-орієнтованої психологічної підготовки майбутніх психологів на тернах нашого сьогодення в системі освіти виступає напрям психотерапевтичної діяльності - арт-терапія. Актуальність арт-терапії галузі в системі освіти нині визнається багатьма вченими. Так, можливості застосування арт-технологій в освітньому процесі розглядали у своїх роботах такі автори як А. І. Копитін, В. Л. Кокоренко, Л. Д. Лебедева, Т. Г. Зінкевич-Євстигнеєва, О.Л.Вознесенська та інші автори.

Наукові уявлення про можливості арт-технологій спираються на фундаментальні педагогічні дослідження. Серед них: концепції педагогіки свободи і педагогічної підтримки (О. С. Газман); самоорганізуючої педагогічної діяльності і сенсорозвивальних засобів пробудження творчої активності (С. Кульневич); специфічної природи педагогічної діяльності (В. Загвязинський, І. Колеснікова, В. Сластенін); технологія створення особово-орієнтованих ситуацій (В. Серіков) і багато інших. [2].

Зрозуміло, що введення теорії і технології арт-терапії в сферу вищої освіти спочатку як нововведення, потім як інновації в певній мірі залежить від низки умов. Серед загальновідомих: інноваційний потенціал освітнього закладу, творча атмосфера, стійкий інтерес в науковому та педагогічному співтоваристві до нового, достатні соціокультурні та матеріальні (економічні) умови, ефективність самої інновації. Згідно з наявними в науці даними, найбільш ефективним є навчання, яке відтворює реальну технологію професійної діяльності. Дослідження У. Дутчак, Л. Лебедевої, Н. Пов'якель та інших дослідників це також підтверджують.

Мета статті: проаналізувати та узагальнити діагностично-терапевтичний потенціал введення засобів та технологій арт-терапії у професійну підготовку майбутніх психологів які здобувають другу вищу освіту.

РЕЗУЛЬТАТИ ТЕОРЕТИЧНОГО АНАЛІЗУ ПРОБЛЕМИ

Розвиток сучасних наук нерідко пов'язують з поняттям інтердисциплінарності, що відображає швидке виникнення і становлення так званих пограничних дисциплін. У процесі інтеграції далеких, на перший погляд, галузей дослідження, виникають нові перспективні галузі міжнаукового знання. Серед них – педагогічний напрям арт-терапії.

Для України арт-терапія як напрям психолого-педагогічної діяльності є відносно новою галуззю, яка, однак, сприяє реалізації особистісно-орієнтованої психологічної підготовки майбутніх психологів. Але у світовій психотерапевтичній практиці арт-терапія має вже досить значну історію. Як самостійна психотерапевтична практика арт-терапії сформувалася у 40-50-х роках минулого століття у Великій Британії та США. Арт-терапія як галузь теоретичних та практичних знань виникла на межі науки і творчості. Завдяки дослідженням дефініцію «арт-терапія» у середині ХХ століття ввів у вживання Адріан Хілл.

Сучасне розуміння арт-терапії зумовлює, по-перше, використання мови зображувальної та інших видів експресії; по-друге, безпосередню участь особистості в різних формах і видах творчої діяльності

До кінця ХІХ ст. більшість людей мешкали у селах, де традиційна культура була обов'язковою частиною життя – усі змалку співали, танцювали, малювали. Бурхливий науково-технічний прогрес посприяв стрімкій урбанізації і розвитку міської культури, що в свою чергу, перетворило громадян більше на споживачів мистецтва, ніж на творців. Проте потреба у самовираженні і творчості, потреба бути творцем, активним учасником культури залишилася і присутня і в сучасній людини. Саме тут стає у пригоді арт-терапія. [1].

Інтерес до арт-терапії проявляли представники фактично всіх напрямків психотерапії (гештальту, когнітивно-біхевіорального, екзистенційно-гуманістичного та ін.), а також представники різних наукових шкіл.

Так, дослідниками арт-терапії, її теоретичних і методологічних основ є: Л. Аметова, М. Андерсен-Уорен, І. Бирюкова, І. Бреусенко-Кузнецов, О. Будза,

М. Бурно, І. Вачков, О. Вознесенська, Ю. Гундертайло, Т. Зінкевич-Євстигнєєва, Т. Колошина, Е. Келліш, М. Кисельова, О. Копитін, Л. Лебедева, А. Лоуен, Р. Мартін, В. Нікітін, Л. Мова, Є. Морозова, Л. Подкоритова, Н. Роджерс, К. Росс, О. Скар, М. Сидоркіна, Ю. Соколев, Г. М. Ферс, Г. Хульбут і багато інших.

В основі сучасної арт-терапії лежать перш за все ідеї З. Фрейда та К. Юнга.

За З. Фрейдом, внутрішнє «Я» людини виявляється у візуальній формі кожного разу, коли особистість спонтанно щось малює чи ліпить, а образотворче мистецтво, маючи багато спільного з фантазіями та сновидіннями, виконує роль, що компенсує та знімає психічну напругу, а також проявляє проблеми автора.

К. Юнг наголошував на важливості використання персональних та універсальних символів, та вважав образотворче мистецтво надзвичайно важливим інструментом для реалізації самоцілюючих можливостей психіки.

Представники гештальт-терапії, зокрема Д. Стівенс, зауважують, що процес художньої творчості, у будь-яких своїх проявах, є засобом самовираження протягом тисячоліть [3].

На думку Т. Колошиної, головною властивістю мистецтва є те, що це унікальний спосіб передачі людського досвіду. Воно дає можливість познайомитись, а не дізнатись; дає, але не нав'язує; не претендує на правоту, об'єктивність, істинність, а забезпечує споглядачу можливість самому робити висновки, визначати своє ставлення. Крім того, як зазначає авторка, мистецтво фіксує досвід переживання, на відміну від науки, яка фіксує досвід дії, який має ознайомчий характер та допомагає унікальність кожного життєвого явища. [2].

Дослідження українських вчених також показують важливість мистецтва і творчості для сучасної особистості. Так, наприклад, у дослідженні Л. Подкоритової було виявлено, що творча діяльність і мистецтво є одним з основних джерел психологічної енергії та натхнення у студентів, що оволодівають професіями практичного психолога та соціального педагога:

97% досліджуваних відмітили споживання творів мистецтва і культури та власну творчість серед провідних засобів самовідновлення та натхнення. Зокрема з них 36,92% провідним засобом самопомоги визначають саме власну творчість (малювання, рукоділля, танці, писання віршів та творів тощо). [2].

О. Назаренко зазначає, що людина у процесі творчої діяльності, зокрема у процесі арт-терапії, задовольняє свою найголовнішу фундаментальну потребу — потребу в самоактуалізації. [5].

Творчий процес зцілює і водночас є таким, що глибоко перетворює.

Центральною фігурою в арт-терапевтичному процесі є не пацієнт як хвора людина, а особистість, яка прагне до саморозвитку й розширення діапазону своїх можливостей, спираючись на «трансцендентні» властивості символів і власний творчий потенціал, здатна досягти самоцілення, а символічні образи несуть у собі способи вирішення внутрішньоособистісних конфліктів.

На сьогоднішній день арт-терапія одночасно є:

- технологією психічної гармонізації й розвитку людини, зокрема в освітній практиці;
- засобом розв'язання внутрішніх конфліктів особистості;
- засобом активізації творчого потенціалу особистості, технологією активізації ресурсів і поширення діапазону саморегуляції [1; 2; 4;6;].

Арт-терапевтичним технологіям властиві суттєві переваги перед іншими формами психотерапевтичної роботи.

Відзначимо деякі з них:

- арт-терапія є засобом вільного самовиразу, вільного самопрояву й самопізнання;
- арт-терапевтичні технології мають значною мірою «інсайт-орієнтований» характер, зумовлюють атмосферу довіри, розуміння до внутрішнього світу людини;
- арт-терапія не має меж і обмежень у застосуванні;

- арт-терапевтична робота у більшості випадків викликає у людей позитивні емоції, допомагає долати апатію, безініціативність, формувати активну життєву позицію та позитивне світосприйняття;
- арт-терапія базується на мобілізації творчого потенціалу особистості, внутрішніх механізмів саморегуляції та самооблізації;
- відзначається особливою «м'якістю» прийомів і психокорекційних впливів;
- арт-терапевтичні технології є засобом переважно невербальних комунікацій.

Представники напряму психосинтезу (Ассаджолі Р., Феруччі П., Йоуменс Т., 1994) відмічають також наступні ефекти арт-терапії:

1. *Очищення.* Сучасна цивілізація провокує масу почуттів і в той же час пригнічує їх вираження. В результаті з часом цей пригнічений емоційний матеріал визначає наші установки, блокує вільну течію енергії в психофізичній системі і викликає різні дрібні і великі відхилення. Вільний малюнок наділяє зримим зовнішнім образом психічну енергію, що скоує зсередини, і послабляє тим самим напругу.

2. *Розуміння.* Спостерігаючи прояв цих сил, опредмечених на папері, можна отримати краще уявлення про свій внутрішній світ. Несвідомі сили, що знаходяться там, впливають на поведінку незалежно від того, знає про них людина або ні. Розуміння зображень, які виникають в ході малювання, дозволяє усвідомити, що визначає її дії і установки.

3. *Звільнення.* Розуміння веде до звільнення від контролю несвідомих енергій, що сліпо і автоматичний управляють людиною.

Головною відмінністю арт-терапії від інших психотерапевтичних напрямів є її *тріадичність*. За визначенням Т. Колошиної, лише арт-терапія дозволяє замінити звичну діаду «терапевт – пацієнт» («консультант – клієнт») на тріаду «терапевт – творчий продукт – пацієнт», де експресивний продукт несе важливі повідомлення індивіда, і відповідно, робить психотерапевтичний альянс «психотерапевтичним трикутником» [1].

Всі ці особливості роблять арт-технології особливо продуктивними у тих випадках, коли особистість має проблеми зі спілкуванням, труднощі у вербальному описі своїх переживань, вербалізації внутрішніх конфліктів.

Символічна мова дає можливість особистості більш конструктивно проявляти свої емоції, переживання, по-новому бачити проблемні і конфліктні ситуації, і завдяки цьому – шляхом включення механізмів саморегуляції самостійно знаходити конструктивні шляхи до їх вирішення й подолання [5].

Особисте зростання і вищі стани свідомості досягаються за допомогою самоусвідомлення, саморозуміння й інсайту, які у свою чергу досягаються зануренням у власні емоції.

Розвиток навичок вільного самовираження ведуть до того, що людина починає свідомо і активно сприймати себе та інших, відкриває здатність щось міняти в собі, змінювати щось у світі, а не тільки пристосовуватися до нього.

Таким чином, арт-терапія – це не стільки лікування, скільки розвиток у людини властивої їй креативності, гармонізації та розвитку особистості, що допомагає при вирішенні проблем.

Проведене нами анкетування 186 студентів Інституту менеджменту та психології показало, що уявлення респондентів про професійне самовизначення в сфері практичної психології змінюється в процесі здобуття другої освіти, що можна зафіксувати навіть впродовж першого року навчання. Так респонденти вказали, що прийняте ними рішення щодо набуття другої професії в сфері практичної психології на початку було зумовлено наступними чинниками: бажання розібратися у собі (52%), службові обов'язки вимагають наявності психологічних знань (19%), цікава наука (9%), прагнення стати професіоналом в сфері практичної психології (11%). Біля 9% респондентів вказали, що отримані знання із психології ставлять перед ними ще більше питань та задач, ніж вони мали до початку навчання: «Коли я поступала вчитися, я думала, що зможу вирішити всі свої труднощі: а тепер бачу, що вони глибше і ширше і за ними стоять ще важливіші проблеми, які теж потребують вирішення. Думаю,

щоб стати психологом, спершу самому слід отримати психологічну допомогу, для мене більш притаманною є арт – терапія» пише в есе одна із студентів.

Розглянемо деякі вдалі експерименти щодо введення засобів та технологій арт-терапії у професійну підготовку студентів.

У. Дутчак пропонує інтегрований спецкурс у змісті професійної підготовки студентів вищих мистецьких навчальних закладів. Спецкурс, крім загально педагогічних принципів і принципів гуманістичного виховання, спирається на принцип індивідуально-творчого підходу, принципи художньо-естетичного розвитку на арт-педагогічні принципи. Він охоплює різні дисципліни: педагогіку, арт-терапію, психологію, естетику, методіку навчання, мистецтвознавство. Відповідно, велику питому вагу в курсі займають арт-технології, зокрема: колаж, техніки, в основі яких лежить малювання, прийоми бібліотерапії; методи музикотерапії.

Арт-терапевтичні методи застосовувалися у єдності з традиційними методами і прийомами професійної підготовки студентів (лекції, доповіді, написання рефератів, диспути, конференції, написання сценаріїв та планів уроків, ігри, моделювання педагогічних ситуацій тощо).

Такий підхід, на думку автора, дає можливість:

- діагностувати їх емоційний стан та рівень спрямованості на здійснення естетико-виховної діяльності;
- створити умови для творчої самореалізації та здобуття особистісного досвіду спілкування з різними видами мистецтва;
- активізувати процес професійного самоусвідомлення.

З аналізу результатів, отриманих після завершення навчання студентів згідно з пропонованою методикою, У. Дутчак робить висновок про ефективність та доцільність використання розробленого спецкурсу в процесі підготовки студентів мистецьких вищих навчальних закладів до естетичного виховання підлітків засобами арт-терапії, оскільки спостерігається зростання рівнів готовності студентів до зазначеної діяльності. Зокрема відзначаються зростання емпатійного та емоційно-чуттєвого ставлення до мистецтва,

висока динаміка зростання рівня теоретичних знань. Крім того зауважене загальне поліпшення психологічного самопочуття студентів. Усе ці позитивні зміни відмічені у студентів з експериментальної групи, для яких було впроваджено описаний інтегрований спецкурс.

Як можна побачити з вище наведеного дослідження, застосування методів арт-терапії у комплексі з іншими педагогічними методами дає високий позитивний результат.

Так, Л. Подкоритова вважає, що арт-терапія поєднує у собі деякі протилежні виміри, зокрема «емоції – мислення», «аналіз – синтез», «активність – пасивність» та ін. Завдяки цьому арт-терапія навчає людину і відчувати, і думати, врівноважувати емоції та мислення, об'єднати раціональне та ірраціональне у собі, прийнявши їх не як протилежності, а як взаємодоповнюючі частини своєї особистості у її цілісності. Інтегруючи аналіз і синтез, арт-терапія спонукає людину до глибокого аналізу та самоаналізу, створює умови для синтезу нового у собі. Поєднуючи активне і пасивне, творення і споглядання, арт-терапія, включає потужні терапевтичні механізми та спрямовує свій вплив на всі структури та виміри людської особистості – від тілесного через психічне до духовного. [6].

Ґрунтуючись на особливостях арт-терапії, Н. Пов'якель пропонує програму рефлексивно-творчого тренінгу-практикуму (РЕТТ), який включає рефлексивні, творчі та арт-терапевтичні технології. РЕТТ спрямований на професійний розвиток творчого потенціалу і саморегуляції особистості, творчих мисленневих здібностей у майбутніх психологів-практиків у системі їх фахової підготовки. Авторка зауважує деякі особливості застосування арт-терапії у цій програмі.

Серед різних апробованих програм високий рівень підготовки студентів досягається, якщо теоретичний курс гармонійно пов'язаний з системою практичного заняття. Отриманий при цьому досвід стає опорним для розвитку професійно значимих умінь і навичок.

Сам процес навчання студентів основам арт-терапії створює унікальний прецедент єдиного арт-терапевтичного та освітнього простору, що позитивно позначається на професійному становленні та особистісному зростанні майбутніх психологів.

Узагальнюючи можливості застосування арт-технологій в освіті Л. Лебедева зазначає, що студенти-педагоги, в освіту яких були включені педагогічні основи арт-терапії, мають можливість застосувати її як технологію таким чином:

- частково, у вигляді окремих прийомів, техніки, процедур в конкретних виховних справах (заходах) в період різних педагогічних практик;
- як складовий компонент загальнопедагогічної технології в літніх оздоровчих таборах(дозвілля дітей, різні форми виховної роботи);
- як систему арт-терапевтичної роботи з дітьми в процесі волонтерської практики у сфері додаткової освіти (в установах соціально-психологічної допомоги, центрах дитячої творчості, притулках, дитячих будинках, на експериментальних майданчиках);
- спільно з викладачами з арт-терапії, психологами, соціальними педагогами у формі супервізій;
- в роботі студентських клубів, молодіжних неформальних об'єднань та ін.[3].

Л. Лебедева зауважує, що істотною перевагою включення арт-терапії в систему педагогічної освіти полягає ще й у тому, що на час спеціального навчання студентська група набуває статусу терапевтичної. Це дає можливість поєднувати навчальне заняття і власне терапевтичний процес. Іншими словами, студенти не лише отримують необхідні знання і освоюють інноваційну технологію роботи з дітьми, але і пізнають глибше власний внутрішній світ, вчаться розуміти, приймати себе і інших. У результаті, отриманий позитивний досвід стає джерелом для особового і професійного зростання, зразком для вибудовування гуманних стосунків з оточуючими людьми.

Процес створення в арт-терапії будь-якого творчого продукту базується на таких психологічних чинниках як активне сприйняття, продуктивна уява, фантазія й символізація.

Застосування арт-терапевтичних етюдів в процесі спеціалізованих професійних тренінгів дозволяє отримати наступні позитивні результати:

- забезпечує ефективне емоційне відреагування майбутніх фахівців, надає йому соціально бажані, припустимі форми;

- полегшує процес комунікацій для замкнених, сором'язливих або погано орієнтованих на спілкування клієнтів;

- надає можливість невербального контакту (опосередкованого продукту арт – терапії)

- сприяє подоланню комунікативних бар'єрів і психологічних захистів; створює сприятливіші умови для розвитку довірливості й здатності до саморегуляції;

- додатково впливає на усвідомленість студентами своїх почуттів, переживань і емоційних станів;

- створює передумови для регуляції емоційних станів і реакцій та перенесенню сформованих умінь на роботу з клієнтами психолога;

- суттєво підвищує особистісну цінність, сприяє формуванню впевненості в собі за рахунок соціального визнання цінності створюваного творчого продукту.

Таким чином, застосування арт-технологій в освітній роботі з практичними психологами сприяє розвитку низці їх професійно значущих якостей, зокрема комунікабельності, самоусвідомленості, креативності, здатності до саморегуляції та ін

Водночас включення основ арт-терапії в зміст психолого-педагогічної освіти студентів, систему підвищення кваліфікації вчителів, психологів, соціальних педагогів, соціальних працівників та інших представників «допомагаючої професій» дає можливість у деякій мірі вирішити визначену

проблему. Тим більше що останнім часом помітно зростає популярність психологічних дисциплін, посилюється інтерес до різних напрямів психотерапії.

Застосування арт-технологій в ході професійної підготовки та супроводу професійного становлення фахівців дозволяє студентам здійснювати рефлексію свого руху в освоєнні професії, аналізувати свої особистісні особливості, діагностувати рівень розвитку професійної самосвідомості і його компонентів. У творчій атмосфері арт-терапевтичної роботи індивідуальність кожного студента виражається відкрито, спонтанно, природно, об'єктивуються професійно значимі якості і особливості майбутнього фахівця.

В цілому засоби арт-терапії допомагають майбутньому психологу:

- зрозуміти самого себе, свій внутрішній світ, власні мотиви, потреби, протиріччя;
- усвідомити зони емоційних проблем і позитивні сторони своєї особистості;
- навчитись розуміти та приймати і себе, і інших;
- розкрити та розвинути свій творчий потенціал, креативність, комунікабельність, рефлексивність, емпатійність та інші професійно важливі якості.

Позаяк, специфіка післядипломної освіти та особливості студентів-дорослих спонукають до спеціального дослідження особливостей застосування засобів арт-терапії для особистісно-професійного розвитку майбутніх психологів саме в контексті післядипломної освіти.

ВИСНОВКИ

Таким чином застосування арт-технологій в ході професійної підготовки та супроводу професійного становлення фахівців дозволяє студентам здійснювати рефлексію свого руху в освоєнні професії, аналізувати свої особистісні особливості, діагностувати рівень розвитку професійної самосвідомості і його компонентів. У творчій атмосфері арт-терапевтичної роботи індивідуальність кожного студента виражається відкрито, спонтанно,

природно, об'єктивуються професійно значимі якості і особливості майбутнього фахівця.

Література

1. Вознесенська О.Л. Арт-терапія в роботі практичного психолога: Використання арт-технологій в освіті / О.Л.Вознесенська, Л.В.Мова. – К.: Шк. світ, 2007. – 120 с.
2. Колошина Т.Ю. Арт-терапия. Методические рекомендации / Т.Ю. Колошина – М.: Изд -во Института психотерапии и клинической психологии, 2002. –84
3. Лебедева Л. Д. Педагогические основы АРТ-терапии в образовании учителя : Дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.01/ Лебедева Людмила Дмитриевна – Ульяновск, 2001. –383 с.
4. Лебедева Л.Д. Моделирование подготовки студентов к арт-терапевтической работе .[Электронный ресурс] / Л. Лебедева – Режим доступа: www.eurotransa.ru.
5. Назаренко Е . Арт–терапия / Е. Назаренко // URL: <http://live-and-learn.ru/Art-terapiya.html>.
6. Подкоритова Л. Багатовимірність арт-терапії як професійного буття психолога / Подкоритова Лариса// Простір арт-терапії: Зб. наук. ст. / УМО, 2010, ГО «Арт-терапевтична асоціація», 2011; Редкол.: Лушин П.В., Чуприков А.П. та ін. – К.: Золоті ворота, 2011. – Вип. 2 (10). – С.15-23.