

Белых Оксана Руслановна
Oksana Belykh

преподаватель кафедры дизайна и креатива
Московский финансово-промышленный Университет «Синергия»
125090 Москва, Ленинградский пр-кт, д. 80
Lecturer Department of Design and creativity
Moscow Financial Industrial University "Synergy"
125090 Moscow, Leningradsky av.d.80
e-mail: artcigun@ya.ru

АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ТЕХНИКИ НА ВВОДНОМ ЗАНЯТИИ ПО КОМПОЗИЦИИ ДЛЯ СТУДЕНТОВ-ДИЗАЙНЕРОВ

**Art-therapeutic techniques at introductory class of composition for students-
designers**

Ключевые слова: композиция, здоровье, студенты, техники, тесты, арт-терапия, средства композиции, линия, цвет, пятно, образование.

Key words: composition, health, students, art-therapeutic techniques, tests, means of composition, line, color, education.

Аннотация: В статье говорится об использовании арт-терапевтических техник на вводном занятии по композиции, основанных на их терапевтическом, гармонизирующем, оздоровительном и образовательном эффекте.

Abstract: In article author shows how to use art and art-therapeutic techniques at introductory class of composition, based on their therapeutic, harmonizing, improving and educational effect.

Под арт-терапией обычно подразумевается терапия изобразительным творчеством, имеющая целью воздействие на психоэмоциональное состояние человека. Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации психического состояния личности. Ценность применения арт-терапевтических техник состоит в том, чтобы с их помощью на символическом уровне выразить и исследовать самые разные чувства и эмоции человека. Методика арт-терапии базируется на убеждении, что содержание внутреннего «Я» человека отражается в зрительных образах всякий раз, когда он творит, в ходе чего происходит гармонизация состояния психики.

Нам удалось найти немало публикаций, подтверждающих продуктивность

использования арт-терапии в образовании. Отечественный опыт применения арт-терапии в образовательных учреждениях отражен в работах Копытина А.И. [5], М.Ю. Алексеевой [1], Л.Д. Лебедевой [8], и многих других. Копытин А.И. затрагивает в своих публикациях тему арт-терапии, которая также понимается «как система здоровьесберегающих воздействий, либо как одна из форм психотерапии, основанная на занятиях человека изобразительным творчеством», он описывает в своих трудах арт-терапевтические техники. М.Ю. Алексеева предлагает использовать техники арт-терапии в образовательных учреждениях, рассматривая их как «наиболее эффективный способ удовлетворения потребности личности в самовыражении, самопознании, саморазвитии» [1]. Это, по ее мнению, обуславливает необходимость их применения в педагогической практике также в качестве развивающего средства обучения. В своих работах Л.Д. Лебедева вводит понятие «терапия как уход, забота». Она, пишет, что «словосочетание «арт-терапия» в научной, педагогической интерпретации понимается как забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, группы, коллектива средствами художественной деятельности» [8]. В то же время, она приводит широкий спектр показаний для проведения арт-терапевтической работы в системе образования, включая «трудности в эмоциональном развитии», импульсивность, тревожность, страхи, агрессивность и др. В ряде случаев арт-терапевтами используются известные проективные графические методы.

Аналогов использования арт-терапевтических техник на занятиях композицией мы не встречали, и поэтому считаем наше исследование актуальным и новаторским. Под композицией мы понимаем (составление, расположение - лат.) - объединение отдельных элементов произведения в единое гармоничное целое. Композиция не должна играть самостоятельную роль. Композиционный поиск в художественном проектировании направлен на придание форме свойств, обеспечивающих получение потребителем полезных эффектов. Композиция является инструментом в руках дизайнера, для выражения своих творческих замыслов при помощи средств выразительности: цвета, формы, линии, света, тона и т.д.

Вчерашние школьники, приходя в новую для них среду высшей школы, зачастую испытывают тревогу, напряжение, настороженность. Для адаптации к новой среде, к новым требованиям, с которыми сталкиваются вчерашние школьники, а также для плавного введения их в мир правил и законов композиции, мы используем арт-терапевтические техники, которые облегчают процесс саморазвития личности на основе установления баланса между бессознательным и сознательным "Я". Важнейшей техникой арт-терапевтического воздействия является техника активного воображения, направленная на работу сознательного и бессознательного одновременно. Способность арт-терапевтических методов гармонизировать психологическое состояние человека, воздействовать мягко на подсознательном уровне на общую стабилизацию и гармонизацию психического состояния, является определяющим при подготовке заданий для вводного занятия по композиции на первом курсе. Эти задания имеют и образовательную и развивающую роль. Они подводят бывших школьников к новой роли, роли будущих дизайнеров, чьим

рабочим инструментом будет композиция и её средства выразительности, а также важность понимания психологического влияния средств композиции на человека.

Уникальность преподавания предмета композиция в том, что для решения образовательной задачи, органически можно включить и арт-терапевтические техники. Это техники, которые основываются на визуальном, опосредованном воздействии на человека средств композиции. Арт-терапевтические методы применительно к работе с молодежью обладают значительным потенциалом. Они используются как символические средства коммуникации, психологически более безопасные, помогающие преодолеть защитные механизмы в виде отрицания проблем и подавления сложных переживаний.

Возможности цветового и линейного воздействия арт-терапевтических техник на занятиях композицией позволяют осуществлять коррекционные и профилактические воздействия на молодых людей, учат их творчески выражать свои чувства и развивать познавательные интересы. Диагностические и развивающие методы арт-терапии, можно взять на вооружение на пропедевтических занятиях.

«Целью применения арт-терапии в образовании является сохранение или восстановление здоровья учащихся, и их адаптация к условиям образовательного учреждения путем реализации ее психокоррекционного, диагностического и психопрофилактического потенциала» [4]. Арт-терапия может быть использована в образовании в качестве инструмента развития определенных психологических и личностных качеств учащихся. Решение задач развития должно рассматриваться при этом в тесной связи с задачами сохранения и восстановления их здоровья.

Так на вводных занятиях, с целью диагностики психологического состояния, мы используем оригинальные графические методы, разработанные арт-терапевтами, такие как графические тесты Р. Сильвер, метод цветowych карточек Люшера, психогометрический тест Сьюзен Деллингера и другие [6]. На основе результатов тестов нам проще осуществлять личностный подход в образовательной системе, выявлять возможности и потребности каждого студента.

Эти несложные, интересные, легкие и занимательные тесты выполняются студентами с удовольствием и плавно подводят к правильному восприятию предмета композиции, базирующегося на психологии восприятия и воздействия, настраивая на важность и более глубокое понимание задач и возможностей композиции. Также на вводном занятии предлагаем задание по ассоциативному рисованию на тему «Образ самого себя» средствами цветовой композиции. Оно решает сразу две задачи, во-первых образовательную, во-вторых – стабилизирующую, гармонизирующую. Студенты работают с цветом и выражают различные эмоции используя его, полагаясь на свою интуицию, и выбирая приятный глазу цвет и сочетание цветов. Рисуем эмоции, даем выход негативным силам. Давая это задание, мы опираемся на научно доказанные гармонизирующие свойства цвета. Таким образом воздействуем на подсознание. Задание строится так, чтобы студент работал с приятным для него в данный момент времени цветом, сочетанием цветов. При создании образа студенты используют и другие средства композиции, такие как линия и пятно, которые тоже имеют свое терапевтическое и в тоже время диагностическое значение (базируемся на характере линии).

Цель подобных занятий:

1. Дать социально приемлемый выход агрессивности и другим негативным чувствам (работа над рисунками, картинами, скульптурами является безопасным способом выпустить "пар" и разрядить напряжение).

2. Получить материал для интерпретации и диагностических заключений по поводу творческих и психологических особенностей развития каждого студента

3. Проработать мысли и чувства, которые студент привык подавлять. Иногда невербальные средства являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний и убеждений.

4. Сконцентрировать внимание на ощущениях и чувствах.

5. Развить художественные способности и повысить самооценку. Побочным продуктом арт-терапии является чувство удовлетворения, которое возникает в результате выявления скрытых талантов и их развития.

6. Использование элементов арт-терапии в групповой работе способствует налаживанию отношений между участниками группы, помогает при интерпретации вытесненных переживаний.

В качестве материалов на вводном занятии используются гуашевые краски, кисти, палитра, ватман.

Использование арт-терапевтических техник имеет и образовательную ценность, так как способствует развитию познавательных интересов и созидательных навыков.

Целью применения арт-терапии в образовании является сохранение или восстановление здоровья учащихся, и их адаптация к условиям образовательного учреждения путем реализации ее психокоррекционного, диагностического и психопрофилактического потенциала. В некоторых случаях арт-терапия может быть использована в образовании в качестве инструмента развития определенных психологических и личностных качеств учащихся. Решение образовательных задач должно рассматриваться при этом в тесной связи с задачами сохранения и восстановления их здоровья.

Об эффективности арт-терапии можно судить на основании положительных отзывов студентов, налаживания положительного микроклимата в группах, нарастающей активности в посещении занятий и участия в них, появления интереса к результатам собственного труда, собственного творчества, увеличения времени самостоятельных занятий.

ЛИТЕРАТУРА

1. Алексеева М.Ю. Практическое применение элементов арт-терапии в работе учителя. Учебно-методическое пособие для учителя иностранного языка. – М.: АПК и ПРО, 2003. – 88 с.

2. Барсукова О.В. Психология личности. Определения, схемы, таблицы. – Р-на-Д.: Феникс, 2014. – 109 с.

3. Белых О.Р. Арт-терапия как здоровьесберегающая технология в образовательном процессе молодежи // Сборник Всероссийской научно-практической конференции. Психологическое обеспечение педагогического процесса в школе: проблемы, ресурсы, инновации. www.srbapro.ru,

– С-Пб.: АППО, 2011. – С. 56-58.

4. Копытин А. И. Основы арт-терапии. – СПб.: Лань, 1999. – 254 с.

5. Копытин А.И. Арт-терапия как совокупность здоровьесберегающих технологий в системе образования. 2009-2010 Аутсайдербург. Творчество аутсайдеров России. Электронная библиотека. http://www.art-therapy.ru/art_therapy/23/

6. Копытин А. И. Арт-терапия в общеобразовательной школе. Методическое пособие. – СПб.: Академия постдипломного педагогического образования, 2005. – 83 с.

7. Лебедева Л. Д. Арт-терапия в педагогике // Педагогика, 2000, №9. – С. 27-34.

8. Токарев Г. Г. Психотесты: лучшие из лучших. – Р-на-Д.: Феникс, 2015. – 172 с.

9. Протопопов Ю.Н. Экспериментальная работа по художественному воспитанию учащихся в 1920-е годы // История художественного образования в России – проблема культуры XX века (монография) / [Ин-т худож. образования РАО; сост. и науч. ред. Н. Н. Фомина; ред. Ю. В. Голобоков]. – М.: РАО, 2003. – С. 50-56.