

Әдебиеттер

- 1 Назарбаев Н.А. 2007 жылғы Жолдауынан бастау алған тіл саясаты туралы // Мәдениет – 2008. – №6. – 52-53 б.
- 2 Ким В.А., Утеулиева Ф.Е. Руководство по поликультурному образованию. – Тараз, 2010
- 3 Энциклопедиялық сөздік. – Алматы, 2002
- 4 Назарбаев Н. А. «Жаңа әлемдегі жаңа Қазақстан» атты Қазақстан халқына жолдауы // Егемен Қазақстан. – 2007. – 28 ақпан.
- 5 Макаев В.В. Поликультурное образование – актуальная проблема современной науки // Педагогика. – Алматы. – 1999. – №4. – 6-12 б.
- 6 Мектепте оқыту процесінде көптілділікті дамыту мәселелері: әдістемелік құрал. – Астана: ҰБА, 2013. – 85 б.
- 7 Уалиулы Н. – Алматы: РУК, 1988. – 122 с.
- 8 Ким В.А. Воспитание гуманной личности в поликультурной среде // Қазақстан мектебі. – 2007. - №6.
- 9 Тілдерді дамутудың 2001-2009 ж. арналған мемлекеттік бағдарламасы. -Алматы, 2002.
- 10 Дарибаева А. Жеке тұлға қалыптастыруда үш тілде оқытудың рөлі // Средняя школа Казахстана. – 2013. – №4. – 19-21 б.
- 11 Сафонов В. Изучение языков международного общения. – М., 1998.
- 12 Закон РК «Об образовании». – Алматы: Юрист, 1999.
- 13 Абаилденова Н. Үш тілді оқыту – дарынды балалардың танымдық әлеуметін арттыру жолы // Қазақстан орта мектебі. – 2013. – 26-28 б.

References

- 1 Nazarbaev N. 2007 zhilgi Zholdauinan bastau alghan til sayasati turali // Madeniet. – 2008. – №6. – 52-53 b.
- 2 Kim V.A. Uteulieva Ph.E. Rukovodstvo po polikulturnomu obrazovaniyu. – Taraz, 2010.
- 3 Entsiklopediyalik sozdik. – Almaty, 2002.
- 4 Nazarbaev N. «Zhana alemdegi zhana Kazakhstan» atti Kazakhstan khalkina zholdai // Egemem Kazakhstan. – 2007. – 28 akpan.
- 5 Makaev V.V. Polikulturnoe obrazovanie – aktualnaya problema sovremennoi nauki // Pedagogika. – Almati. – 1999. – №4. – 6-12 b.
- 6 Mektepte okitu protsesinde koptildilikiti damitu maseleleri: adistemelik kural. – Astana: I.Altinsarinatindagi Ulttik bilim akademiyasi, 2013. – 85 b.
- 7 Ualiuli N. – Almati: Respublikalik baspa kabinet, 1988. – 122 b.
- 8 Kim V.A. Vospitanie gumannoi lichnosti v polikulturnoi srede // Kazakhstan mektebi. – Almati. – № 6. – 2007.
- 9 Tilderdi damitudin 2001-2009 zhildardarga arналган мемлекеттик бағдарламасы. – Almaty, 2002.
- 10 Daribaeva A.K. Zheke tulga kaliptastiruda ush tilde okitudin roli // Kazakhstan orta mektebi = Srednyaya shkola Kazakhstana. – 2013. – №4 – 19-21b
- 11 Saphonov V. V. Izuchenie yazikov mezhdunarodnogo obsheniya. – M., 1998.
- 12 Kazakhstan Respublikasinin bilim zhonindegi zani. – Almaty, 1999.
- 13 Abaildenova N.K. Ush tildi okitu – darindi balalardin tanimdik aleumetin arttiru zholi // Kazakhstan orta mektebi = Srednyaya shkola Kazakhstana. – 2013. – №4. – 26-28 b.

УДК 37

В. Майкович

Художник, Член Союза художников Казахстана,
Республика Казахстан, г. Тараз

Арт-терапевтический тренинг в подготовке педагогов-психологов и социальных педагогов КазНУ им. аль-Фараби

В современной психолого-педагогической практике арт-терапия широко используется для работы как с детьми, так и со взрослыми. В статье рассматриваются функции арт-терапии: диагностическая, коммуникативная, регулятивная, когнитивная, коррекционная, развивающая. Рассмотрены возможности арт-терапии и цели арт-терапевтической работы.

Развитие творческих способностей невозможно без специально организованной психолого-педагогической среды, участники которой погружаются в созидательный процесс, как в поток. Описана технология проведения мастер-класса по интуитивной живописи, проведенная для студентов специальностей «Педагогика и психология», «Социальная педагогика и самопознание» факультета философии и политологии Казахского национального университета им. аль-Фараби. Тренинговая арт-терапевтическая технология по интуитивной живописи была апробирована в КазНУ. Тренинг включал три стадии: диагностики, коррекции и развития. Использованы упражнения «Вошебник и уточка», упражнения К. Фопеля – «Звездочка», «Водопад света», «Предсказатель». Данный тренинг можно назвать психологическим тренингом по изотерапии. Студенты свободно писали свои работы, используя все имеющиеся в наличии материалы – бумагу и холсты, акриловые и акварельные краски, кисти и карандаши. Студенты, с одной стороны, развивали свои творческие способности, с другой стороны, овладели новой арт-терапевтической технологией.

Ключевые слова: интуитивная живопись, арт-терапия, функции арт-терапии, психолого-педагогическая среда.

V. Maikovich

Art Therapy Training in the Preparation of Educator-Psychologists and Social Educators of Al-Farabi Kazakh National University

In modern psychological-pedagogical practice of art therapy is widely used for work with children and adults. In the article discusses functions of art therapy: diagnostic, communicative, regulatory, cognitive, correctional and developmental. The paper considers possibilities of art-therapy and purpose of art-therapeutic work.

Development of creative abilities impossible without specially organized psychological-pedagogical environment which participants are immersed in the creative process as in the stream. The described technology of carrying out the master-class on intuitive painting, held for students of specialty «Pedagogic and psychology», «Social educator and self-cognition» of the faculty of philosophy and science of the al-Farabi Kazakh national University. Training of art-therapeutic technology for intuitive painting was tested in the Treasury. The training consisted of three stages: diagnostics, correction and development. Used exercise «the wizard and the duck», exercises candidate Popes – «Asterisk», «Waterfall of light», «Predictor». This training can be called psychological training on iso-therapy. Students freely wrote their works using all the available materials – paper and canvas, acrylic and watercolor paints, brushes and pencils. Students, on the one hand, and developed their creative abilities, on the other hand, have mastered the art-therapeutic technology.

Keywords: intuitive painting, art-therapy, functions, art therapy, psychological-pedagogical environment.

В. Майкович

Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университетінде әлеуметтік педагогтер мен педагог-психологтарды дайындаудағы арт-терапиялық тренингтер

Қазіргі психологиялық-педагогикалық практикада арт-терапия балалармен және ересектермен жұмыс істеуде кеңінен қолданылады. Мақалада арт-терапияның: диагностикалық, коммуникативтік, регулятивтік, когнитивтік, түзетушілік, дамытушылық қызметтері көрсетіледі. Арт-терапияның және арт-терапиялық

жұмыстардың мақсаттары мен мүмкіндіктері қарастырылады. Қатысушылардың шығармашылық қабілеттіліктерін бір арнада жасампаздық танытуы үшін арнайы ұйымдастырылған психологиялық-педагогикалық ортасыз дамыту мүмкін емес. Әл-Фараби атындағы Қазақ ұлттық университеті философия және саясаттану факультетінің «Әлеуметтік педагогика және өзін-өзі тану», «Педагогика және психология» мамандықтарының студенттеріне интуитивтік көркем сурет бойынша өткізілген мастер-класстың технологиясы сипатталады. Интуитивтік көркем сурет бойынша тренингтік арт-терапевтік технология ҚазҰУ байқаудан өтті. Тренинг үш кезеңді қамтыды: диагностикалау, түзету және дамыту. «Сықыршы және үйрек» жаттығуы және К. Фопелдің – «Жұлдызша», «Жарық сарқырамасы», «Көріпкел» сияқты жаттығулары қолданылды.

Аталған тренингті психологиялық көркемтерапия деп атауға болады. Студенттер қолда бар қағаз, холст, акрилді және акварель бояуларын, қылқалам мен қарындаштарды қолданып, өз жұмыстарын еркін орындады. Студенттер бір жағынан, өздерінің шығармашылық қабілеттіліктерін дамытса, екінші жағынан, жаңа арт-терапевтік технологияны меңгерді.

Түйін сөздер: интуитивтік көркем сурет, арт-терапия, арт-терапия қызметтері психологиялық-педагогикалық орта.

Введение

Для студентов факультета философии и политологии КазНУ им. аль-Фараби, специальностей «Педагогика и психология», «Социальная педагогика и самопознание» был проведен мастер-класс по интуитивной живописи, направленный на развитие педагогического творчества и расширения методических возможностей работы психолога. Его можно назвать психологическим тренингом по изотерапии.

Развитие творческих способностей невозможно без специально организованной психолого-педагогической среды, участники которой погружаются в созидательный процесс, как в поток, отказываясь и/или забывая о штампах, комплексах и внутренних проблемах и открывая для себя способность к творчеству в любой выбранной деятельности.

Мастер-класс был рассчитан на три встречи, последовательно направленные на диагностику психологического состояния в данный момент времени, психологическую коррекцию и моделирование развития своей жизненной ситуации.

Первое занятие по изотерапии

Первое занятие включало краткую информацию об арт-терапии и ее разделе – изотерапии и диагностического тренинга. Тренинг был выстроен из трех частей – знакомство, творческий процесс и анализ полученных результатов.

В современной психолого-педагогической практике арт-терапия широко используется для работы как с детьми, так и со взрослыми, позволяя решать множество проблем.

В современной зарубежной и отечественной изотерапии (В.Е. Фолке, Т.В. Келлер; Р.Б. Хайкин, 1992 [1], М.Е. Бурно) выделяют такое направление этого метода, как побуждение к самостоятельным творческим проявлениям в изобразительной деятельности.

Функции арт-терапии

Диагностическая:

- Проблемы, подлежащие коррекции (межличностное отношение, положение в группе, коллективе, т. д.).
- Внутренний мир, индивидуальная картина мира.
- Неосознаваемые и скрывающиеся потребности человека.
- Эмоциональные переживания человека.
- Отношение к труду, профессии, предмету труда.
- Соответствие личных качеств профессионально-важным [2]

Коммуникативная:

- Межличностное общение.
- Отношение человека к окружающим людям, природе, миру.
- Усвоение общечеловеческих социально-культурных ценностей

Регулятивная:

- Снижение утомления, сокращение негативных эмоциональных состояний.
- Снятие напряжения, стрессовых состояний и т. д.

Когнитивная:

- Осознавание себя, своих поступков, скрытых мотивов, воздействия собственной личности на окружающих.

- Более активное использование фантазии, реализация творческих способностей.

- Развитие духовно-нравственной, эмоционально-волевой, познавательной сфер личности.

Коррекционная:

- Самооценка, «Я-образ», отклонения в эмоционально-волевой сфере, тревожность, агрессивность и т. д.

Развивающая:

- Личностный рост (самоуважение, альтруизм, чувство собственного достоинства, творческие способности и т. д.).

- Саморегуляция чувств, поведения.
- Социальная компетентность, открытость в общении, благоприятный климат в коллективе.

Возможности арт-терапии [2]

- Изобразительная деятельность. Изобразительная продукция. Изобразительные средства.

- Невербальное выражение неосознаваемых внутренних переживаний, конфликтов.

- Символическое наполнение образов, появление новых смыслов, метафоричность.

- Творческое самовыражение, экспрессия, воображение, фантазия.

- Самопознание, самопринятие, самоуважение, личностный рост.

- Визуальная, вербальная, невербальная коммуникация, социальный опыт.

- Эстетические переживания, инсайт, катарсис.

- Одухотворение жизни, профессиональной деятельности, взаимоотношений.

Цели арт-терапевтической работы [2]

- Развитие самосознания (в том числе профессионального) с целью самоизменения и коррекции.

- Укрепление (улучшение) психологического здоровья.

- Содействие личностному и профессиональному росту, саморазвитию.

- Исследование и решение психологических проблем с использованием художественных форм.

- Развитие самоактуализационных характеристик.

- Улучшение социально-психологического климата, оптимизация межличностных отношений.

Начинает тренинг, как правило, ритуал – упражнение знакомства. Мы выбрали для этой цели упражнение «Волшебники и уточка».

Все встают в круг. Ведущий тренинга говорит: «У меня сейчас в руках простая белая уточка». Складывает руки так, как будто держит уточку на левой руке и правой ее поглаживает. «А мы все – волшебники. И можем сделать с уточкой, все что захотим! Вот я (педагог называет себя именем, которым в дальнейшем будут обращаться к нему участники) носик уточки делаю золотым и передаю ее своему соседу справа». Ведущий делает жест бережной передачи уточки. «Держите осторожно. Крепко, не задушите, не уроните» и т.п. по обстоятельствам. Участник берет уточку, продолжает: «Теперь повтори мое имя, что я сделал, потом назови свое имя, и что сделаешь ты и передай уточку своему соседу справа». Интерес для ведущего представляет все – жесты как передают уточку участники, как принимают, насколько легко входят в игру, насколько уверены, не уверены, артистичны их жесты и какие действия они производят с уточкой. Те части тела уточки, которые обыгрывают дети, как правило, и оказываются проблемными. Когда круг замыкается ведущий принимает уточку от соседнего участника слева и говорит: «Ну вот, мы смогли из простой белой уточки сделать необыкновенную птицу. А сейчас я снова превращаю ее в простую белую уточку и отпускаю на волю». Движение рук и глаз вслед улетающей уточке: «А мы, тем временем, познакомились, и можем начать практическую работу».

Тема практической работы не определяется. В сеансе интуитивной живописи участники смотрят на краски, выбирают ту, которая больше всего привлекает внимание, наиболее приятна для глаз и наносят ее на холст или бумагу туда, где хочется ее увидеть, далее добавляет другое цветовое пятно, прислушиваясь к своим внутренним желаниям и предпочтениям. Работа может носить как абстрактный, так и фигуративный характер. Нет единого правила какими красками работать и чем наносить краску – кистями или другими инструментами. В нашем мастер-классе участники наносили акриловые краски на холст руками. Участники не сосредотачиваются на стремлении что-то изобразить, здесь важен процесс, который может и не привести к художественному результату. Важен тесный телесный контакт с материалами, они как бы впитывают в себя состояние работающего. Для ведущего

важно увидеть, как работают участники, в какой последовательности наносят цвета, в какой форме наносят цветные пятна, исправляют или не исправляют работу, насколько погружены в процесс, как меняется настроение, на каком этапе чувствуют законченность работы. Во время работы группы целесообразно вести запись на видеокамеру. Это даст возможность проследить последовательность работы каждого участника при анализе и диагностике.

Один из самых щекотливых моментов – анализ работ участников. По мнению М. Холодовой, трактовать рисунок должен не психотерапевт, а сам «художник» [3].

При индивидуальной работе ведущий может подсказать способы анализа работ по цветовой гамме, композиции, характеру линий помочь разобраться в своем состоянии. При групповой работе ведущему следует раздать участникам печатные материалы с ключами к анализу и предложить проанализировать свои работы самостоятельно в домашних условиях. Публичный анализ работ, на наш взгляд, нежелателен, так как процесс работы вскрывает глубоко личностные психологические проблемы.

Между первым и вторым занятием мастер-класса должно пройти какое-то время. Эффективность психологического тренинга раскрывается не сразу, а через определенное время, так называемый латентный период.

Второе занятие по арт-терапии

Целью второго мастер-класса стала психологическая коррекция на основе поиска и определения счастья, как внутреннего состояния. Вводным упражнением мы предложили упражнение «Звездочка» (Фопель К.) [4]

Инструкция: Встаньте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха...

Представьте себе, что над вами ночное небо, усыпанное звездами. Посмотрите на какую-нибудь особенно яркую звезду, которая ассоциируется у каждого с его мечтой: желанием что-либо иметь или кем-либо стать... (15 секунд.)

Теперь откройте глаза и протяните руки к небу, чтобы дотянуться до своей звезды. Старайтесь изо всех сил! И ты обязательно сможете достать рукой свою звезду. Снимите ее с неба и бережно положите перед собой в красивую просторную корзинку... (Когда у всех «звезды будут лежать в корзинках», можно продолжить дальше).

Опустите руки и закройте глаза. Выбери прямо у себя над головой другую сверкающую звездочку, которая напоминает тебе о другой вашей мечте ... (10 секунд.)

Теперь откройте глаза, потянитесь обеими руками как можно выше и достаньте до неба. Сорвите эту звезду с неба и положите в корзинку к первой звезде...

Продолжаем в том же духе и даем участникам сорвать с неба еще несколько звезд. Посоветуем им дышать так: делать глубокий вдох, когда они тянутся за звездой, и выдох, когда они достают ее и кладут в корзину. Далее предлагаем мысленно уменьшить корзинку до размеров кошелечка и положить ее в карман или сумочку.

И переходим к творческому заданию. В этом варианте мы предложили участникам нарисовать счастье по той же технологии – выбирается наиболее привлекательный цвет и выкладывается на ту часть холста или бумаги, на которую хочется в той форме, в какой хочется, и добавляется тот цвет, какой просят глаза. В инструкции мы снова говорим, что в этом процессе не важен результат, важно погружение в состояние счастья и передача его на поверхность холста.

Третье занятие по арт-терапии

Третье занятие мастер-класса мы проводили сразу следом за вторым, и поэтому между ними было проведено упражнение «Водопад света» (Фоппель К., 1996) [4].

Цели: Эта игра на воображение также помогает расслабиться. После нее стоит заниматься чем-нибудь спокойным, позволяющим использовать свою интуицию.

Инструкция: Сядьте поудобнее и закройте глаза. Два-три раза глубоко вдохните и выдохните...

Представь себе, что вы стоите возле водопада. Но это не обычный водопад. Вместо воды в нем падает вниз мягкий белый свет. Теперь представте себя под этим водопадом и почувствуйте, как этот прекрасный белый свет струится по вашей голове... Вы чувствуете, как расслабляются лоб, затем рот, как расслабляются мышцы шеи.

Белый свет течет по плечам, затылку и помогает им стать мягкими и расслабленными.

Белый свет стекает с твоей спины, и ты замечаешь, как и в спине исчезает напряжение, и она тоже становится мягкой и расслабленной.

А свет течет по груди, по животу. Вы чувствуете, как они расслабляются, и вы без всякого усилия можете глубже вдыхать и выдыхать. Это позволяет вам ощущать себя очень расслабленно и приятно.

Пусть свет течет также по твоим рукам, по ладоням, по пальцам. Ты замечаешь, как руки и ладони становятся все мягче и расслабленнее. Свет течет и по ногам, спускается к твоим ступням. Ты чувствуешь, что и они расслабляются и становятся мягкими.

Этот удивительный водопад из белого света обтекает все тело. Вы чувствуете себя совершенно спокойно и безмятежно, и с каждым вдохом и выдохом вы все глубже расслабляетесь и наполняетесь свежими силами... (30 секунд.)

Теперь поблагодарим этот водопад света за то, что он так чудесно расслабил... Немного потянитесь, выпрямитесь и откройте глаза.

Упражнение позволило снять усталость и подготовить участников к следующему этапу работы.

Вводное упражнение для третьего занятия «Предсказатель» (Фоппель К., 1996) [4].

Цели: Здесь мы используем образ «Предсказателя будущего» для того, чтобы извлечь из темноты на свет желания и надежды, относящиеся к будущей жизни участников. У большинства есть те или иные планы, мысли или мечты о будущем. Нередко это как бы отдельные кусочки мозаики. Упражнение подталкивает участников к тому, чтобы сложить эти кусочки в более или менее связную картину. Образы будущего — это важнейший источник вдохновения и мотивации, необходимый людям для того, чтобы обрести позитивное направление своего развития.

Инструкция: Знаком ли кто-нибудь из вас с таким человеком, который регулярно читает гороскопы? А кто из вас знаком с человеком, который хоть один раз был у астролога? Знаете ли вы людей, которые хоть однажды ходили к гадалке? Кто из вас время от времени думает о том, как будет выглядеть его жизнь лет через десять или двадцать?

Разумеется, никто не может точно сказать, что будет происходить в его дальнейшей жизни. Однако время от времени бывает полезно помечтать о будущем, ибо иногда мечты сбываются.

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте три глубоких вдоха и выдоха...

Представь себе, что вы находитесь в чужом городе и идете по какой-то маленькой улочке.

Справа и слева от вас стоят красивые старинные дома. В одном из этих домов живет Предсказатель будущего. Это особенный предсказатель. Многим из тех, кто к нему обращался, он предсказал исключительно хорошее будущее, и у них появились дополнительные силы и решимость сделать свою жизнь прекрасной. Вы открываете тяжелую дубовую дверь, и за ней вас встречает дружелюбного вида седой старик. Он приглашает вас следовать за ним. В его кабинете вам бросаются в глаза стеллажи со старинными книгами. На столе лежит колода карт и чудесный светящийся хрустальный шар. На диване спит пятнистый черно-белый кот. Предсказатель предлагает вам сесть в удобное кресло и внимательно на вас смотрит. Затем он говорит: «Закрой глаза, и я расскажу тебе что-нибудь хорошее о твоей будущей жизни...» И после этих слов вы засыпаете. Вы уже не знаете, слышите ли вы голос старого предсказателя или смотрите свой собственный сон. Перед вами возникают образы вашей будущей жизни. Возможно, вы видите, как и кем вы работаете, видите людей, которые работают вместе с вами... Возможно, вы видите свой будущий дом и людей, вместе с которыми живете. Подробно рассмотрите отдельные образы своего сна. Время от времени до вас доносится дружеский голос Предсказателя. Вы можете разобрать отдельные фразы: «Ты толковый... Мы тебя любим... Ты можешь это сделать...» Эти слова помогают вам смотреть ваш чудесный сон. (1 минута).

Теперь вы чувствуете, что настало время прощаться с Предсказателем. Вы открываете глаза и благодарите старика за то, что увидели здесь. Возможно, вы хотите ему что-то сказать на прощание, возможно, он сам что-то говорит вам. Старик провожает вас до двери. Вы снова идете по маленькой улочке и возвращаетесь сюда к нам. Немного потянитесь, выпрямитесь и откройте глаза.

А теперь берем холсты и рисуем все то, что вы видели во время вашего сна. Тема работы — «Место, где я буду жить».

Заключение

Таким образом, была разработана и апробирована тренинговая арт-терапевтическая технология по интуитивной живописи. Тренинг включал три стадии: диагностики, коррекции и развития. Использованы упражнения «Вошеб-

ник и уточка», упражнения К. Фопеля – «Звездочка», «Водопад света», «Предсказатель».

Нам удалось создать необходимую психологическую среду и участники совершенно свободно, раскованно писали свои работы, используя все имеющиеся в наличии материалы – бумагу и холсты, акриловые и акварельные краски, кисти и карандаши. В аудитории была удивительная

атмосфера творческой одухотворенности, раскованности и доверия.

Каждое занятие мастер-класса заканчивалось короткими записями участников о своих впечатлениях, так называемой саморефлексией. Студенты, с одной стороны, развивали свои творческие способности, с другой стороны, овладели новой арт-терапевтической технологией.

Литература

- 1 Хайкин Р. Б. Арт-терапия. – СПб: Наука, 1992.
- 2 Функции арт-терапии // <http://www.liveinternet.ru/users/nazarevich/post220038116/>
- 3 Холодова М. Арт-терапия // <http://digest.subscribe.ru/woman/ps...n953988870.html>
- 4 Фопель К. Как научить детей сотрудничать. Психологические игры и упражнения. – М.: 1996.

References

- 1 Khaikin R. B. Art therapy. – Spb: Science, 1992.
- 2 The functions of art-therapy // <http://www.liveinternet.ru/users/nazarevich/post220038116/>
- 3 Kholodova M. Art-therapy // <http://digest.subscribe.ru/woman/ps...n953988870.html>
- 4 Fopel K. How to teach children to cooperate. Psychological games and exercises. – M: 1996.