

УДК 378.147(045)

МЕТОДИКА ІННОВАЦІЙНОГО РОЗВИТКУ ПЕДАГОГІКИ В РАМКАХ ТЕХНОЛОГІЙ АРТ-ТЕРАПІЇ

Д.Грегова, Т.Рогачова, А.Киричук

Статтю присвячено аналізу проблем використання арт-терапії в умовах навчально-виховного процесу. Також окреслено взаємозв'язок навчального процесу з педагогічною «пропозицією» мистецтва як явища, що за посередництва сенсibilізації, фантазії та вражень, гармонійно формує та утворює здорову особистість. Проаналізовано роль арт-терапії як складової навчального процесу, що втілює право людини на культурний розвиток. Обґрунтовано припущення про необхідність включення арт-терапії в систему освіти поряд із академічною та професійною підготовкою, опираючись на гуманізуючий фактор розвитку людини.

***Ключові слова:** арт-терапія, глобалізація, академічне середовище, творча активність.*

METHODS OF INNOVATIVE DEVELOPMENT IN PEDAGOGICS WITHIN THE TECHNOLOGIES OF ART THERAPY

D.Gregova, T.Rogachova, A.Kyrychuk

***Summary.** Modern generation is influenced by different problems, which have no economic, cultural and social barriers. It should adapt to changes in the external environment that influences its professional and personal life. The paper analyzes the*

problems of using art therapy in the educational process. The aim of the article is to show the practical application of productive art therapy in technical universities. It can activate the internal efforts of an individual in overcoming the obstacles and achieving new goals. The paper also outlines the relationship of the educational process with teaching "suggestion" of art as a phenomenon that brokered sensitization, imagination and experience to form a harmonious and healthy personality. The role of art therapy as part of the training process that embodies the human right to cultural development has been analyzed.

It has been substantiated the need to include art therapy in the education system, along with academic and professional training, based on the factor of human development.

Keywords: *art therapy, globalization, academic environment, creative activity.*

Для жизни в обществе существенное значение имеет способность договариваться с окружающими. Большинство людей убеждено, что основным средством коммуникации является язык, но это не так. Многие выражения человек не осознает. Они осуществляются мимикой, речью и положением тела. Часто человек свои чувства не способен выразить словами иногда еще и потому, что они скрыты в подсознании. Существуют способы, которыми человек способен изъясниться не менее ясно, например, невербальная коммуникация, которая старше речи. Со временем из нее возникли разные художественные способы выражения – музыка, пантомима, рисунок.

Целью статьи является характеристика арт-терапии как обучающего средства в системе инновационных методов системы современного образования.

Сегодня, когда человек живет в условиях постоянной спешки, у некоторых людей появляется не только проблема коммуникации, но и понимания самих себя. Психотерапия разработала методы, которые с помощью художественного воплощения способствуют преодолению препятствий, освобождению множества впечатлений, внесению утерянного порядка в хаос впечатлений и возвращению потерянной радости через деятельность и творчество. Одним из таких методов является арт-терапия. Арт-терапия – с латинского «арс» – искусство и из греческого – «therapeuēin» – лечить, лечение – означает «лечение искусством». Это альтернативный лечебный метод, который является дополнением классической медицине [12]. Арт-терапия полезна как при тяжелейших психических расстройствах, так и для здоровых людей всех возрастных групп [8] и профессий. Она широко применима.

Мир с предельной скоростью глобализируется. Это значит, что наша планета все быстрее покрывается слоем одной цивилизации, становится единым информационным, коммуникационным, культурно-художественным, финансовым и торговым пространством. Глобализация приносит огромные изменения, открывает новые возможности для человека. Усиливается давление рынка на личность, давление на ее эстетическо-этические качества и систему оценок. Реалии современного мира подтверждают, что освоение космоса, атомной энергии, биохимических и других технологий, общая компьютеризация жизни, формирование техногенного человека с его массовой культурой, разработка новых идеологий, направленных только на удовлетворение материальных нужд человечества, вряд ли помогут в совершенствовании человеческого духа и вряд ли способны внести в него внутренний порядок и спасти его от растущих физических и психических проблем [13, с. 3].

Препятствием бездуховной технической цивилизации, потребительскому стилю жизни, духовной атрофии, растущим психическим болезням может стать широко понимаемая культура, более узко – эстетика и искусство, как составная часть учебных процессов, в том числе, и в ВУЗах. Надо стараться защитить находящуюся под угрозой исчезновения «человеческую клетку». Потребности учебного процесса должны встречаться с педагогическим «предложением» искусства, как ничем не заменимого явления, которое посредством сенсублизации, фантазии, впечатления гармонично формирует и образует здоровую личность молодого человека. К сожалению, можно сказать, что в большинстве случаев наши учебные заведения, средние и высшие, дают студентам лишь академическое образование (предоставляют только общие знания), забывают видеть и слышать их просьбы (депрессии вследствие неуспеваемости, нарушенных дружеских или семейных отношений, недостатка финансов для учебы, последующих проблем со здоровьем и т.д.).

Академическая среда должна подготовиться к необходимости уменьшить объем профессионального образования в пользу иных форм обучения, одной из которой является арт-терапия. Арттерапия проводится чаще всего в психологических консультациях, школах танца и театрах и т.д. Ввиду того, что это ненасильственная и подходящая форма решения проблем современного человека, те, кто за это отвечает, должны способствовать ее проникновению в академическую среду.

Арт-терапия в настоящее время представляет самую востребованную и одновременно самую известную среди форм альтернативных терапий, использующих искусство. Они используются в основном для лечения, а также для образования и развития. Благодаря контакту с искусством у человека повышается чувство самоуважения. Терапия, осуществляемая посредством изобразительного искусства, помогает бороться со стрессом, расслабляться и отдыхать, ослабляет влияние различных тревог. Она способствует лучшему самопознанию, человек становится более уверенным и контролирует свои чувства и тело.

Благодаря используемым методикам, молодой человек учится высказывать свои чувства и управлять своими эмоциями.

Šicková-Fabris объясняет прочие цели арт-терапии, которые состоят, прежде всего, в поддержании коммуникации, творчестве, нахождении смысла жизни и компенсации возможного недостатка [16]. Впечатления проявляются в нетрадиционных формах: рисунком, звуком, театральным воображением. Кроме того, эта форма терапии повышает творчество и у таких людей, которые обделены им от природы, учит их высказывать свои мысли и достигать лучшего взаимопонимания. Механизмы воздействия искусства на психолого-педагогические процессы исследовали многие зарубежные авторы, известные работами в области эстетического воспитания, отмечали, что искусство является важным средством воспитания, влияющим на нравственность студента, а также на формирование его мышления, воображения, эмоций и чувств.

Терапевтические встречи, лекции, «беседы, клубы» [3, с. 32], которые могли бы быть вспомогательной составной частью учебы, помогали бы молодому человеку лучше познать самого себя, расслабиться, избавиться от стресса и привести тело и мысли в спокойное состояние. Некоторые авторы [4; 15] являются сторонниками использования арт-терапевтических методов в учебе не только в виде лечения, но и заблаговременного лечения или обучения.

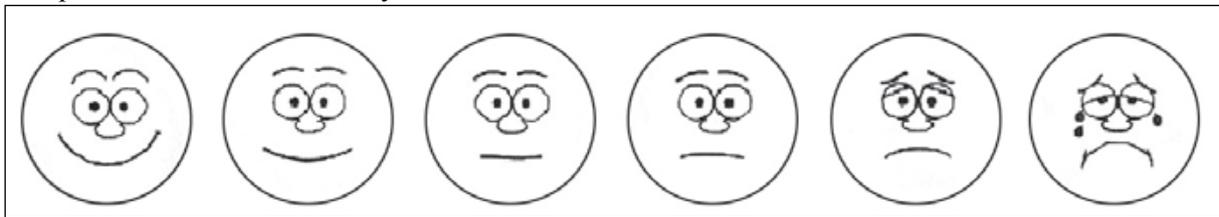


Рис. 1. Шкала лиц по степени боли (FPS, 2002)

Арт-терапия полезна при лечении зависимости, трудностях с социальной интеграцией, неврозе и психических болезнях. Этому способствуют представленные ниже теоретические предпосылки:

творческие – творческая активность поддерживает чувствительность к собственным впечатлениям, к самому себе и окружающим, способность дольше сохранять концентрированное внимание, способность интеграции мышления, чувствительности и внимания. Художественная способность активизирует пассивные способности, человек получает простор, чтобы с помощью красок, линий, высказывать свое видение мира. Каждый человек предрасположен к самореализации, и нужно дать людям простор и подходящие условия для проявления их творческих сил; *интегративные* – человек в момент творчества вполне интегрирован, все составные части его психики задействованы в творчестве. Цель интегративной арттерапии – полностью интегрированная, творческая и гармоничная личность; *действенные* – основой этой предпосылки является утверждение, что целенаправленная и плодотворная деятельность, представляет собой основу человеческого здоровья и развития. Основываясь на учении И. Павлова, можно увидеть последствия этого подхода в тонизации, стимуляции и активизации коры головного мозга.

проективные – изобразительная проекция является символической коммуникацией, которая находит свое применение в диагностике и терапии; *сублимационные* – основным принципом является создание условий, в которых возможно блокировать сублимационные каналы и осуществлять перенаправление энергии из асоциальных реакций на творческую деятельность. Это используется, например, в отношении агрессивных людей.

Арт-терапия в отношении молодых людей может быть применена в разных формах. В основном, в трех формах – как групповая, индивидуальная и семейная терапия, где используется естественное и тематическое творчество. Идеальной формой для молодых людей является групповая терапия [11], поскольку молодые люди взаимно учатся друг у друга, должны сотрудничать, договариваться, воспринимать друг друга и т.д. В индивидуальной терапии (интенсивный индивидуальный интерес) поначалу нуждаются, прежде всего, люди с речевыми, невротическими (страх, тревоги) проблемами. Спустя некоторое время и для этих людей полезно включение в группу, которая для них становится учебной платформой, где они могут «тренироваться» в социальных способностях и коммуникации. Естественное творчество несет много знаний о внутреннем мире студента и имеет общее диагностическое значение. Его сущность состоит в том, что студенту предлагают разный материал, например, изобразительные средства, но выбор темы осуществляет он сам. Ему можно помочь простой инструкцией, чтобы он расслабился, посмотрел на отдельные цвета или другие средства изображения и выбрал те, которые ему нравятся. Ему разрешено рисовать, что угодно, без планирования. Основным преимуществом любого естественного творчества является то, что оно: а) обогащает творчество и фантазию при экспериментах с различными методиками и впечатляет нетрадиционное произведение; б) поддерживает выздоровление; в) способствует расслаблению и изображению подсознательных чувств; г) помогает

понять, на что способен человек, изменить его, отношение и среду, в которой обитает. Тематическое изобразительное творчество определяет частично содержание творчества и одновременно предоставляет прочие терапевтические возможности.

Указанная тема не должна ограничивать группу или отдельных студентов, а наоборот, должна открывать творчество и убирать препятствия. Существует много тем, и их выбор зависит от стадии терапии проблемы молодого человека и опыта терапевта. Значительной составной частью терапевтического и самопознавательного опыта может быть пример с рисунком, который не только является отражением внутреннего мира, но и впечатлением от самого рисунка как такового. Это может обогащать жизнь человека в различных отношениях и придавать ей интересные жизненные импульсы [2]. Арт-терапия может осуществляться разными способами, к которым относятся музыка, танец, изобразительное искусство, литература, театр, мимика [3, с. 28]. Можно сказать, что арт-терапия является синонимом для понятия «культурная терапия». Kratochvil включает сюда и лечение средой, так как многое зависит от эстетического влияния класса, аудитории, школы, университета и т.д. [9]. Основой арттерапии является изобразительное искусство, оно помогает рисованию, украшению, валянию, графике. Арт-терапия учит человека высказывать собственные чувства и представления посредством красок, материала, бумаги, кисточки. Важно естественное творчество, только оно естественно освобождает наши чувства, страхи, мечты и проблемы.

Близкой родственницей арт-терапии является музыкотерапия. Есть множество терапевтических упражнений, которые можно делать самостоятельно либо с терапевтом на улице или в помещении. Все упражнения выполняются под музыку. Эти дыхательные расслабляющие упражнения включают массаж и визуализацию. Визуализация – это вспомогательная методика терапии, представление вещей, о которых мечтаем. Фантазирование позволяет прочувствовать их содержание, что повышает правдоподобность того, что эти мечты сбудутся. Музыкотерапевтические упражнения в группе помогают терапии, потому что благодаря присутствию других людей и общему упражнению ее воздействие более действенно [14].

Театральная терапия – драмотерапия, дает возможность представлять другого человека, что положительно влияет на индивида [17]. Парадоксально, что проигрывание различных ролей способствует более глубокому познанию самого себя и пониманию своих потребностей. Человек, который лечится театральной терапией, ведет себя увереннее. Он учится, как себя вести в различных обстоятельствах, проявлять ли свои чувства внешне. Библиотерапия – терапия с помощью литературы, использует книги и их содержание для изменения мышления и поддержки человека.

Литература сильно влияет на человека, предлагает ему другой взгляд на мир, учит его чувствовать, наблюдать и вести себя, говорит нам о мире и людях и о том, как лучше их понимать. Чтение поддерживает развитие личности и помогает достичь эмоционального равновесия. Библиотерапия укрепляет и обогащает эмоциональные источники человека, что помогает ему легче разбираться с трудностями.

Терапия танцем, использующая танец и движение. Благодаря ей человек осознает свое тело, любит свое тело, признает себя, использует музыкальные импровизации. Они позволяют высказывать свои чувства, привести в гармонию тело и душу.

Таким образом, методический арсенал арт-терапии представлен, прежде всего, танцевальным, драматическим, изобразительным искусством. В каждом человеке предполагается наличие скрытых возможностей (творческого потенциала), поэтому задача арт-терапии – пробудить эти возможности, развить индивидуальную активность, способствовать осознанию собственной уникальности [19]. Именно поэтому в последние годы технологии арт-терапии стали активно развиваться в различных отраслях, в том числе в педагогике и психологии. Создана концепция системной арт-терапии, содержащая факторы терапевтического воздействия, формы психотерапевтических интервенций на различных этапах, коррекционно-развивающих или иных занятий.

Подводя итоги, можно сказать, что арт-терапия не является роскошью. Она выступает составной частью жизни и учебного процесса в учебных заведениях и должна воплотить право на здоровую личность и культуру, будучи особой сферой обучения. В последующие годы к учебному процессу будут предъявляться требования быть более «творческим». В систему образования, помимо профессиональной подготовки, необходимо включить и прочие, в том числе арт-терапию, которая становится постоянно оздоравливающим средством и гуманизирующим фактором развития человека и нашей противоречивой цивилизации.

Литература

1. Birknerová, Z., Zahatňanská, M. 2013. Innovation support in the work of teachers in the context of further education. In: Exclusive e-journal [elektronický zdroj] : economy and society and environment . - ISSN 1339-4504. - Vol. 1, no. 2 (2013), online, [13] s.
2. Cambell, J. (2000). Techniky arteterapia vo výchove, sociálnej práci a klinickej praxi. 2. vyd Praha: Portál, 2000. 199 s.

3. Dobišek, K. et al. (1967). Ošetřování duševně nemocných. Praha: SZdN.
4. Dostálová, Š. (2001). Kterou barvou hřeje slunce nejvíce. In: Pipeková, J., Vítková, M.: Terapie ve speciálně pedagogické péči. Paido, Brno, 2001, 2. vyd., s. 105-106.
5. Faces pain scale (FPS). Clinical practice guidelines. The recognition and assessment of acute pain in children. (on line). September 2002. (cit. 2008-8-12). Internet: <http://www.ren.org.uk/resources/guidelines.php>.
6. Hašková V. 2014. Podpora inklúzie v inštitúciách zabezpečujúcich výchovu vo voľnom čase. In: Inkluzívna klíma ako výzva a poslanie. Zborník z medzinárodnej vedeckej konferencie. Ružomberok: VERBUM, 2014. ISBN 978-80-561-0176-6. S. 313-320.
7. Jebavy, J. (1997). Úvod do arteterapie. 1. vyd Praha: Karolinum, 1997. 95 s
8. Koblicová, A. (2000). Artterapie a psychoterapie v období dospívání. Současná arteterapie. Praha: Pedagogická fakulta UK vt spolupráci s ČAA.
9. Kratochvíl, S. (1978). Skupinová psychoterapie neuros. Praha: Avicenum.
10. Kulka, J. (1991). Psychologie umenia. 1.vyd. Praha: Slovenské pedagogické nakladateľstvo, 1991. 431 s.
11. Podzemná, J. (1986). Možnosti užití arteterapie u psychotiků. Praha: DP FF UK.
12. Prucha, J., Walterová, E., Mareš, J. (1998). Pedagogický slovník. Praha: Portál, 1998, s. 194.
13. Průchová, J., Macháček, R. (2010). Energetická diagnostika ARTTEST – EDA. Praha: Intercentrum Psychosomatické artterapie. (on line). 2010. (cit. 2008-8-12). Internet: <http://eda.icpa-vvz.eu/>.
14. Romanovska, B. (2005). Muzikoterapia. 1. vyd Frýdek-Místek: Alpress, sro, 2005. 181 s.
15. Slavík, J. (1999). Artterapie v souvislostech speciální pedagogiky. Speciální pedagogika, 9 (1), s. 7-19.
16. Šichková-Fabric, J. (2008). Základy arteterapie . 1. vyd Praha: Portál, 2008. 167 s.
17. Valenta, M. (2006). Rukověť dramaterapie a teatroterapie. 1. vyd. Olomouc: Univerzita Palackého, 2006. 139 s.
18. Vítková, M. (2001). Terapie ve speciálně pedagogické péči. Brno: Paido, s. 105-106.
19. Zaisteva, N. (2010). Взаимосвязь арт-терапии и арт-педагогики в коррекционно-развивающем процессе. (on line). 13. augusta 2010. (cit. 2008-8-12). Internet: <http://portalus.ru>.