

ВИКОРИСТАННЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ ТЕХНІК У ПІДГОТОВЦІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ У КОНТЕКСТІ ІДЕЙ БОЛОНСЬКОГО ПРОЦЕСУ

У статті представлено узагальнення даних щодо сучасних арт-терапевтичних технік, розкрито вплив зазначених технік на розвиток творчих здібностей у студентів-психологів у контексті ідей Болонського процесу.

Ключові слова: арт-терапія, творчість, казкотерапія, Болонський процес, професійна діяльність, психотерапія.

У сучасних умовах розвитку та реформування системи вищої освіти України, зростає увага до її якості як ключового фактора успіху в контексті інтеграції в Європейський освітній простір (Бабин І.І., 2011). Україна є однією з країн-учасників Болонського процесу, тому питання підвищення якості підготовки майбутніх фахівців набуває актуальності (Бродецька Ю.Ю., 2006; Власенко Д.І., 2007 та інші).

Дослідженням питань, щодо приєднання України до Болонського процесу займалися такі вчені як В.І.Байденко, Ю.С.Давидов, В.С. Савчук та інші.

Болонський процес розглядається як зближення та гармонізація систем вищої освіти європейських країн з метою створення єдиного простору вищої освіти в Європі [2]. Слід зазначити, що у 2005 році й Україна приєдналась до Болонської декларації.

Основною метою Болонського процесу є забезпечення високої якості навчального процесу, підвищення конкурентоспроможності та привабливості європейської освіти.

На сьогоднішній день освіта має важливі функції. Насамперед, освіта і наука виконують когнітивні (пізнавально-практичні) і соціальні функції, але якщо вони є універсальними, то соціальні функції досить варіативні і залежать від особливостей суспільства. До когнітивних функцій належать:

- розвиток, акумуляція та поширення знань;
- підготовка до професійної діяльності;
- регулювання соціальної поведінки тощо.

До соціальних функцій належать перш за все:

- загальнолюдське та в першу чергу національне виховання;
- інтелектуальний розвиток і моральне вдосконалення особистості.

Саме ці функції закладають в особистості той духовно-культурний потенціал, який надбало світове суспільство. Соціальні функції освіти забезпечують формування високоморальної, патріотичної особистості, яка має власні цілі й завдання, узгоджені із завданнями всього суспільства (Цина В.І., 2011).

Треба відзначити, що підвищення якості освіти молодих фахівців та їх підготовку на рівні світових кваліфікаційних вимог можна забезпечити шляхом впровадження інновацій та технологій навчання.

Метою нашої статті було розкрити та узагальнити особливості використання арт-терапевтичних технік у підготовці студентів-психологів у контексті Болонського процесу.

Деякі сучасні науковці (Колеснікова І.А., 2000; Кулюткін Ю.М., 1997; Хроменков П.О., 1998 та інші) вказують на необхідність розробки нових програм з елементами терапевтичних технік. Так, наприклад, у процесі навчання студентів-психологів можливе використання деяких технік символдрами, тілесно-орієнтованої терапії, арт-терапії тощо.

Так, одним з найбільш безпечних та ресурсних видів терапії є арт-терапія, тобто терапія мистецтвом. Адже мистецтво, як форма суспільної свідомості, що акумулює та культивує систему світоглядних уявлень та ціннісних орієнтацій людства, є унікальним засобом впливу на особистість. Протягом тисячоліть тривають наукові дискусії щодо їх ролі у формуванні творчої, художньої та інтелектуальної особистості. Як специфічно-художня форма відображення світу, мистецтво неодноразово виступало засобом гармонізації душевного стану людини, було надійним джерелом духовного становлення особистості й розглядалося як обов'язковий компонент навчання та виховання молодого покоління.

Разом з тим, мистецтво ХХ століття розсунуло межі своїх функціональних можливостей. А саме, з'являється "арт-терапія", що є технологією цілеспрямованого використання мистецтва як засобу психотерапевтичного та психокорекційного впливу на особистість. Вона ґрунтується на переконанні про внутрішнє "Я" людини.

Слід зазначити, що вперше термін арт-терапія (art-therapy – "терапія мистецтвом") був застосований британським художником Андріаном Хілом у 1938 році під час опису своєї роботи з туберкульозними хворими. Треба також відмітити, що перші паростки арт-терапії як методу лікування людської душі засобами мистецтва (образотворчого, музичного, хореографічного чи сценічного) можна знайти ще за часів існування первісної людини. Так, вже на скальній малюнок первісних людей відображали не лише розвиток культури та суспільного ладу свого часу, а й прагнення визначитись зі змістом людського існування [3].

В Україні проблема арт-терапії досліджуються багатьма вченими-теоретиками та практиками: О.А. Бреусенко-Кузнецов, Н.П. Волкова, В.А. Газолишин, А. В. Старовойтов та інші. Методи арт-терапії відповідають очікуванням, установкам, традиціям клієнтів в Україні, для яких характерна орієнтація на емоційно-образне переживання, а не на раціональне вирішення конфліктів[9].

В теперішній час, згідно тверджень певних науковців (А. Байерс, К. Дрюкер, С. Льюс та ін.), арт-терапія використовується як особлива форма психотерапії шляхом використання візуального, пластичного мистецтва з акцентом на взаємодію між психотерапевтом та пацієнтом з лікувальною метою.

Інші автори (Р. Гудман, Д. Мерфі, М. Мауро та інші), аналізують арт-терапію у сучасній літературі як альтернативну практику з акцентом на творчу діяльність, гармонізацію та загальне оздоровлення.

Однак, всі напрямки арт-терапії узагальнюють образотворче мистецтво як засіб для інтеграції та реінтеграції особистості (Жукова Т. В., 2010).

Арт-терапія як природний та безпечний метод спрямована на зміцнення та розвиток особистості через художню творчість. Напрями арт-терапії відповідають певним видам мистецтв: образотворчому, графічному, живопису, скульптурному, декоративно-прикладному, музичному, танцювальному тощо.

Треба відзначити, що арт-терапія як сучасний напрямок психології цікавить студентів-психологів своїм різноманіттям технік, які є важливими інструментами в практичній діяльності молодого фахівця.

Слід зазначити, що арт-терапевтична діяльність спрямована на рішення широкого ланки задач:

- профілактичної;
- корекційної;
- терапевтичної;
- розвиваючої.

Така широка ланка робіт обумовила формування чотирьох провідних напрямів арт-терапії, що загальноприйняті серед професійних арт-терапевтів в країнах Європи. А саме:

- терапія візуально-пластичними художніми засобами;
- драмотерапія;
- танцювально-рухлива терапія;
- музична терапія.

Так, до методів терапії візуально-пластичними засобами можливо віднести: ізотерапію, тобто терапію малюнком та живописом, глино-терапію, маскотерапію, фототерапію, колаж, екібану тощо.

До методів драмотерапії відносять психодраму, "playback", соціограму, пластику драму, казкотерапію тощо.

Корекція комунікативних відносин відбувається за рахунок використання технік танцювально-рухливої терапії. Це відбувається шляхом контактної терапії та розвитку образу тілесного "Я". Терапія техніками полімодального руху з гармонізації зв'язків між півкулями та розвитку вищих психічних функцій тощо.

Музична терапія передбачає корекцію емоційно-чуттєвого стану засобами прослуховування музичних творів, корекцію психоматичних станів трансперсональною голосовою терапією, корекцію фонації та звуколікування прийомом вокалізації, гармонізацію емоційно-чуттєвого стану в хоровому співі тощо [5].

Для студентів можливість використання арт-

терапії виступає комплексом різноманітних форм творчого самовираження з використанням руху, малювання, живопису, скульптури, музики, письма, вокалізації, імпровізації тощо. Ці умови забезпечують підтримку людини з метою стимулювання особистісного росту, розвитку та зміцнення. Тобто являє собою процес самодослідження засобами будь-якої художньої форми. Вона не має обмежень чи протипоказань, вона приносить ресурси (Орлова Л., 2010).

Використання арт-терапевтичних технік у ВНЗ можливо як на рівні окремої освітньої програми, так і на рівні спецкурсу чи частини іншого професійно-освітнього курсу.

Необхідність цих впроваджень також обумовлена тим, що вони є засобом вільного самовираження та самопізнання, викликають позитивні емоції, допомагають сформувати активну життєву позицію майбутнього спеціаліста.

При застосуванні арт-терапевтичних технік при підготовці студентів-психологів можливе використання мультимедійних технологій, пошукових та творчих форм, методів роботи в малих групах.

К. Роджерс (1954) виділяв такі професійні та особистісні якості психолога як:

- конгруентність, тобто щирість, природність, відкритість, довіра до себе, свого досвіду та можливостям;
- безумовне та безоціночне прийняття іншої людини як особистості, повага до неї, її індивідуальних особливостей, віра в її позитивний потенціал та успіх;
- розуміння як адекватне бачення іншого, його стану, динаміки внутрішнього життя; емпатія, глибоке співпереживання та співчуття.

Арт-терапія, за науковою концепцією засвоєння досвіду, відповідає асоціативно-рефлекторним та розвиваючим технологіям. Ця технологія саморозвитку, що узгоджуються з емоційно-художнім та емоційно-моральним технологіям, може використовуватись у підготовці студентів-психологів можливо впливати на їх особистісне зростання. Тут створюються умови для розвитку необхідних професійних якостей (Лебедева Л. Д., 2003).

Педагогічний напрямок арт-терапії має неклінічну спрямованість та розрахований на потенційно здорову особистість. На перший план виходять задачі розвитку, виховання, соціалізації. Тобто арт-терапія в зазначеній інтерпретації аналізується як турбота про емоційне самопочуття та психічне здоров'я особистості, групи, колективу засобами художньої діяльності [6].

Спираючись на провідний принцип арт-терапії, який полягає в тому, що саме творчий процес, який містить й художню творчість, є цілющим й здатним покращити людське життя. Це пояснюється схожістю арт-терапії та творчого процесу, які є процесами, що пов'язані з розв'язанням певних проблем та пошуком нових рішень звичних способів існування, мислення, почуттів та взаємодії. Творчий процес, який є терапевтичним, також надає можливості дослідження нових ідей та способів існування. Це акти модифікації, про-

тиставлення, імпровізації й трансформації. В арт-терапії ці характеристики важливі для створення нового розуміння, інсайту та усвідомлення, що передують змінам особистості, її сприйняття та життя.

В арт-терапії відбувається розвиток креативності як процесу протилежного імітації, тобто наслідування певним напрямкам, копіювання образу. Адже, дублікація може супроводжуватись почуттям самозадоволення, але не є процесом творчості, в якому відкривається та розвивається власна уява. Адже лише робота над власними образами розширює творчий потенціал[7].

Важливішими мотивами, як зазначає ряд авторів (Г.В. Гурменська, О.І. Захарова, О.О. Карабанова та ін.), що пробуджують продуктивну творчість в процесі арт-терапії є:

- мотив емоційної експресії, тобто прагнення суб'єкта виразити свої почуття та переживання в активній, дійовій формі;

- мотив, що реалізує потребу суб'єкта в самопізнанні, прагнення зрозуміти свої бажання, розібратися в собі;

- мотив спілкування, що реалізує потребу вступити в комунікацію з іншими людьми, використовуючи для цього продукти своєї діяльності;

- мотив пізнання світу, який виражає прагнення людини до дослідження навколишнього світу через символізацію його в особливій формі, що виражає одночасно пристрасне суб'єктивне ставлення до світу й обмеженість можливостей суб'єкта, що знаходиться на певному ступені розвитку, конструювання світу у вигляді малюнків, казок та історій;

- мотив отримання соціального схвалення, підтвердження самоцінності й соціальної значущості особистості [1].

Одним з різновидів арт-технологій є казкотерапія, що полягає у використанні метафоричних ресурсів казки, яка дозволяє людям розширити самосвідомість та побудувати особливі рівні взаємодії один з одним. Це створює підґрунтя для становлення їх суб'єктності (І.В. Вачков). Як зазначає Р. Кандібур у процесі слухання, вигадування й обговорення казки, розвиваються необхідні для ефективного існування фантазії та творчості; засвоюються основні механізми пошуку й прийняття рішень.

Найбільш розповсюдженими способами роботи з казкою є:

- обговорення вже існуючих казок;
- самостійне написання казок;
- інсценування, драматизація казки;
- арт-терапевтична робота за мотивами казки;
- тощо[4].

Привабливість казкотерапії як методу пояснюється її універсальністю, яка:

- інформативна (через аналіз вигаданої казки психолог отримує анамнез, інформацію про актуальний стан клієнта та способи подолання труднощів та світоглядних позицій);

- екологічна (знижується ризик "вигорання", збі-

льшується рівень довіри до терапевтичного процесу);

- безмежна (коли особистість доповнює, змінює, збагачує казку, вона долає самообмеження й доповнює, змінює та збагачує своє життя);

- феєрична (використання ляльок, костюмів, музичних інструментів, художніх продуктів діяльності, також можливе використання лялькового чи драматичного театру).

- емоційна (через участь в казкотерапевтичних сесіях накопичується позитивний емоційний заряд);

- мудра (через казку ми знаходимо нові алгоритми вирішення ситуацій).

Треба відзначити, що казка не має вікових обмежень, тим самим вона стає універсальним інструментом психолога-практика. Під час використання казки у роботі з студентами-психологами, ми пробуджуємо внутрішню дитину, яка активно вступає в процес гри. Це дозволяє студенту також розслабитись та зняти напругу, що створює умови до підвищення продуктивності його діяльності.

Самовираження через казку є процесом, що пов'язаний з укріпленням психічного здоров'я особистості та може розглядатися як вагомий психопрофілактичний фактор.

Використання казкотерапевтичних технологій, можливо, допоможе подолати майбутнім психологам власні проблеми, відтворити емоційну рівновагу, сприятиме інтелектуальному розвитку[8].

Отже, казкотерапія достатньо безпечна для використання в навчальному процесі ВНЗ. Окрім цього, нею підкреслюється два важливі факти. По-перше, всі люди вміють вигадувати казки та, по-друге, це пов'язано з її потужним терапевтичним впливом.

Знайомство із казкотерапією як методом арт-терапії може відбуватися в межах курсу "Основи психотерапії" із зазначених тем:

- історія, взаємозв'язок з іншими видами арт-терапії, функції, види, ресурсні можливості казки в арт-терапії.

- казкотерапія як інструмент роботи з життєвим сценарієм.

- принципи казкотерапії, функції казок.

- психологічний аналіз казок.

- робота із казками та казковими героями.

- техніки роботи з улюбленими казками дитинства, вигадування власних казок.

Сучасна українська вища школа перебуває у стані багаторічних глибоких перетворень, що відбуваються під девізом модернізації. При цьому модернізація обумовлена як структурними, так і якісними змінами. В останні роки, в українському суспільстві та державі є важливим процес глобалізації у всіх сферах життєдіяльності людини. Відповідно до цього особливо гостро стає питання про збереження переваг вітчизняної вищої освіти при гнучкому сприйнятті деяких моделей, прийомів й засобів організації вищого утворення зарубіжних країн, у тому рахунку впровадження Болонського процесу (Пінчук С. А., 2009).

Використання арт-технологій в освітньому процесі ВНЗ позитивно впливає на створення сприятливого соціально-психологічного мікроклімату, зниженню напруги, особливо в період сесії. Також використання арт-терапевтичних технік в навчальному процесі підвищить стресостійкість суб'єктів педагогічного процесу.

Треба також відмітити, що арт-терапевтичні техніки є ефективними засобами впливу й на професійне самовизначення студентів-психологів. Заняття з використанням цих технік надають можливості отримання

нового досвіду як з боку клієнта, так й з боку психолога. Все це мобілізує ресурсні можливості особистості та розкриває творчий потенціал, сприяє формуванню професійної ідентичності.

Окрім цього, використання арт-терапії розширить інструментарій майбутніх фахівців, що сприятиме їм вдалому працевлаштуванню та професійній конкурентоспроможності на ринку праці, у тому числі європейському, що і є головною ідеєю впровадження Болонського процесу.

ЛІТЕРАТУРА

1. *Бурменская Г. В., Карбанова О. А.* Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков: [уч.пособ.] / Г. В. Бурменская. - М., 2002. - 416 с.

2. Декларація Болонського Стратегічного Форуму 2009 [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://www.mon.gov.ua/main/php.query=education/higher/>

3. *Деркач О. О.* Арт-педагогіка як інноваційна технологія особистісно-орієнтованого навчання та виховання. [Електронний ресурс]. - Режим доступу: http://akord.at.ua/publ/statti_2/art_pedagogika_jak_innovacijna_tekhnologija_osobistisno_orientovanogo_navchannja_ta_vikhovannja/3-1-0-4

4. *Кандибур Р. Г.* Сказкотерапія в гештальт-підході. [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <http://www.romanstories.net/?p=28>

5. *Никитин В.Н.* Арт-терапия: гносеологические предпосылки, стратегия развития и модели образования. [Електронний ресурс]. - Режим доступу: http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/pspo/2010_30_1/Nikitin.pdf

6. *Платонова Н. М.* Программы и методики социальной реабилитации семей группы риска: [научно-метод. пособ.] / Н.М. Платонова. – СПб., 2002- 193 с.

7. *Сусанина И.В.* Введение в арт-терапию / И. В. Сусанина. – М., 2007. - 95 с.

8. *Сакович Н. А.* Практика сказкотерапии / Н. А. Сакович. – СПб., 2004. – 224 с.

9. *Фірсова Л. С.* Арт-терапія у соціально- педагогічній роботі.[Електронний ресурс].-Режим доступу: http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/vchu/N144/N144p160-164.pdf

Подано до редакції 08.10.12