

*Шкіль Людмила Леонідівна,
студентка II курсу освітнього ступеня
«Магістр», спеціальності «Психологія»,*

*Науковий керівник:
доктор психологічних наук,
професор Булах Ірина Сергіївна*

«Аналіз ефективності застосування засобів арт-терапії для покращення розвитку креативності у майбутніх фахівців»

Для ефективної самореалізації себе у майбутній професії дуже важливе значення має розвиток такої якості як креативність. Креативність (англ. create – створювати, creative – творчий) розглядають, насамперед, як здатність генерувати нові ідеї, творчо мислити, виходити за рамки стереотипного мислення, здатність вирішувати проблеми нестандартним шляхом тощо. Розвиток креативного мислення особливо важливий для молоді, а саме - для студентів, які здобувають професію. Адже в сучасному українському суспільстві успішно на ринку праці можуть реалізувати себе лише високваліфіковані фахівці, які мають розвинене креативне мислення. Тому що саме ця якість дає змогу майбутнім фахівцям успішно зарекомендувати себе при прийомі на роботу. Сучасні роботодавці наразі дуже ретельно ставляться до підбору персоналу, тому прийомом на роботу зазвичай займається психолог-фахівець, який тестує майбутнього працівника за допомогою різноманітних засобів – починаючи від найпростіших тестів до завдань, які вимагають нестандартного підходу. Окрім того, на думку Хуртенко О.В.: «Креативність майже тотожна адаптивності, розвиваючи креативність, ми будемо сприяти розвитку адаптивних ресурсів особистості» [3, с. 226.]

Отже, відкритим та актуальним залишається питання про те, як саме потрібно правильно розвивати у студентів креативне мислення, за допомогою яких саме засобів. Одним із найбільш ефективних засобів для розвитку креативності є арт-терапія. Арт-терапія (від англ. art — «мистецтво» + терапія) – це напрям у психотерапії та психокорекції, який ґрунтується на застосуванні мистецтва та творчості для терапії. Головна мета арт-терапії полягає у гармонізації психічного стану за допомогою розвитку здатності самовираження та самопізнання. Також арт-терапія дозволяє краще пізнати себе, розкрити свій творчий потенціал, допомагає самовираженню, зняттю напруги тощо... Позитивним є також те, що арт-терапія немає обмежень і протипоказань, завжди ресурсна і використовується практично у всіх напрямках психотерапії, педагогіки, соціальної роботи та, навіть, у бізнесі.

Наразі існує дуже різноманітна кількість видів та технік арт-терапії. Розглянемо основні з них та проаналізуємо, наскільки вони є ефективними для розвитку креативного мислення у майбутніх фахівців.

Отже, основними видами арт-терапії які використовуються в корекційній програмі є: ізотерапія (малювання), фототерапія (створення колажів, фотографування), музикотерапія (прослуховування музики), пісочна терапія (малювання піском), казкотерапія (складання казок), денстерапія (заняття танцями). Як показують багато численні дослідження усі напрямки арт-терапії є високоефективними для розвитку творчості та креативного мислення. Зокрема вітчизняні дослідники Замелюк М.І. та Мілішук С.О. зазначають, що «ігри, різноманітні різновиди художньої творчості, конструювання, творення казок активно розвивають творчу уяву» [2, с. 50].

У Вищій школі арт - терапія також дає змогу розвивати креативність, самостійно висловлювати свої почуття, потреби та мотивацію своєї поведінки, діяльності і спілкування, що необхідні для повноцінного розвитку та становлення особистості студента. Прийнято вважати, що образи художньої творчості відображають всі види підсвідомих процесів, включаючи страхи, внутрішні конфлікти, спогади, сновидіння. При їхньому словесному

описі можуть виникнути труднощі. Тому саме невербальні засоби часто є єдиною можливими для вираження і прояснення сильних переживань.

Як свідчать спостереження психологічних досліджень, юнацький вік для сприйняття різних видів і жанрів мистецтв відзначається деякими специфічними особливостями. В юнацькому віці людина уже володіє певним комплексом знань, життєвим досвідом, певними художніми смаками, розширеним емоційним полем. У юнацькому віці людина здатна сприйняти й оцінити музичний твір, картину чи скульптуру, кінофільм чи виступ художньої самодіяльності з огляду на життєвий досвід. Емоція, настрої, відчуття смислової наповненості твору мистецтва сприймається в юнацькому віці з особливою гостротою, якщо людина має певний рівень підготовки, тобто має навички включеності у творчу діяльність.

Окрім позитивного ефекту на розвиток креативності, арт-терапія має позитивний ефект і на взаємовідносинах студента та викладача. Зокрема, українська дослідниця О.С. Донченко відзначає: «Опосередкування спілкування арт-терапевтичним продуктом створює умови для організації діалогу, забезпечення рівноправності, емоційної причетності до проблематики студентів, активно-творчого типу освітнього процесу, надає йому ігрового характеру, забезпечує позитивний зворотний зв'язок, призводить до живого, конструктивного, комфортного та безпечного союзу викладача та студента» [1, с. 37].

Отже, можна зробити висновок, що ефективність арт-терапії для розвитку креативності у майбутніх студентів відіграє лише позитивну роль. Адже арт-терапія допомагає не лише розкрити свій творчий потенціал, а й допомагає покращенню психо-емоційного стану, допомагає зняттю напруги, що безумовно позитивно впливає на процес навчання. Також арт-терапія допомагає покращити взаємодію стосунків викладача та студентів, адже включення у спільний процес творчої діяльності сприяє більш довірливим стосункам та загалом допомагає налагодити краще навчальний процес.

Список використаної літератури:

1. Донченко О.С. Арт-терапія як засіб розвитку професійної креативності майбутніх вихователів дошкільного навчального закладу у процесі фахової підготовки/ *О.С. Донченко* - Наукові записки. Національного університету «Острозька академія» Серія «Психологія» / ред. кол. : І. Д. Пасічник, Р. В. Каламаж, Л. В. Засєкіна та ін. – Острог : Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2017. – Вип. 5. – с. 35 – 39.
2. Замелюк М.І., Міліщук С.О Арт-педагогіка як засіб розвитку творчої уяви у дітей дошкільного віку/ Замелюк М.І., Міліщук С.О// «Молодий вчений», № 12.1 (64.1) - грудень, 2018 р. с. 50-58.
3. Хуртенко О.В. Арт-терапія як метод розвитку особистісних особливостей підлітка / О.В Хуртенко // Вісник Національного університету оборони України. – 2017. – Т. 1, №48. – С. 224-228.