

delo.med.cap.ru/Page.aspx?id=580888(дата обращения: 10.06.2014).

4. Рамонова Л.П., Бондаренко П.П., Запрудина Г.Г., Мельник Е.Г., Егорова Н.А. Использование современных методик обучения и форм организации учебного процесса // Межд. журн. эксперимент. образования.– М.- 2012.– №4.– С. 204-206

5. ФГОС по направлению подготовки 060501.62 «Сестринское дело» квалификация (степень) бакалавр, утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ от 24 декабря 2010 г. № 2057.

### **ХУДОЖЕСТВЕННОЕ ТВОРЧЕСТВО И АРТ-ТЕРАПИЯ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ВУЗА**

Мороз В.А.

*МАОУ ВПО «Краснодарский муниципальный медицинский институт высшего сестринского образования»  
Краснодар, Россия*

Гуманизация образования основывается на педагогических воздействиях, целью которых является становление человека как целостной личности. В решении этой задачи важнейшая роль принадлежит искусству, которое в силу своих особенностей способно влиять на духовную организацию личности, определять ее систему ценностей, формировать мировоззрение и воспитывать гуманистические идеалы.

Искусство — игра, а игра дает удовлетворение, которое, как ничто другое, примиряет человека с его лишениями, потерями и жертвами. И здесь следует отметить, что человеку необходимо овладеть искусством постижения искусства и интерпретации его образов. Потому, что любой вид искусства имеет свой язык, свою систему символов. Художественный образ соединяет общие закономерности с индивидуальным явлением,

которое на самом деле совсем не неповторимо [3].

На тренинге личностного роста используется арт-терапия — метод художественной терапии, основанный на слиянии творчества и терапевтической практики, направленный на коррекцию эмоциональной, мотивационной, коммуникативной, регулятивной сфер и способствующий развитию личности. Этот метод предоставляет возможность для исследования бессознательных процессов и установок, выражения тех непроявленных возможностей, социальных ролей и форм поведения, которые по различным причинам слабо выражены и реализованы в личной жизни и профессиональной деятельности человека.

Язык искусства — красок, линий, форм и образов — говорит нам о том, что очень сложно выразить при помощи слов. Арт-терапия — это область, которая использует невербальный язык искусства для развития личности в качестве средства, дающего возможность контактировать с глубинными аспектами нашей духовной жизни, с внутренней реальностью, складывающейся из наших мыслей, чувств, восприятий и жизненного опыта.

Арт-терапия основывается на том, что художественные образы способны помочь нам понять самих себя и через творческое самовыражение сделать свою жизнь более счастливой.

Арт-терапия вполне соответствует пяти эффектам успешной психотерапии, сформулированным Джеромом Франком:

- 1) предоставляет новые обучающие возможности как на познавательном, так и практическом уровне;
- 2) вселяет надежду на избавление от страданий;
- 3) предоставляет опыт успешной деятельности;
- 4) дает возможность преодолеть чувство отверженности;
- 5) пробуждает яркие эмоции [4].

Почему в вузе необходимо применять арт-терапию?

Во-первых, арт-терапия является очень эффективным форматом для обучения. Она помогает увидеть новые перспективы в любой ситуации и предлагает стимулирующие методы для усвоения и запоминания. Художественные формы могут быть связаны с глубокими уровнями мыслительных процессов и таким образом воздействуют и на эмоциональную сферу личности студента.

Во-вторых, как и другие терапии, арт-терапия вселяет надежду в избавление от душевных страданий. Вера в самоизменение и возможность чувствовать себя лучше являются самым первым шагом в достижении психотерапевтического эффекта.

В-третьих, арт-терапия представляет собой опыт успешной деятельности, так как создание какого-либо творческого продукта само по себе несет чувство удовлетворенности.

В-четвертых, арт-терапия предоставляет человеку чувство контакта с другими людьми. Чувство «быть понятым» является одним из наиболее сильных в арт-терапевтическом процессе.

В-пятых, художественные образы в живописи, музыке, драматическом искусстве вызывают сильнейшие эмоции, такие, как любовь, ненависть, воодушевление, страх. Те глубокие изменения, которые являются целью в арт-терапевтическом процессе, могут произойти лишь в случае способности воспроизвести эти чувства, понять и принять их.

Эффективные арт-терапевтические формы должны соответствовать следующим требованиям:

– нацеленность на длительный эффект, что подразумевает не только их способность вызывать изменения, но и поддерживать эти изменения длительное время – они не должны носить слишком рациональный характер, так как последнее препятствует развитию эмоционального процесса;

– вселять чувство надежды – преодоление трудностей, исцеление от боли,

успешное применение терапевтических стратегий;

– предоставлять успешный опыт в процессе преодоления препятствий;

– трансформировать эмоции, используя соответствующие символы;

– пробуждать сильные и глубокие эмоции [4].

Творчество – спонтанная деятельность. Направленное на отрешенное, оно отрешенно и действует, дает сюжеты (составляет предмет) для материального отношения (воплощения) в пригодной для того материи и (2) делает внешним, доступным чувственному восприятию, но не непосредственно, а через знаки, понимаемые, а не являющиеся образами-картинами. Но поскольку они воспринимаются, как «вещи», они сами по себе могут быть предметом эстетического созерцания — материальным предметом. Художественное творчество отличается от других видов обращения к отрешенному (мечтательность и т.п.) тем, что оно не погружается в него и не пребывает в нем пассивно, а смотрит на него как на знак более глубокого (идейного) смысла (символическая суппозиция) [5].

Посредством изобразительного творчества, по мнению З. Фрейда, активизируются компенсаторные процессы в психике, которые не только приводят к разрешению внутриспсихических конфликтов, но и способствуют развитию личности.

К.Г. Юнг считал что человек, опираясь на «трансцендентные» свойства символов и собственный творческий потенциал, способен достичь самоисцеления.

Согласно мнению М. Наумбург каждый человек способен выражать свои внутренние конфликты в визуальных формах. Так он получает доступ к своим глубинным мыслям и чувствам, вытесненным в бессознательное [2].

Исцеляющий потенциал изобразительной деятельности заключается в возможности сублимировать разрушительные, агрессивные тенденции автора изо-

бразительной продукции (студента) и предупреждать тем самым их проявление в поступках.

Изобразительная деятельность является феноменом с определенной структурой, и человек в изобразительном продукте (готовом или созданным им самим) обучается видеть некий смысл и связывать его со своим внутренним опытом. Все это ведет его к способности по-новому видеть и ощущать себя во внутреннем и внешнем мирах.

По мнению К.А. Абульхановой-Славской, эстетическое, этическое переживание — это результат своеобразного искусства личности непосредственным образом воспринимать красоту мира или другого человека так, чтобы само переживание становилось ценностью, то есть не исходный пункт, а итог, результат личностного, эмоционального соединения с действительностью. И этот результат в известном смысле является самоцелью и самоценностью [1].

Человек всегда стремился и будет стремиться понять цель и значение своего пути от рождения до смерти и внутреннюю природу сил, которые им движут. В бессмысленном мире человеку нельзя смириться со страданиями, потерями, лишениями, обидами и разочарованиями. В неосмысленном мире человек не может выразить ни своей очарованности жизнью, ни экстаза — восторженного веселья. Символы и знаки искусства придают человеческий масштаб и слепой судьбе, и безмерной радости, которой нет причины.

Тренинг личностного роста с использованием произведений искусства, проводимый в вузе, нацелен на то, чтобы вызвать в студентах мощные положительные психические переживания, позитивно влияющие на духовное, психическое, физическое состояние и помочь студентам открыть их внутренние ресурсы, используя силу искусства, через взаимодействие со знаковой и символической системами, творческое самовыражение, проективно-символическую,

невербальную коммуникацию; выражение неосознаваемых внутренних переживаний, эстетические переживания, инсайт; появление новых смыслов, получение социального и эмоционального опыта.

На практических занятиях целенаправленно и системно используются произведения живописи, литературы и музыки, соответствующих теме занятия, что сопровождается анализом материалов живописи и литературы студентами с последующей рефлексией.

Для примера, представим один фрагмент используемой техники.

Студентам предлагается посмотреть на картину (рис. 1) и выполнить задание.

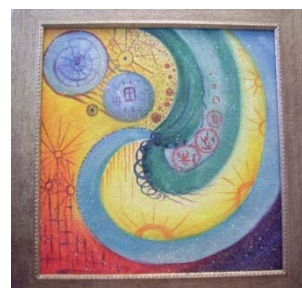


Рис. 1. «Путешествие».

Задание. Закройте глаза. Сделайте 3 глубоких вдоха. Обратите внутренний взор на своё тело: как оно себя чувствует, как протекают физиологические процессы... Постарайтесь полностью расслабить тело. Обратите внимание на ваше дыхание: как воздух проходит по бронхам, как при вдохе расправляются легкие и расширяется грудная клетка, как при выдохе рёбра опускаются, выталкивая теплый воздух из лёгких... Вы абсолютно расслаблены. А теперь откройте глаза и посмотрите на изображение. Оставаясь на месте, мысленно приближайтесь к картине. Войдите в неё и попробуйте раствориться, стать самим изображением... Почувствуйте каждый свой символ, каждый образ, каждый цвет... Перемещайтесь медленно и плавно от одной части себя к другой, познавая каждый миллиметр своей сущности... Удивляйтесь всему, что найдёте.. Снова и снова

находите новые элементы и искренне удивляйтесь... Теперь соберитесь в центре картины и мысленно сделайте шаг назад. Если у вас появляются вопросы, задайте их изображению... Теперь сделайте ещё шаг назад и отстранитесь от картины. Вернитесь в своё тело. Закройте глаза и отследите, как теперь чувствует себя ваше тело... Какие появляются мысли? Какие эмоции?.. Сделайте 3 глубоких вдоха и откройте глаза. Постепенно возвращайтесь в эту комнату.

Музыкальное сопровождение: Kitargo - MorningPrayer, MoroRism, NewWave, CosmicEnergy.

Вопросы к шерингу: Получилось ли проникнуть в картину и стать ею? Какое сейчас состояние? Какие появились мысли, чувства? Какие открытия вы сделали? Что узнали о себе, об окружающем мире?

В результате подобных занятий, на наш взгляд, студентом распознаётся собственная система символов и знаков, значимых для актуального развития личности; активизируется творческий потенциал, эмоциональная реакция на произведения искусства, развивается способность анализировать прекрасное не только в искусстве, но и в жизни в целом, способность создавать свои произведения; бережно относиться к окружающим людям и миру, что, несомненно, поможет стать специалистом в сфере здравоохранения, тонко чувствующим мир другого человека, его настроение, переживания и оказать необходимую психологическую поддержку.

Литература:

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. – М.: Мысль, 1991.
2. Копытин А.И. Арт-терапия. Хрестоматия. – СПб.: Питер, 2001.
3. Психология художественного творчества: хрестоматия (сост. Сельченок К.В.). – М.: Харвест, 2003.
4. Сусанина И.В. Введение в арт-терапию. – М.: Когито-Центр, 2007.
5. Шпет Г. Искусство как вид знания. Избранные труды по философии

культуры /Отв. редактор-составитель Т.Г. Щедрина. — М.: «Российская политическая энциклопедия (РОССПЭН), 2007.

### **ВНЕДРЕНИЕ БИБЛИОТЕРАПИИ КАК РАЗВИТИЕ ЛИТЕРАТУРНОГО ТВОРЧЕСТВА НА ОДНОМ ИЗ ЗАНЯТИЙ ПО ТРЕНИНГУ ЛИЧНОСТНОГО РОСТА**

Мороз В.А.

*МАОУ ВПО «Краснодарский  
муниципальный медицинский институт  
высшего сестринского образования»  
Краснодар, Россия*

Логика суха, поэзия жива. Логика не может танцевать; это невозможно. Поэзия может танцевать; поэзия это танец твоего сердца. Лишь поэзия может любить, лишь поэзия может совершить прыжок в парадокс любви. Поэзия, любовь, чувство придают тебе глубину, тепло. Ты становишься тающим, ты теряешь холодность. Ты становишься более человеческим.

Ошо

Человек живет в мире ценностей. При этом далеко не все цели, как жизненные ориентиры, воспринимаемые личностью в процессе её социализации, становятся ценностями для неё. В структуру личностных ценностей, определяющих главную линию поведения, деятельности и общения с людьми, входит та часть усвоенных общественных ценностей, которая принимается и присваивается личностью на данном этапе собственного развития. Таким образом, идет процесс «духовного созревания личности», то есть освоение нравственных, этических и других идеалов и ценностей (самоконтроль, саморазвитие, уважение и забота, ценность человеческого общения, любовь, терпимость к недостаткам других, чуткость, жизнерадостность, уверенность в себе, широта взглядов, ответственность).