

Н. П. КОЛПАКОВА

ТЕХНИКИ РАЗВИТИЯ КОНСТРУКТИВНОЙ АССЕРТИВНОСТИ У СТУДЕНТОВ-ДИЗАЙНЕРОВ СРЕДСТВАМИ ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОГО ИСКУССТВА

В статье рассматриваются способы и методы формирования уверенности в себе; предложен комплекс упражнений на повышение самооценки и социальной компетентности.

Ключевые слова: *ассертивность, социальная компетентность, саморефлексия, саморегуляция, визуальная коммуникабельность.*

При развитии конструктивной ассертивности необходимо ориентироваться на внутренний потенциал студента, учитывать естественное проявление мыслей, чувств и настроений в творчестве. Важно настраивать на принятие людей такими, каковы они есть, со свойственными им способами самовыражения и гармонизации. В этом плане изобразительное искусство и занятия дизайном обладают особыми преимуществами, поскольку являются:

– средством невербального общения, включая символическую речь, которая позволяет человеку более точно выразить свои переживания, по-новому оценивать ситуацию и находить способы решения возникающих проблем;

– средством сближения людей, своеобразным «мостом» между специалистом-дизайнером и клиентом. Это особенно важно при установлении контакта и дальнейшем сотрудничестве;

– средством самовыражения и самопознания, что предполагает атмосферу доверия, развитие толерантности, внимание к внутреннему миру человека;

– средством проникновения в процессы бессознательного, актуализации латентных состояний (модели поведения, которые находятся в «вытесненном» виде либо слабо проявлены в повседневной жизни).

Настроения и мысли дизайнера воплощаются в продукте изобразительного творчества, это позволяет использовать их для ретроспективной динамической оценки психологического состояния личности при проведении соответствующих исследований и сопоставлений.

Упражнения по развитию конструктивной ассертивности вырабатывают положительные эмоции, способствуют преодолению апатии и безынициативности, формируют более активную жизненную позицию. Они основаны на мобилизации творческого потенциала, внутренних механизмов саморегуляции и повышения самооценки и помогают раскрыть широкий спектр возможностей при утверждении собственного способа бытия в мире.

Использование различных материалов и трехмерного изображения (абстрактного или реалистического), изготовление масок, воспроизводящих определенные эмоции, – все это создает объективный взгляд на самого себя, помогает студентам определить положительные / отрицательные стороны своего характера, выработать представление о способах повышения самооценки, повысить уверенность в себе.

В этом плане, как нам кажется, наиболее интересной является техника «Линия жизни»: судьба схематично рисуется в виде маршрута (лабиринта или спирали), основные события обозначаются словами, символами или иллюстрируются вырезками из журналов. Такое наглядное отображение прошлого и настоящего помогает определить направление «линии жизни», цель и препятствия, с которыми приходилось сталкиваться.

Из многообразия существующих техник формирования социальной смелости и социальной компетентности, необходимых в дальнейшей профессиональной деятельности, мы бы выделили комплексы «Праздники», «Темы жизни», «Скульптура ситуации»: на рисунке или в виде скульптуры воплощаются персонажи, драматические сцены, действия, к ним сочиняются диалоги.

Одним из важных критериев уровня конструктивной ассертивности является саморефлексия. Техники совершенствования данной способности средствами изобразительного искусства (иллюстрирование наиболее ранних и ярких детских воспоминаний; счастливых или несчастных событий, случившихся когда-то ранее; визуализация своего реального и идеального «Я») позволяют выявить внутренние противоречия, мешающие раскрыть личностный и профессиональный потенциал.

Упражнения на совершенствование саморегуляции («Чувства», «Желания», «Страхи», «Любимое и нелюбимое») включают в себя изображение (в реалистическом или абстрактном виде) желаний, страхов, чувств, связанных с завершением одного жизненного этапа и началом другого. Для этого студенты-дизайнеры могут использовать разнообразные цвета, линии, символы, технику «каракули». Способность к саморегуляции позволяет устранить страхи, определиться со своими желаниями, придать уверенность в себе. Не случайно А. О. Прохоров считал, что «секретом успеха функционирования регуляторной системы будет знание и применение наиболее эффективных способов саморегуляции, адекватных конкретной ситуации, а также выработка собственных индивидуальных приемов с учетом своих возможностей и способностей» [1].

Наиболее сложной из техник, направленных на развитие конструктивной ассертивности является изображение конфликта и вызванных им эмоций, определение возможных вариантов выхода из сложившейся ситуации. М. М. Кашапов указывает: «Стратегия разрешения конфликта соотносится

с категориями поведения. Такое представление позволяет учитывать легкость изменения поведения в зависимости от ситуации, создает основу для тренировки навыков адекватного поведения в конфликте» [2]. Соответствующий вид упражненный включает в себя:

- формулирование конфликта и обсуждение его в парах;

- изображение конфликта как «рассказа в картинках» с обозначением стадий развития ситуации;

- изображение конфликта, актуального для личности;

- изображение внутреннего конфликта в абстрактно-символическом или метафизическом виде.

Полезно «озвучивание» мотивов (начал) «внутреннего» конфликта путем составления монологов или диалогов; подбора масок для участвующих в ситуации; создание композиций «Шторм», «Взрыв», «Огонь», «Сражение», «Чудовища», «Спортивные состязания», помогающих дать выход эмоциям.

Конструктивная асертивность невозможна без умения налаживать контакт с окружающими, без эмпатийного восприятия собеседника. Визуальная коммуникация предполагает воплощение диалога средствами изобразительного искусства, помогает проиграть ситуацию общения. Например, в тренинге «Разговор» каждый член группы выбирает для себя определенный цвет, затем на основании этого составляются пары, получающие задание изобразить беседу на одном листе бумаги. Участник пары может вести свою линию параллельно линии партнера или продолжить ее. Таким образом они имитируют эмоционально окрашенный обмен репликами (ссору или, наоборот, примирение, в которых определяется психологический компонент коммуникативной структуры).

В. И. Петрушин писал: «Прежде чем воплощать предлагаемый образ средствами живописи, в него надо постараться вжиться и почувствовать его как составную часть своего духовного мира. Лучше всего такое эмпатическое вживание происходит в процессе медитативного погружения в создаваемый образ» [3]. С такой точки зрения наиболее перспективным для самопознания и нейтрализации негатива нам представляется тематическое рисование – воссоздание образов литературных героев посредством живописи и графики. Заслуживает внимания и упражнение «Поэзия» – воплощение текста в визуальных образах (например, стихотворение о луне предстает в виде ночного пейзажа). Как вариант выполнения уместны: коллаж с использованием вырезок из газет и журналов, скульптура. Картон, нитки, проволока и иные материалы позволяют передать поэтический текст как трехмерный, возможно, движущийся объект.

Охарактеризованные в статье техники развития конструктивной асертивности у студентов-дизайнеров средствами изобразительного искусства обобщены как комплекс упражнений, позволяющий совершенствовать необходимые качества личности. Задания такого рода повышают интерес к изучаемому предмету и играют важную роль в профессиональном становлении будущих дизайнеров.

Литература

1. Прохоров А. О. Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности. М., 2005. С. 260.

2. Кашипов М. М. Психология творческого мышления профессионала. М., 2006. С. 606.

3. Петрушин В. И. Психология и педагогика художественного творчества. М., 2006. С. 376.

N. P. KOLPAKOVA. TECHNICS OF CONSTRUCTIVE ASSERTION DEVELOPMENT OF STUDENTS-DESIGNERS BY MEANS OF FINE ARTS

The article deals with the ways and methods of self-reliance formation. The complex of exercises to improve self-appraisal and social competence is suggested in the article.

Key words: *assertion, social competence, self-reflectiveness, self-control, visual sociability.*

А. А. САМОЙЛЕНКО

ИЗУЧЕНИЕ РЕГИОНАЛЬНОГО КОМПОНЕНТА ПРИ ПОДГОТОВКЕ СТУДЕНТОВ ТУРИСТСКОГО ПРОФИЛЯ: КРИТЕРИИ ЦЕННОСТИ И ЦЕННОСТНЫЙ ПОТЕНЦИАЛ

Ставя вопрос об изучении регионального компонента в свете критериев ценностного потенциала, автор статьи обобщает многолетний опыт работы вузовского преподавания специальности «Сервис и туризм».

Ключевые слова: *региональный компонент, малая родина, проектирование содержания образования, специалист, бакалавр.*

Так называемый *региональный компонент туристского образования* располагает большими возможностями в плане воздействия на личность студента – в этом специфика содержания и одна

из главных составляющих ценностного потенциала соответствующей учебной дисциплины.

Наличие ценностей само по себе есть критерий личности, ее способности воспринимать ок-