

МЕТОДИКА ВИКОРИСТАННЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ ТЕХНОЛОГІЙ В ПРОЦЕСІ ОСОБИСТІСНО-ОРІЄНТОВАНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПСИХОЛОГІВ

*Брюховецька О.В., доцент кафедри загальної та практичної психології
ДВНЗ «Університет менеджменту освіти» НАПН України, кандидат
психологічних наук, доцент*

Процес підготовки нової генерації фахівців, здатних позитивно впливати на суспільний розвиток, потребує зростання якості знань, збереження національної культури, озброєння основами професійної майстерності щодо виникнення нових функцій педагогіки та психології вищої школи. У зв'язку з цим відбувається суттєве оновлення професійно-педагогічної підготовки майбутніх психологів, оскільки *один з напрямів професійної діяльності майбутнього психолога – педагогічний та просвітницький.*

Сьогодні при *підготовці майбутнього психолога до педагогічної діяльності* вищих навчальних закладах України широко використовуються як традиційні, так і *нетрадиційні технології навчання, зокрема, арт-терапевтичні.* Нажаль, як свідчить досвід, майбутні психологи знайомі тільки з окремими елементами арт-терапевтичних технологій навчання, використання їх у практиці носить фрагментарний, епізодичний характер, тому існує величезна проблема в предметно-методичній підготовці майбутніх психологів. У вітчизняній психолого-педагогічній науці зроблені лише окремі спроби використання потужного потенціалу *арт-терапевтичних технологій в освіті.*

Сучасний соціокультурний простір України характеризується втратою національних культурних традицій, зміною загальносуспільних духовних орієнтирів, засиллям псевдокультурних, агресивних та антигуманних тенденцій у засобах масової інформації. Художня творчість допомагає зрозуміти й оцінити свої почуття, спогади, образи майбутнього, знайти час для відновлення життєвих сил і спосіб спілкування із собою. Тому *арт-терапія – це технології*

створення та використання різних творів мистецтва з метою передачі почуттів, емоцій та інших проявів психіки людини; це інструмент для дослідження і гармонізації тих сторін внутрішнього світу людини, для вираження яких слова не підходять.

Забезпечуючи динамічну систему взаємодії між студентами, продуктом їх образотворчої діяльності і викладачем (психологом, педагогом) та маючи міждисциплінарний характер, *арт-терапія* здатна не лише здійснити терапевтичний чи корекційний вплив на психічний та фізичний стан, а й реалізувати основні функції освіти: виховну, розвивальну, діагностичну, корекційну, соціалізуючу, психогігієнічну тощо.

Арт-терапія передбачає передусім роботу із здоровою особистістю шляхом організації живого конструктивного союзу студентів та викладача у культуротворчому мистецькому просторі з метою реалізації наступних освітніх завдань:

- розвиток емоційно-вольової сфери студента;
- розвиток креативності як здатності до творчості та потреби до творчого самовираження;
- психогігієна (турбота про емоційний та психічний стан студента – зниження внутрішньої тривожності та агресії, оволодіння навичками емоційної саморегуляції засобами художньо-творчої діяльності тощо);
- формування позитивної „Я-концепції” студента на основі самопізнання та самосприйняття;
- забезпечення соціокультурної студентів (оволодіння поведінковими моделями у відповідності до соціально прийнятних морально-етичних норм, формування комунікативної культури та розвиток емпатійних вмінь майбутніх психологів);
- гармонізація особистісного розвитку студентів.

Спробуймо охарактеризувати *організацію арт-терапевтичної роботи* в умовах вищого навчального закладу. Викладачі проводять заняття з елементами арт-терапії з метою більш глибокого вивчення внутрішнього світу

своїх студентів та формування міцного, дружнього студентського колективу в результаті спільної художньо-творчої діяльності, саме у такій діяльності полягатиме цінність арт-педагогічної роботи.

Враховуючи, що метою заняття є досягнення певного терапевтичного ефекту, викладачам варто відмовитися від багатьох традиційних прийомів роботи, що зазвичай використовуються на заняттях у вузі:

- недопустимі команди, накази, вимоги та примуси;
- студенти самі можуть вибирати для себе ті види та зміст роботи, зображувальні матеріали та власний темп, які їм підходять;
- студент може відмовитися від виконання деяких завдань, вербалізації своїх почуттів та переживань, колективного обговорення тощо (способи включення студентів у роботу багато в чому залежать від педагогічного такту та майстерності викладача);
- студент може лише спостерігати за роботою товаришів або займатися чим-небудь за бажанням, якщо це не суперечить соціальним та груповим нормам;
- заборонена оцінка суджень, критика та покарання.

Як зазначає О. А. Федій, *вструктурі арт-терапевтичного заняття* повинні чітко прослідковуватися дві складові частини. Перша – *невербальна, творча, неструктурована* – де основним видом діяльності є сам процес творчості. Друга частина – *вербальна інтерпретація створених зображень, асоціацій, емоцій та почуттів, що виникали в процесі роботи*. Таким чином, структура арт-терапевтичного заняття повинна складатися з наступних *етапів*:

1. Налаштування на роботу («розігрів»).
2. Активізація різних чуттєвих сфер (зорової, слухової, смакової, нюхової, тактильної, кінетичної) та актуалізація візуальних, аудіальних і кінестетичних образів.
3. Індивідуальна творча робота.
4. Етап вербалізації.
5. Заклучний етап – рефлексивний аналіз.

Арт-терапія, на наш погляд, вимагає від викладача реалізації певних умов в організації навчального процесу. До таких умов належить:

А. Організація навчального процесу як багатосторонньої, партнерської, інтенсивної комунікації;

Б. Сприятлива, позитивна психологічна атмосфера в аудиторії;

В. Спеціальна організація навчального простору.

А. Організація навчального процесу як багатосторонньої, партнерської, інтенсивної комунікації. Арт-терапевтичне навчання потребує багатостороннього типу комунікації, коли зв'язки виникають не тільки між викладачем і студентами, а й між студентами, а педагог стає рівноправним учасником навчальної діяльності. У процесі такої комунікації студенти здобувають можливість поділитися думками та почуттями в межах певної теми, розповісти про свої висновки, вислухати думки не тільки викладача, а й одногрупників. Застосування багатосторонньої комунікації дозволяє залучати до процесу навчання всіх студентів в групі.

Процес взаємодії між студентами на основі багатосторонньої комунікації можливий, з одного боку, за умов опанування ними навичок міжособистісного спілкування (уміння слухати себе й інших, відтворювати почуте, пояснювати, ставити запитання тощо), з іншого боку – за умов зміни викладачем основ, на яких будується така взаємодія.

Б. Сприятлива, позитивна психологічна атмосфера в аудиторії. Розпочати створення сприятливої психологічної атмосфери викладач може вже з представлення програми майбутньої діяльності. Важливо, представляючи програму діяльності, говорити не про одне заняття, а показувати перспективу у вивченні теми чи розділу. Якщо застосувати і в цьому місці спеціальні технології, то це, на нашу думку, допоможе зробити процес представлення змісту матеріалу, що буде вивчатися, не тільки цікавішим але й наочнішим.

Відкрита позиція викладача, ґрунтовне представлення програми майбутньої спільної діяльності сприяють зняттю напруження в аудиторії, дозволяють студентам побачити перспективу власної діяльності, позбутися почуття

невпевненості і страху перед майбутнім. Для реалізації такої позиції викладачу бажано:

- на початку заняття *познайомити студентів з його цілями* (тими результатами, яких він очікує від них наприкінці);
- *познайомити із завданнями використання кожної технології чи методу*, це необхідно для того, щоб в студентів не виникало почуття маніпуляції ними;
- *розповісти студентам, чому для вивчення цієї теми були обрані такі методи чи технологія* (важливо, щоб студенти розуміли, що ця технологія слугує не для розваги, а допомагає їм звернути увагу на деякі важливі аспекти, сприятиме набуттю ними потрібного досвіду);
- *акцентувати увагу студентів на особливостях цієї чи іншої технології та тих ефектах, яких вони можуть досягти при правильній роботі*;
- *розкрити алгоритм проведення технології та розповісти про послідовність дій* (надати пам'ятку діяльності);
- *відповісти на запитання студентів*, це дозволяє уникнути непорозумінь безпосередньо в момент роботи в технології.

Діагностика емоційного стану студентів допоможе викладачу виявити проблеми та труднощі в соціально-психологічному аспекті, вибудувати свою діяльність з урахуванням її результатів. Іноді погане емоційне самопочуття учнів пов'язане з побоюваннями щодо майбутніх занять. Тому перед початком заняття варто попросити їх *розповісти про свої очікування та побоювання*, що дозволить учителеві краще розуміти свої дії. Важливо постійно повертатися до даних, одержаних протягом виявлення очікувань, аналізуючи хід освітнього процесу.

Подоланню деяких побоювань сприятиме *встановлення правил поведінки чи норм роботи на занятті*. Цю проблему, на наш погляд, допоможе подолати визначення правил зворотного зв'язку та норм спільної діяльності. Бажано, щоб викладач приділив увагу процесу визначення норм спільної діяльності вже на

перших заняттях з курсу чи предмета. це дозволить йому спиратися на них протягом усього навчального часу.

В. Спеціальна організація навчального простору. Навчальний простір має бути побудовано таким чином, щоб зробити легкою і природною співпрацю та комунікацію студентів. Для того, щоб освіта майбутніх психологів була ефективною, необхідно, щоб будь-яка програма навчання враховувала процес зростання, самовираження, самовизначення кожного, хто навчається. Процес навчання має бути динамічним, усі студенти повинні бути долучені до динамічного процесу змін, кожен повинен в навчання привносити особистий досвід, знання, емоції. Практика свідчить, що слід звернути увагу на принципово важливі моменти в реалізації освіти майбутніх педагогів:

- необхідна її технологічність, можливість переносу у практичну діяльність психолога;
- усвідомлення власної діяльності й педагогічних ефектів нового (змісту, технологій тощо) шляхом застосування рефлексивних технологій;
- емоційна насиченість занять;
- створення комфортного освітнього середовища, яке будується на глибокій повазі до учасників навчального процесу і т. ін.

Освітній процес будується таким чином, щоб студент був активним його учасником, а викладач, насамперед, помічником, організатором навчальної діяльності.

Однак, попри те, що важливість навчатися у новий спосіб розуміють усі, існують *перешкоди застосуванню арт-терапевтичних технологій навчання*. Ось деякі з бар'єрів на шляху до змін:

Вплив освітніх традицій. Традиційне навчання передбачає наявність у студентів довільної поведінки, організованості, вміння долати сильні труднощі та зосереджено сприймати інформацію, тобто сформованість уміння вчитися в традиційному значенні цих слів. Такі чинники не можуть не впливати на наше звичне ставлення до організації навчального процесу, тому зазвичай, готуючись до навчальних занять, викладач приділяє значну увагу розробці

змісту, який відповідав би потребам аудиторії. Проте, як правило, замало уваги надається добору форм та методів роботи, за допомогою яких учасники занять ставали б активнішими.

Почуття дискомфорту, що його спричиняють будь-які зміни. Під час упровадження арт-терапевтичних технологій навчання може виникнути дискомфорт і у викладачів, що мають невеликий досвід використання цих методів, і в студентів. Проте ця ситуація виникає в разі, якщо студенти попередньо не підготовлені до того, що їм доведеться працювати в активному режимі, якщо вони налаштовані на те, що на занятті їм треба буде лише пасивно слухати та сприймати інформацію. Дискомфорт можливий і тоді, коли між викладачем та студентами немає порозуміння, не виникла атмосфера толерантності та поваги, і викладач застосовує арт-терапевтичні технології штучно, вимушено, авторитарно впливаючи на студентів.

Брак мотивації до змін. Перед кожним викладачем, який розпочинає послуговуватися арт-терапевтичними технологіями навчання, постає проблема мотивації до оновлення своєї діяльності. Зрозуміло, що використання арт-терапевтичних технологій навчання потребує постійної роботи над своєю фаховою майстерністю, розробки нової тематики, змісту, планів та програм. Мотивації ж до такої активної роботи часто бракує. Навпаки, викладач може стикнутися з нерозумінням, неприйняттям з боку адміністрації або колег, для яких навчання в такий спосіб є незвичним. Тоді найважливішими мотивами для викладача стають його власні переконання у правильності обраного шляху, ідей демократизації та гуманізації, розуміння важливості особистісно-зорієнтованого навчання майбутніх психологів. Систематичність та послідовність у впровадженні змін поступово змінять ставлення тих, хто вас оточує, налаштовують їх на позитивне сприйняття цих навчальних моделей.

Брак моделей та інформації про ефективне навчання. Аби викладач, застосовуючи арт-терапевтичні технології навчання, почувався впевнено, володів аудиторією, був спроможний варіювати зміст та методи залежно від індивідуальних особливостей студентів, він повинен опанувати значним

арсеналом *арт-терапевтичних технік*, мати досвід участі в арт-терапевтичних тренінгах в ролях і учасника, і тренера. Такий досвід допомагає одержати конкретну пізнавальну інформацію про арт-терапевтичні техніки навчання, свідомо сприймати інформацію з літератури. На жаль, досвід проведення *арт-терапевтичних тренінгів* в освітніх установах поки що дуже обмежений, а це гальмує процеси активізації навчання майбутніх психологів.

Можливо, найбільшим бар'єром у використанні *арт-терапевтичних технологій* навчання є ризик, що студенти не братимуть активної участі в роботі, не застосовуватимуть мисленнєві операції вищого рівня чи недостатньо засвоять зміст; ризик, що викладач втратить контроль, йому забракне навичок, або його розкритикують за неортодоксальний стиль навчання.

Як же подолати перешкоди? Ось деякі *поради*, як подолати ці та інші перешкоди у використанні арт-терапевтичних технологій навчання:

Не експериментуйте одразу надто широко. Спробуйте один із нових запропонованих арт-терапевтичних методів,

Не перевантажуйте студентів надто великою кількістю видів діяльності, використовуйте кілька методів, щоб "оживити" вашу програму.

Чітко інструкуйте, лаконічно формулюйте, чого ви очікуєте від учасників. Так ви уникнете спантеличення від розпливчастих інструкцій і дасте змогу аудиторії здобути максимум від запропонованого методу.

Отже, вдумливий підхід до використання *арт-терапевтичних технологій* в процесі навчання майбутніх психологів охоплює такі моменти: ми все більше дізнаємося про безліч способів, за допомогою яких можемо ефективно активізувати нашу викладацьку практику, і залучаємося до практики саморефлексії щодо власного викладання, а також вивчаємо, яким чином студенти навчаються найефективніше. Виходячи з певної складності організації навчання з використанням арт-терапевтичних технологій, необхідна *попередня підготовка викладача*, яка буде полягати у наданні йому теоретичних знань із цього питання та можливості опрацювання їх у практичній діяльності.