

## ПСИХОЛОГІЧНІ НАУКИ

### АРТ-ТЕРАПІЯ ДЛЯ ДІАГНОСТИКИ І КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ПЕДАГОГІВ ДОШКІЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ТА ШКОЛИ В СИСТЕМІ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ОСВІТИ

**Шопіна М.О.**

*доцент кафедри методики та психології  
дошкільної і початкової освіти  
інституту післядипломної педагогічної освіти  
Київського університету імені Бориса Грінченка.*

### ART THERAPY FOR DIAGNOSIS AND CORRECTION THE EMOTIONAL STATE OF TEACHERS PRESCHOOLS AND SCHOOLS IN THE SYSTEM OF POSTGRADUATE EDUCATION

**Shopina M.A.**

*the associate Professor of the Department  
of methodology and psychology of preschool  
and primary education, Institute  
of postgraduate pedagogical education  
of Kyiv University named after Boris Grinchenko,  
Kyiv city, Ukraine*

#### **Анотація**

У даній статті розглядається особливості викладання навчального матеріалу з арт терапії на курсах підвищення кваліфікації для педагогів дошкільних закладів та школи. Розглянуто особливості ознайомлення педагогів з методиками діагностування та корекції емоційного стану за технікою “підсвідомого малювання”, методиками самодіагностики особистісного емоційного стану та творчого потенціалу.

#### **Abstract**

This article considers the features of teaching of educational material on art therapy courses for teachers of preschool institutions and schools. The peculiarities to familiarize teachers with the methods of diagnostics and correction of emotional state with the technique of “unconscious drawing”, methods self-diagnosis personal emotional states and creativity.

**Ключові слова:** вчитель; післядипломна освіта; навчальна програма; творчі завдання; підвищення кваліфікації.

**Keywords:** teacher; graduate studies; training module; creative tasks; teachking skills improvement.

У своїй діяльності людина постійно орієнтується на свідомий аналіз обставин, який виходить з її підсвідомих імпульсів. Арттерапія – це ще один механізм аналізу цих підсвідомих імпульсів. Завдяки арттерапії людина може пізнавати себе і навколишній світ. У художній творчості людина втілює свої емоції, почуття, надії, страхи й сумніви. Відбувається це на несвідомому рівні, і людина дізнається про себе багато нового.

Людина може відчувати внутрішній дискомфорт, причину якого вона не розуміє, можливо це невпевненість в собі, або тиск оточуючих, природа цих імпульсів схожа, але причини можуть бути різні. Людина, сприймаючи ці підсвідомі імпульси, не завжди може їх правильно інтерпретувати і визначити їх причину, так як свідомість перебуває в стані розгубленості, поза межного гальмування. Такими причинами можуть бути: порівняння себе з оточуючими не в свою користь; неприємні асоціації з минулого досвіду; відчуття зовнішнього тиску співрозмовника або групи; застарілі страхи, такі як страх підвести колектив, не виправдати очікування оточуючих; відсутність можливості показати або проявити себе.

Актуальність курсів підвищення кваліфікації: упровадження концепції Нової української школи та прийняття нового Закону про освіту надає навчальним закладам більше можливостей для реалізації різноманітних форм і методів навчання. Для успішної реалізації намічених планів реформ потрібна активна участь учителів, їхнє творче переосмислення запропонованих змін. Отже, курси підвищення кваліфікації спрямовані на організацію співпраці вчителів у створенні нового навчального контенту і опрацювання сучасних форм і методів його подання під час роботи у ЗНЗ.

Тому на курсах підвищення кваліфікації для педагогів та вихователів дошкільних закладів та школи, було розроблено модуль “Арт-терапія для діагностики і корекції емоційного стану та розвитку творчого потенціалу дітей і дорослих”, під час якого слухачі ознайомляться з методиками діагностування та корекції емоційного стану за технікою “підсвідомого малювання”, візьмуть участь у самодіагностиці. Отримують системну інформацію про методики з розвитку творчого потенціалу та індивідуальних здібностей і талантів дітей і дорослих: незалежного й творчого мислення; індивідуальної креативності.

Методика підсвідомого малювання є одним з інструментів розшифрування імпульсів несвідомого. Безумовно тільки спираючись на результати одного цього методу недостатньо для повного отримання всіх причин внутрішнього дискомфорту людини, але запропонований метод є найбільш показовим і наочно демонструє стан людини.

З іншого боку відомо, що відчуття людини залежать від його поведінки. Наприклад, якщо людина приймає позу впевненого в собі, то вона і отримує відчуття впевненості. Або ж людина постійно демонструє і імітує компетенцію в певних питаннях, то в кінцевому рахунку вона переконує себе в своїх можливостях і починає відчувати себе дійсно компетентною,

при цьому у неї знижується психологічний бар'єр, прикладом може стати вивчення іноземної мови.

Це дуже важливий момент у розвитку компетентності, уявити собі відчуття психологічної готовності до виконання своїх професійних обов'язків, що базуються на системних знаннях і досвіді їх застосування.

Курсистам пропонується працювати за таким планом у три етапи:

**1. Підсвідоме малювання під час сприйняття матеріалу.** Тут важливо подивитися що саме буде зображено на малюнку. Людина може намагатися структурувати матеріал, це показує що вона зосереджена, уважна та прислухається до того, що їй говорять. Можливі випадки коли малюнок не пов'язаний із змістом того, що людина слухає.

Якщо підсвідомі зображення ілюструють зміст розмови, за характером цих зображень можна судити про ставлення людини до окремих структурних елементів запропонованого матеріалу.

У разі відсутності будь-якої структури в підсвідомий малюнках передається тільки загальний підсвідомий стан людини.

**2. Корекція.** На даному етапі відбувається передача стану людини через малювання. Курсистам під час прослуховування матеріалу лекції, пропонують намалювати конкретні об'єкти, які будуть стабілізувати їх емоційний стан. Це можуть бути об'єкти спрямовані на подолання різних ознак дискомфорту, зниження внутрішнього опору, а також на підвищення зацікавленості в інформації. Фігури для малювання на даному етапі вибираються для кожного слухача індивідуально, виходячи з аналізу малюнків на першому етапі вправи.

**3. Зображення емоцій.** На даному етапі учителям пропонуються намалювати наступні емоції: «щастя», «успіх», «розчарування», «внутрішня свобода», «безтурботність». Наприкінці заняття відбувається аналіз і обговорення отриманих результатів.

Тут має значення манера малюнку: якщо у зображенні переважають тонкі, незакінчені лінії, це знак того, що людина легко сприймає навколишній світ. Грубі штрихи говорять про те, що малював – матеріаліст. Якщо людина напружена, хвилюється, вона неодноразово обводить лінії фігур, що намальовані. Переважання гострих кутів у малюнках – ознака рішучості і агресивності людини, і навпаки, плавні лінії, кола говорять про вміння поступатися та йти на компроміси. Розмашисті малюнки говорять про свободу думки, а скромні, компактні – про цілеспрямованість.

Варіант розміщення зображення на аркуші паперу психологічно пов'язаний з самооцінкою і самореалізацією, суб'єктивним сприйняттям інтеграції в навколишнє середовище. При розміщенні малюнка в центральній частині аркуша можна судити про бажання і певному умінні знайти рівновагу між своїми егоїстичними потребами і бажаннями інших, уміння знаходити компроміси, відстоювати свої інтереси. Крім того, таке розташування малюнка є свідченням суб'єктивного відчуття безпеки. Якщо малюнок, розташований в центрі, займає практично весь аркуш паперу, то це

може свідчити о вираженому егоцентризмі, можливо, агресивності та завищеній самооцінці. Так само можна говорити і про людину, що розміщує свій малюнок у верхній частині аркуша. Таке розміщення зображення свідчить про бажання домінувати, відповідати високому соціальному стандарту

З лівого боку розміщують малюнки ті, хто все хороше в житті зв'язує з минулим. У таких людей домінує емоційна сфера. Малюнки в правій частині аркуша здебільшого належать тим, у кого переважає вираз інтелектуальної сфери, устремління що спрямовані в майбутнє. Такі люди діяльні, активні. У разі якщо малюнок розташований у верхньому правому куті аркуша, можна говорити про схильність автора до непокори, непередбачуваності, зайвої конфліктності.

Зображення, що розміщені у нижній частині аркуша, може свідчити про те, що людина має знижену самооцінку, або постійно незадоволена собою і своїм життям, відчуває себе залежною або пригніченою. У таких особистостей нерідко бувають депресивні настрої, відчуття небезпеки, іноді підвищений рівень тривожності.

**Висновки.** Малювання, таким чином, виступає як спосіб досягнення своїх можливостей і навколишньої дійсності, моделювання взаємовідносин і вираження емоцій. Арттерапія розвиває не тільки творчі можливості слухачів, під час занять людина може відкрити в собі невідомі раніше таланти, втілити свої емоції та дізнатись про себе багато нового.

### Список літератури

1. Арт-терапія – нові перспективи / Під ред. А.И.Копитина. – М.: Когито-Центр, 2006. – 336 с.
2. Альтшуллер Г.С. Творчество как целая наука. / Г.С. Альтшуллер. – М: Сов. Радио, 1979, Кибернетика. – 105 с.
3. Николаенко Н.Н. Психология творчества : учебное пособие / Н. Н. Николаенко. – Санкт-Петербург : Речь, 2005. – 276 с.
4. Овчинникова Т. Н. Личность и мышление ребенка : диагностика и коррекция / Т. Н. Овчинникова. – М. : Академический Проект, 2004. – 192 с.
5. Олах А. Творческий потенциал и личностные перемены // Общественные науки за рубежом. Сер. Науковедение. – 1968. – № 4. – С. 69–73.
6. Ратанова Т.А. Психодиагностические методы изучения личности: Учебное пособие. / Ред. и сост.: Т.А.Ратанова, Н.Ф.Шляхта – М., Флинта, 2000. – 264 с.