

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ХОРЕОГРАФИИ

УДК 159.99

В. Л. Кокоренко

ПСИХОЛОГИЯ
ТВОРЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ:
ОПЫТ И ПОТЕНЦИАЛ.
ПО МАТЕРИАЛАМ КУРСА
«ПСИХОЛОГИЯ ТВОРЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ» (Ч. 1)

Многие авторы, размышляя о балетном искусстве и его главных действующих лицах — артистах, единодушно отмечают высочайшую сложность этой профессии, требующей каждодневного труда, воли, таланта. При этом, пожалуй, никакая другая творческая деятельность не имеет настолько мощных противоречий: между растущим с годами мастерством танцовщика и снижающимися возможностями его телесного аппарата; между высокой эмоциональной чувствительностью, восприимчивостью и жесткой волевой регуляцией, устойчивостью к напряжению и стрессам; между творческой направленностью деятельности артиста и далеко не творческими условиями реализации этой деятельности; между выработанным индивидуальным исполнительским стилем и подчинением сценическому образу, идеям конкретного произведения и замыслу постановщика; между необходимостью выразить, донести до зрителя духовную сложность и философскую насыщенность многих балетных произведений и проблемой самому артисту понять эту смысловую нагрузку в силу молодого возраста и ограниченного жизненного опыта; между высокими ожиданиями окружающих к развитию личности артиста балета и отсутствием времени и условий для личностного роста, полноценного проживания и осмысления опыта, являющегося основой гармоничного развития зрелой творческой личности.

В системе профессиональной подготовки артиста балета на современном этапе прилагается множество усилий для насыщения образовательной среды разнообразием форм и педагогических технологий, которые, наряду с традиционными подходами и методами, выводят процесс на качественно новый уровень.

Модуль «Психология творческой деятельности», целью которого является создание условий для самопознания, саморазвития и самореализации личности посредством различных форм творческой деятельности, вошел в учебный план выпускного курса бакалавриата по специальности «Артист балета» 2014–2015 гг.

* * *

Задачи курса были соотнесены как с формированием общекультурных компетенций, предусмотренных стандартом по направлению «Хореографическое исполнительство», так и со спецификой предстоящей профессиональной деятельности.

1. *Расширение личностного и творческого опыта обучающихся.* Специфика хореографической деятельности, в частности, исполнительское искусство, требует от человека полной отдачи своему делу, занимает практически все его время. Узкая профессиональная специализация, несомненно — это путь к вершинам мастерства. Однако она же крайне ограничивает развитие всех других сфер жизнедеятельности личности. Поэтому, готовясь к профессиональной деятельности в области искусства, студентам важно постоянно разнообразить опыт, который может активно использоваться в работе над тем или иным сценическим образом, в понимании замысла постановщика спектакля, в построении конструктивных взаимоотношений с партнерами и коллегами, для быстрой и эффективной адаптации в труппе, театре и т. д.

2. *Развитие Я-концепции (системы представлений о самом себе).* Для успешной самореализации в хореографической деятельности артисту необходимо сознательное формирование профессиональных качеств, осознание собственной индивидуальности и неповторимости. Находясь в сфере высочайшей профессиональной конкуренции, артисту балета, помимо развития мастерства и поддержания физической формы, крайне важно работать над своей личностью, так как часто именно личность (харизма, яркое отличие от многих других, уникальность и своеобразие проявлений, высокая активность и свобода творческого поиска) при прочих равных условиях становится залогом потенциального успеха.

3. *Совершенствование навыков волевой и эмоциональной регуляции.* Все специалисты едины в понимании огромной значимости развития регулятивных навыков для артиста балета, профессия которого предполагает эмоциональную экспрессию в сочетании с выдержкой и терпением, мощную мотивацию и целеустремленность, дисциплинированность и организованность, тренировку и труд (часто вопреки состоянию низкого тонуса, усталости, отсутствию настроения) и т. д. Наши занятия создавали для тренировки эмоционально-волевой сферы обучающихся новые условия: отсутствие жесткой регламентации поведения и деятельности, минимизацию внешнего мотивирования и стимулирования (т. е. со стороны педагога), переход от внешнего контроля к самоконтролю. Тем самым моделировалась ситуация ближайшего будущего, когда, выпустившись из Академии, каждый сам будет решать: что и как ему делать, куда стремиться и чем заполнить время своей жизни.

4. *Получение и осмысление опыта группового и ролевого взаимодействия.* Профессиональная деятельность артистов балета являет собой сложное сочетание индивидуальной формы труда, совместной с партнером и коллективной. Поэтому для них весьма актуальными являются развитые коммуникативные умения: чувство партнера и доверие к нему; в групповой работе — формальное

и неформальное лидерство, умение подчиняться лидеру и соответствовать групповым нормам, оказание влияния и противостояние возможному деструктивному влиянию других, гибкое распределение функций в группе для решения конкретных задач (например, в творческих проектах), ориентация деятельности и отношений на итоговый результат и др.

5. *Получение опыта генерирования идей и их творческой реализации.* Для любого артиста крайне важна профессиональная реализация способностей, мастерства и творческих замыслов. Современный динамичный стиль жизни, возможность не только принимать участие в реализации разнообразных творческих проектов, но и самому предлагать интересные проектные идеи, позволяет артисту быть более активным и востребованным, осваивать новые функции в профессиональной творческой сфере.

* * *

Программа модуля «Психология творческой деятельности» опирается на следующие научные подходы:

1. *Ресурсный подход*, в котором ресурсы рассматриваются как

– средства к существованию, возможности людей и общества; все то, что человек использует, чтобы удовлетворить требования среды;

– как жизненные ценности, которые образуют реальный потенциал для совладания с неблагоприятными жизненными событиями [1].

Одним из оснований ресурсного подхода является принцип «консервации» ресурсов, который предполагает возможность человека получать, сохранять, восстанавливать, преумножать и перераспределять ресурсы в соответствии с собственными ценностями. Посредством такого распределения ресурсов человек получает возможность адаптироваться к вариативному ряду условий жизненной среды.

Различают два класса ресурсов: личностные и средовые. Личностные ресурсы (психологические, профессиональные, физические) представляют собой навыки и способности человека. Средовые ресурсы отражают доступность для личности помощи (инструментальной, моральной, эмоциональной) в социальной среде (со стороны членов семьи, друзей, специалистов) и материальное обеспечение жизнедеятельности людей [2].

Л. В. Куликов [См.: 3] к наиболее изученным личностным ресурсам относит активную мотивацию преодоления, отношение к стрессам как к возможности приобретения личного опыта и возможности личностного роста; силу Я-концепции, самоуважение, самооценку, ощущение собственной значимости, самодостаточность; активную жизненную установку; позитивность и рациональность мышления; эмоционально-волевые качества; физические ресурсы — состояние здоровья и отношение к нему как к ценности. Личностные ресурсы могут быть представлены как система способностей человека к устранению противоречий личности с жизненной средой, преодоления неблагоприятных жизненных обстоятельств посредством трансформации ценностно-смыслового

измерения личности, задающего ее направленность и создающего основу для самореализации.

Занятия в рамках курса «Психология творческой деятельности» дают возможность будущим артистам балета не только познавать и критично оценивать собственные личностные ресурсы, но и наращивать ресурсный потенциал за счет осмысления нового опыта в самораскрытии и открытии внутреннего мира другого человека, повышения самооценки и чувства собственной значимости, включенности в обогащающее общение, активизации фантазии и воображения.

2. Деятельностный подход. Согласно данному подходу, развитие личности человека определяется тем, в какие виды деятельности и под влиянием каких мотивов он включается, какие переживания эти виды деятельности вызывают [4].

Разнообразные формы общения включены в совместную деятельность: люди не просто соприкасаются в процессе выполнения различных функций, но и всегда общаются в некоторой деятельности, «по поводу» нее. Посредством общения деятельность не только организуется, но и обогащается, — в ней возникает общность, новые связи и отношения. Качество межличностных отношений в группе зависит от содержания деятельности, осуществляемой группой, от общественной ценности самой этой деятельности, от мотивов, под влиянием которых люди в нее включаются [5].

На занятиях деятельностный подход реализовывался, с одной стороны, в создании наиболее благоприятных условий для разнообразных видов творческой деятельности, в которых каждый мог бы быть успешен (рисования, сочинения, импровизации, постановке спектакля, создания некоего творческого продукта). С другой стороны — в построении и поддержании разнонаправленного конструктивного общения, сопровождающего творческую деятельность. Такое общение предполагает сочетание высокой степени свободных проявлений каждого с чувствованием и пониманием границ других людей, умение высказывать свою точку зрения и находить общую позицию в группе, а также безоценочность суждений в отношении личности и творчества других.

3. Когнитивно-поведенческий подход основывается на том, что поведение человека регулируется сложными взаимодействиями между внутренними явлениями (убеждения, ожидания, самовосприятие) и факторами окружения. Изменение способа мышления о себе и о мире меняет эмоциональную окраску переживаний и поведение в сторону его большей рациональности, более полного соответствия эмоций и поведения социальным реалиям и окружающему миру. Также, осваивая новые способы реагирования и модели поведения, человек становится способным влиять на социальную ситуацию, выстраивать более эффективные варианты взаимодействия с окружающими, накапливать опыт успеха и переносить его в новые условия своей жизни, расширять возможности выбора совладающих стратегий при стрессах и кризисных состояниях.

В рамках подхода [6] активно используются научение (в том числе через наблюдение за успешными моделями поведения и деятельности), позитивное подкрепление, моделирование. Посредством вербальных и образных воспроизведений

человек производит и сохраняет свой опыт таким образом, что он служит ориентиром для будущего поведения. При формировании позитивного опыта важен метод проб с высокой вероятностью успешного результата. При высокой вероятности ошибок и неудач более целесообразно использовать способность к символизации, предвидя вероятные последствия возможных действий, т. е. изменять поведение и решать проблемы, не обращаясь к действительной реализации проб и ошибок. Большое значение в данном подходе придается саморегулированию, которое складывается из трех значимых компонентов: самоподкрепления, критического оценивания поведения и деятельности (как по внутренним нормам личности, так и общественным нормам или ценностям эталонной группы), удовлетворенности собой (эмоциональной самооценки). Важным ценностным понятием в этом подходе является самоконтроль поведения человека. Самоконтроль имеет место, когда человек не повторяет автоматически заученные в прошлом стереотипы своего поведения, а способен выбирать способ поведения в настоящем.

* * *

Искусство балета, несомненно, можно отнести к психологическому типу творчества. Карл Густав Юнг отмечал, что «психологический тип имеет в качестве своего материала такое содержание, которое движется в пределах досягаемости человеческого сознания, как-то: жизненный опыт, определенное потрясение, страстное переживание, вообще человеческую судьбу, как ее может постигнуть или хотя бы прочувствовать обычное сознание» [7, с. 127].

Занятия были построены таким образом, чтобы создавать условия для получения разнообразного личностного и социального опыта, свободных спонтанных реакций, генерирования творческих идей, разнопланового взаимодействия участников друг с другом. Были предложены темы и техники рисунка (индивидуальное, парное и групповое рисование); техники коллажа и раскрашивания; приемы работы с фольгой и проволокой (для творческого опыта с объемными формами); разработка и реализация группового творческого проекта; арт-технологии «Юбилей» и «Веер»; изготовление кукол-марионеток, сочинение пьесы и постановка кукольного спектакля; боди-арт. Каждая из предлагаемых тем и техник давала возможность узнать что-то о себе (степень своей активности в отсутствии жесткой регламентации и контроля, креативность, умение соотносить идею с имеющимися ресурсами, готовность к экспериментированию, умение быть эффективным в ситуации неопределенности), по-иному взглянуть на своих товарищей по группе (лидерский потенциал, готовность услышать другого, эмпатия, оказание поддержки), получить опыт группового взаимодействия при решении творческих задач (вариативное распределение ролей в группе под задачу, мотивирование, контроль за процессом и результатом, выдвижение идей и аргументация собственной позиции). Обсуждение творческого процесса, внутреннего плана художественной работы позволяло осмыслить полученный опыт, естественным образом встраивая его в Я-концепцию, мировосприятие и систему взаимоотношений.

* * *

Скульптуры из фольги

Для творчества использовалась пищевая фольга. Фольга — очень благодарный материал. Он легко податлив любому движению, в зависимости от актуального эмоционального состояния и исследовательской активности его можно скручивать и мять, соединять отдельные части в единое целое (что не всегда удастся сделать, например, с глиной) и без ущерба для результата отделять лишнее. Из фольги можно делать объемные и плоскостные работы, скульптура из фольги легко и уверенно стоит на поверхности. Воплощенная в этом материале идея принимает любую форму, может трансформироваться неоднократно, то есть у автора есть возможность продолжать мыслить, следуя руками за полетом воображения. За счет глянцевой и матовой поверхности можно реализовывать идеи взаимодополняемости, единства противоположностей, дифференциации фигуры и фона. Свет, отражаясь во множестве граней скульптуры, удивительным образом передает эмоциональное состояние персонажей, созданных автором, придает форме движение. При этом фольга абсолютно скрадывает любые несовершенства выполнения, избавляя от необходимости оправдываться «хотелось сделать не так... не совсем получилось...». Поскольку фольга легкодоступный и недорогой материал, участники с удовольствием осваивают крупные и мелкие формы, не ограничивая свой замысел соображениями экономии, экспериментируют с различными способами реализации предложенных тем. В зависимости от конкретных задач и эмоционального настроения участников можно предложить одну (например, «Дуэт») или несколько тем для того, чтобы каждый мог выбрать наиболее интересную и актуальную для себя («Жизнь в танце», «Тайны и Секреты», «Животное», «Я памятник себе воздвиг...»).

Изготовление кукол-марионеток, сочинение пьесы и кукольный спектакль

В этой многоэтапной работе участники проходят большой путь от загадывания желания, которое каждый вкладывает в свое будущее творение, через освоение технологии изготовления простейшей куклы-марионетки, волей автора приобретающей свою неповторимую индивидуальность. Прическа, выражение лица, очки или борода, озорные косички в разные стороны или цыганский платок, пиратская треуголка и шпага. Вдохнув жизнь в своих героев, через знакомство и сочинение сказки — в спектакль. Благодаря этому, каждый получает удивительную возможность — побыть творцом, воплощая себя. Ведь человек создает куклу не столько из имеющихся материалов, сколько из своего внутреннего мира, своих желаний, фантазий, своего прошлого, настоящего и даже, возможно, будущего.

А дальше — все как в жизни. Участники организуют взаимодействие между собой, чтобы придумать некую жизнь (сказку, историю), которая будет наполнена

приключениями, сулящими героям потери или приобретения, кто знает?.. И как в жизни — сумел придумать или нет, успел подготовиться или импровизируешь на ходу — время вышло, твой выход — играй, живи! Сочинение сказки зависит от эффективной организации групповой работы: взаимодействия между участниками, четкого понимания цели, деятельности лидера, распределения функций, контроля времени. Огромное значение имеет ответственность — здесь коллективная, групповая, — при которой каждый сам для себя решает: разделять эту ответственность и нести, или «спрятаться» за группу, отдав свою часть ответственности другим. Крайне важен эмоциональный фон, настрой, состояние в котором находятся все и каждый в отдельности. Для рефлексивного анализа представляют интерес не только сюжетные коллизии сказки, идея, мораль, которую автор и актер в одном лице несут зрителю, но и оценка личного вклада участника в общее дело, степень его активности, способность предложить и отстоять свою идею, и в тоже время, готовность идти на компромисс.

Особо значимой является высокая степень спонтанности, поэтому времени на сочинение сказки дается минимум, репетиций нет вовсе. Только в этих условиях есть возможность для проживания ярких эмоциональных состояний, живого взаимодействия, напряженного внимания, непосредственного самовыражения, раскрытия собственного потенциала, о котором даже не подозревал, рождения нового — ведь, по сути, только это и есть творчество.

Спектакль имеет другие возможности по сравнению с сочинением или рассказыванием сказки, истории. Сочинение сказки — это фантазирование, грезы, мечты, и в этом многие преуспели. Но как мало этих фантазий воплощается в жизнь! Сколько прекрасных идей, сколько доброго и хорошего так и остается в мечтах, становясь всего лишь призрачными воспоминаниями! Спектакль же — это реальность, пусть символическая, но реальность: зримая, слышимая, чувствуемая всеми. Идея воплощенная — значит живая.

Только после проигрывания спектакля начинают быть осязаемы вещи, которые на уровне сочинения сказки были не видны. Сказка, которая сочинялась участниками с воодушевлением и полным удовольствием от общения друг с другом, в спектакле вдруг оказывается пустой болтовней и самолюбованием; герои — безлики и пассивны, и ничего не происходит кроме чтения красиво составленного текста «за кадром». Только после спектакля (или уже в процессе него) приходит понимание, что в спектакле, как и в жизни, обязательно необходимо что-то делать, нужны действия, поступки, события, иначе и жизни-то никакой нет. Недаром в пьесах герои именуются «действующими лицами».

Таким образом, результатом этой арт-технологии являются различные внутренние психические и психологические изменения у участников творческого процесса. К ним можно отнести: активизацию процессов самосознания личности (самопознания, самоотношения, саморегуляции), приобретение и рефлексирование нового опыта (межличностного взаимодействия в группе, организации необходимых условий для получения успешного результата), апробацию новых для личности моделей ролевого поведения, раскрытие личностного и творческого потенциала, определение «зоны ближайшего развития».

Арт-технология «Веер»

Работа с веером позволяет участникам соприкоснуться с прекрасным объектом, несущим в себе историю предметной культуры человечества, традиции использования веера в разных временах и странах. Изготовив его по специальной технологии с бамбуковыми палочками, применяя собственные идеи для смыслового наполнения, украшая самыми неожиданными материалами, каждый может увидеть в получившемся веере отражение мыслей и чувств автора, оригинальность мышления и позиционирования себя окружающим, причудливое переплетение личностного начала автора и культурно-исторической традиции самого предмета.

Все вместе мы обсуждаем, как в получившемся результате символически отражены базовые черты характера автора, которые являются внутренним строем личности, рано проявляются и проходят через всю жизнь. Они могут быть положительными и отрицательными, а чаще всего — это одна черта, свойство, становящееся нашим достоинством или слабостью в зависимости от ситуации; не случайно ведь говорят «Недостатки — это продолжение наших достоинств» (с психологической точки зрения — это абсолютная правда). С ними нельзя не считаться, они и есть то главное, что отличает каждого из нас от других. Благодаря этим главным чертам характера, мы набираем жизненный опыт, способны противостоять невзгодам и достойно переносить трудности. Предметом группового и индивидуального анализа становятся две стороны веера — внешняя, символически отражающая «Я — для других», и внутренняя — «Я — для себя». Участники задумываются, какие мои особенности, потребности, вкусы, привычки проявились в тех или иных элементах веера? В чем сходство и различие между внешней и внутренней стороной веера? С чем это связано? Как это сочетается с культурно-психологическим символизмом (цвет, форма, величина, идеи и смыслы) и функциональным назначением веера как предмета?

Логическим завершением, придающим работе с веером смысловую наполненность и цельность, становится мультимедийный просмотр коллекции вееров различных эпох, стран, стилей.

Арт-технология «Юбилей»

Будучи проективной, арт-технология «Юбилей» выявляет цели и жизненные ценности личности; создает условия для выстраивания целостной временной перспективы в неразрывном единстве прошлого, настоящего и будущего; дает возможность мечтать (настолько, насколько сам осмелишься); приглашает в мыслях и в реальности (на бумаге) выстроить свою жизнь такой, какой хочется. Знаем ли мы, чего хотим — в профессии, в искусстве, в жизни? Можем ли оценить значимость совершаемого выбора не столько для настоящего, сколько для будущего? Жизнь артиста балета — миг между еще мечтой и уже воспоминанием...

Пока пишем работу — не просто взрослеем, старимся. Из фантазий о будущем так многое становится понятным: как все мы похожи в своих желаниях сохранить здоровье, состояться в любимом деле, быть вместе с близкими людьми, понять

что-то важное в жизни и рассказать об этом детям. От пристального взгляда в себя застреваешь в безвременье и от этого особенно остро чувствуешь сегодняшний день и себя в нем. Вот чистый лист и ручка, пауза, «... не знаю, что писать», затянувшаяся пауза становится пугающей; вот чья-то жизнь на одном листе уместилась, и все в ней четко, последовательно и стройно; вот — несколько листов и не вся жизнь, а только предисловие к ней, но время кончается, а ты, кажется, только начал и вошел во вкус...

Психологическим результатом этой арт-технологии становится активизация процессов личностного роста будущих артистов балета, более четкое понимание системы индивидуальных смыслов и ценностных ориентаций в профессии и жизни, осознание значимости жизненного периода, связанного с обучением в Академии.

Групповые рисунки на тему «Анима и Анимус»

Для этой темы группа была разделена на две части — юноши и девушки работали отдельно на больших форматах бумаги. Предварялось это групповое творчество мини-лекцией об идеях Карла Густава Юнга о целостности личности и сбалансированности ее взаимодополняемых частей — мужского и женского начала в каждом человеке. «Анимус» — дух; выражающий рациональность, силу, агрессивность, выносливость, стремление к свободе, поиску и экспериментированию. «Анима» — душа; эмоциональность, слабость, забота, сохранение, традиция. Проявления человека в поведении, деятельности и общении во многом связаны с тем, какое начало — мужское или женское — выходит на первый план, требует удовлетворения, влечет и побуждает. Но и жизнь, конкретные события и ситуации требуют от человека определенных качеств — решительности или осторожности, негибкости или гибкости, активности или терпеливого ожидания — стимулируя и укрепляя то или иное начало.

Девушки воплощали на листе свое понимание мужского начала («Анимус»), а юноши — женского («Аниму»). Тема в сочетании с гендерно-групповым способом творческого исследования вызвала большой интерес студентов, стимулировала активное взаимодействие в пространстве общих рисунков, дала возможность проявить индивидуальные представления о мужском и женском в личности, культуре и искусстве, а также обсудить и выразить проблемы гендерных взаимоотношений, столь актуальные для молодежи.

Творческий проект «Сказка для балетных детей»

Этот особый опыт групповой творческой деятельности оказался чрезвычайно значимым практически для каждого участника. К традиционному в Академии Русского балета имени А. Я. Вагановой празднику «Первый выход на сцену» очень хотелось сделать какой-то интересный памятный подарок для детей. Из этого родился проект, получивший название «Сказка для балетных детей».

На первом этапе каждому участнику занятий было дано задание записать по три ассоциации, связанные с собственным опытом жизни в танце, своим чув-



А. Лукина.
Коллаж на свободную тему.
Картон, бумага,
самоклеящаяся пленка



А. Кулиев.
Коллаж на свободную тему.
Картон, бумага, самоклеящаяся пленка



А. Кулиев.
Марионетка «Н. В. Гоголь».
Ткань, пластик, бумага



О. Макарова.
Марионетка.
Ткань, пластик, бумага

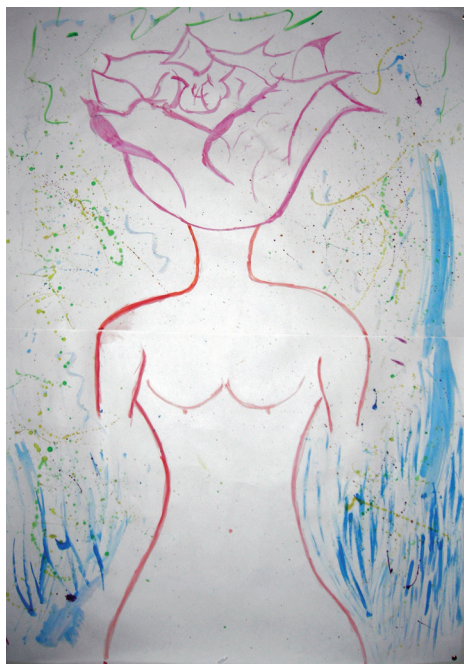
ствованием балета, трудом освоения мастерства, пониманием совершенства и уникальности этого искусства. Так появились «красота», «труд», «совершенство», «музыка», «любовь», «мечта», «жизнь», «гармония», «радость», «счастье», «полет», «мастерство», «успех»... Из этих слов, наполненных смыслом и живыми чувствами каждого, нужно было всем вместе сочинить сказку для детей, которые



Р. Шакирова. Веер.
Картон, бумага, ткань, бамбук



Н. Цвритария. Веер.
Картон, бумага, ткань, бамбук, перья



Групповая работа. «Анима».
Бумага, акварель, гуашь

только-только открывают для себя мир балетного искусства в стенах Академии. Было много активности и масса идей, многие из которых достойны воплощения в отдельную историю, но требовалось выбирать, определяться, прорабатывать сюжет, героев и детали повествования. Творческий полет мысли сталкивался с критикой, дядюшка Петипа уступил место главным героям сказки — детям —

брату и сестре, которые начали учиться балету, привидения вагановского училища скрылись в тени прекрасного Дворца Танца, в сюжетной линии переплелись неокрепший талант и звездная болезнь, предательство, разочарование и всепрощающая любовь, которая все меняет и ставит на свои места. Сказка — есть! Теперь — книга. Она должна быть большой и красивой, конечно — с картинками, названием и именами всех авторов. И вот кто-то «старит» бумагу для написания текста, несколько человек делают наброски иллюстраций к разным частям сказки, кто-то сосредоточился на обложке.

Это — то, что на поверхности творческого процесса. А внутри...

Критика, спор, эмоции, столкновение, обида, смех, ступор, идея, критика. Занятие закончилось, надо бежать на «классику», успеть переодеться, разогреться, сюжет не продуман, оставлен до завтра «на свежую голову», окрашенные страницы сохнут, карандашный набросок ждет... Завтра.

Сегодня. Времени нет. Успеем? Набросок ждет, но автора нет, кисточку берет другой. Двигаемся. Суeta осталась вчера. Сегодня — острое чувство каждой минуты, желание успеть и сосредоточенность на результате. Споры — что лучше, «я не могу», «не умею», «я не художник», «не буду» — вчера. «Что еще делаем?», «как скрепить?», «я делаю, а вы смотрите и контролируете, чтобы не перепутать страницы», «спокойно! Успеваем!» — сегодня. Готово. Надо бежать, чтобы успеть в Эрмитажный театр на праздник. Но несколько минут все вместе мы стоим вокруг книжки, получившей название «Флик-Фляк», чтобы прочувствовать и запомнить, перелистать страницы, понять, что очень нравится и насладиться этим, найти свое имя в списке авторов и даже пометчать — а вдруг эту книжку потом отдадут в наш музей?..

Подводя итоги проекта, группа отмечала, что невероятно важным был опыт успешного совместного взаимодействия с результатом, который большинству очень понравился. Оказалось, что можно договориться, найти взаимоприемлемое решение, доверить другому начатую тобой работу и искренне радоваться хорошему завершению, с верой в себя и смелостью взяться за начатую кем-то работу и достойно довести ее до конца. Оказалось, что общий успех воодушевляет и наполняет, что общая сложная задача объединяет и сплачивает, дает возможность проявить лучшее, что есть в каждом и во всех вместе.

Коллаж на тему «Грани моего «Я»

Техника коллажа обеспечивает равенство возможностей для каждого, повышает самооценку, развивает умение имеющимися средствами выражать свои чувства и мысли, позволяет реализовать оригинальность и уникальность личности, проявляет скрытые потребности и желания, противоречия между поставленными целями и выбранными стратегиями достижения, а также расширяет границы мировосприятия человека [8]. По отзывам самих участников — интересно было определиться с тем, какие стороны своей личности отразить с помощью символических средств (образов, цвета, формы выбираемых фрагментов, особенностей их структурирования на листе), найти наиболее точные художественные средства

для воплощения идеи, соотнести собственное восприятие с тем, как твою работу, а, значит, и грани твоего «Я», воспринимают другие, увидеть отражение знакомых тебе черт или удивиться тому, чего не замечал прежде в себе и других.

Рисунок в технике «Монохромный гризайль»

Участникам предлагается сделать рисунок, используя только один цвет и множество его оттенков, которые получаются смешиванием выбранного цвета с белым. В сочетании с определенной темой (например, «Место, где всегда хорошо», «Мое настроение», «Вдохновение», «Я помню...» и др.), техника дает возможность глубоко сконцентрироваться на смыслах и переживаниях образов, развивает умение лаконичными средствами передавать тонкие эмоциональные нюансы через работу с формой и множеством оттенков одного цвета. Ограничение одним цветом и его оттенками создает условия для гармонизации зрительного восприятия, тренирует чувство красоты, оттачивает строгость и чистоту художественного вкуса, что исключительно важно для развития творческого потенциала и наращивания мастерства артиста балета.

* * *

Представленные выше арт-технологии в итоговом опросе были отмечены студентами как наиболее впечатляющие, глубоко затрагивающие многие стороны личности, продуктивные для творческого исследования взаимоотношений профессии и жизни.

ЛИТЕРАТУРА

1. Муздыбаев К. Стратегия совладания с жизненными трудностями. Теоретический анализ // Журнал социологии и социальной антропологии. Том 1. 1998. № 2. С. 100–109.
2. Калашикова С. А. Личностные ресурсы как интегральная характеристика личности // Молодой ученый. 2011. № 8. С. 84–87.
3. Куликов Л. В. Психогигиена личности. Вопросы психологической устойчивости и психопрофилактики: Учебное пособие. СПб.: Питер, 2004. 464 с.
4. Штейнмец А. Э. Психология. Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2006. 288 с.
5. Андреева Г. М. Социальная психология. Изд. 3. М.: Наука, 1994, 325 с.
6. Бандура А. Теория социального научения. СПб.: Евразия, 2000. 320 с.
7. Юнг К. Г. Феномен духа в искусстве и науке. / Юнг К. Г. Собрание сочинений. Том 15. М., 1992. С.127
8. Кокоренко В. Л. Арт-технологии в подготовке специалистов помогающих профессий. Учебно-методическое пособие. СПб: Изд. «Речь», 2005. 101 с.