

АРТ-ТЕХНОЛОГІЇ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ МАЙБУТНЬОГО ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ

У статті розкрито особливості розвитку емоційного інтелекту майбутніх учителів початкових класів засобами арт-технологій. Автори аналізують важливість емоційного інтелекту у професійній діяльності вчителя; розкривають сутнісні характеристики арт-технологій та їх вплив на розвиток емоційної сфери особистості.

***Мета статті** - проаналізувати найбільш ефективні арт-технології розвитку емоційного інтелекту майбутніх вчителів початкових класів.*

Під розвитком емоційного інтелекту арт-технологіями автори розуміють навчання через методи та прийоми формування вмінь спостерігати та осмислювати емоційний стан інших, розвиток навичок емпатії та управління і корекції власних емоцій засобами мистецтва.

Визначено, що технологія розвитку емоційного інтелекту засобами мистецтва складається з таких компонентів: емотивно-когнітивний - знання про емоції, здатність їх ідентифікувати, аналізувати та встановлювати причини їх прояву; емотивно-ціннісний - вияв емпатії, оцінка значимості для особистості власних емоцій та емоцій оточуючих; емотивно-діяльнісний – асиміляція емоцій в мислення, здатність управляти власними емоціями та корегувати їх за допомогою мистецької діяльності. Найбільш ефективними арт-технологіями розвитку емоційного інтелекту визначено музикотерапію, ізотерапію, драматерапію та психодраму.

Автори наголошують, що ефективність застосування арт-технологій у розвитку емоційного інтелекту підтверджується такими ознаками: переважає оптимістичне самопочуття, гарний настрій; поліпшується орієнтування в пережитих емоціях та їх вербалізація; з'являється розуміння власного емоційного стану та стану інших; формується адекватна реакція

на життєві події та проблемні ситуації; формується здатність стримувати негативні емоції, контролювати власні почуття; розвивається сприйнятливність до переживань інших, емпатія, рефлексія, що вносять корективи у власну поведінку.

Ключові слова: емоційний інтелект, технології розвитку емоційного інтелекту, майбутній вчитель початкових класів, технологія, арт-технології, музикотерапія, ізотерапія, драматерапія, психодрама.

Постановка проблеми. Соціальна та освітня реформа, започатковані в українському суспільстві, потребують докорінних змін у підготовці фахівців нової генерації. Модернізація процесу професійної підготовки майбутніх учителів початкової школи пов'язана зі зміною підходів до обов'язків учителя як фасилітатора, тьютора, радника та посередника.

Зміст професійно-педагогічної підготовки майбутніх учителів початкової школи має відповідати потребам сьогодення і бути спрямованим на отримання необхідних компетентностей, передбачених професійним стандартом «Вчитель початкових класів закладів середньої освіти» (наказ Міністерства соціальної політики України від 10.08.2018 № 1143). Однією із ключових є соціальна компетентність, яка визначається як здатність справлятися із невизначеністю та складністю умов, підтримувати фізичне та емоційне благополуччя, співпереживати та вирішувати конфлікти. Вважаємо, що саме розвинений емоційний інтелект майбутнього вчителя забезпечить можливість реалізувати означені здатності та виконання зазначених вище функцій. Вчитель, який володіє достатнім рівнем сформованості власного емоційного інтелекту, тобто усвідомлює та адекватно проявляє власні емоції, розуміє емоції інших та співпереживає, здатний скеровувати емоції як свої так й інших, зможе адекватно реагувати на різноманітні педагогічні ситуації, в тому числі, й конфліктні, спрямовувати свої дії на адекватне їх вирішення та забезпечить комфортні умови для саморозвитку особистості кожної дитини.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. В останні десятиліття емоційний інтелект став предметом дослідження як зарубіжних так і вітчизняних психологів та педагогів. Зокрема, серед зарубіжних дослідників, це Г. Гарднер, що розробив теорію множинності форм інтелекту, в якій виокремлено типи інтелекту, пов'язані з емоційно-інтелектуальними здібностями (міжособистісний і внутрішньоособистісний інтелект); Р. Бар-Он увів термін «коефіцієнт емоційності» (EQ) та запропонував анкету для його вимірювання (EQ-i); Дж. Майєр та П. Саловей опублікували першу дослідницьку роботу, у якій запровадили термін «емоційний інтелект»[2]; Д. Гоулмен у роботі «Емоційний інтелект» проаналізував залежність між інтелектом та життєвим успіхом, розкрив сутність природи емоційного інтелекту, можливості управління та розвитку EQ.

Вітчизняні дослідження окремих складових емоційного інтелекту започатковано в роботах О. Саннікової; адаптивні та стресозахисні властивості емоційного інтелекту вивчала Е. Носенко; адаптаційні властивості емоційного інтелекту схарактеризувала І. Аршава; особливості розвитку емоційного інтелекту як окремої підсистеми соціальних здібностей досліджувала О. Власова [2]; важливість розвитку емоційного інтелекту як важливої складової професійної компетентності вчителя музики проаналізувала О.Просіна; шляхи розвитку емоційного інтелекту педагогічних працівників та пріоритетний напрям – підвищення рівня здатності до емоційної саморегуляції пропонує О.Новак; соціальні технології розвитку емоційного інтелекту обґрунтувала В.Зарицька. Проте, незважаючи на значний доробок щодо методів розвитку емоційного інтелекту, методи арт-терапії у розвитку ЕІ недостатньо висвітлені у наукових дослідженнях, а саме, недостатньо розкриті механізми впливу мистецтва на здатність особистості розпізнавати та управляти емоціями, вплив мистецтва на розвиток емпатії особистості та можливості арт-терапевтичних технологій у розвитку емоційного інтелекту у студентському віці.

Мета статті - проаналізувати найбільш ефективні арт-технології розвитку емоційного інтелекту майбутніх учителів початкової школи.

Основна частина. Проблема цілеспрямованого розвитку емоційного інтелекту вперше була порушена зарубіжними дослідниками. Дж. Майєр, П. Саловей, Д. Карузо стверджували, що емоційні знання, як різновид інформації, яким оперує емоційний інтелект, – відносно легко набуваються в тому числі й у процесі навчання[1]. Дослідження таких вчених як І. Андреева, Д. Гоулман, В. Зарицька, Е. Носенко, Г. Орме, А. Панкратова, також підтверджують необхідність розвитку ЕІ. При цьому науковці підкреслюють можливість його розвитку як у дитинстві, так і у дорослому віці шляхом тренінгових методів навчання. Так, В. Зарицька пропонує тренінгові форми з розвитку емоційного інтелекту в системі професійної підготовки фахівців гуманітарного профілю; М. Журавльова - для студентів психологів; Т. Кисельова – для керівників[2].

Емоційний інтелект (Дж. Майєра, П.Саловей, Д. Карузо) визначають як сукупність не когнітивних (емоційних та соціальних) здібностей, знань і умінь, що впливають на можливість індивіда успішно відповідати вимогам навколишнього середовища і протистояти його тиску; здатність аналізувати свої емоції з метою покращення процесу мислення, що включає уміння безпомилково сприймати емоції, оцінювати і генерувати їх таким чином, щоб допомагати мисленню; розуміти емоції й ідентифікувати їх, а також рефлекторно скеровувати емоції з тим, щоб сприяти своєму емоційному й інтелектуальному зростанню [5].

Розвиток ЕІ майбутніх учителів початкових класів набуває важливості, так як все частіше спостерігається таке явище як алекситимія, тобто нездатність щодо ідентифікації, розпізнання та вербалізації словами почуттів, які переживаються. В той же час дослідники доводять, що готовність дітей до засвоєння знань значною мірою залежить від того, чи вони володіють хоча б основними емоційними навичками. Так, Д.Гоулман стверджує, що «навчання емоційної грамотності розширює не тільки погляди

вчителів на педагогіку, але й у явлення про завдання самих шкіл, перетворюючи їх на об'єкти громадянського суспільства, які повинні стежити за тим, щоб діти засвоїли необхідні життєві навички.... Перед вчителями постає необхідність використання будь-якої можливості допомогти учням навчитися сприймати кризові моменти як уроки емоційної компетентності»[1, с.465]. І саме вчитель, який зможе вдало підібрати комплекс практичних вправ для вдосконалення емоційної експресії учнів, надати практичні рекомендації щодо усунення тривожності та переживань різноманітних видів страху, сформувати такі умови освітнього простору, в якому дитина відчуватиме себе вільно і захищено, допомогти дитині самовиразитись через мистецьку дію, в цілому сприятиме формуванню культури життєтворчості особистості - що і є одним із пріоритетів Нової української школи.

Необхідність розвитку емоційного інтелекту у майбутніх учителів обумовлюється важливістю у педагогічній діяльності таких його складових: самосвідомості як здатності сприймати або відчувати емоції (як свої власні, так і іншої людини); саморефлексії як здатності розуміти, що виражає та чи інша емоція; самокорекції як здатності направляти свої емоції на допомогу розуму, тобто посилення мислення за допомогою емоцій; саморегуляції як здатності керувати емоціями.

Розвиток емоційного інтелекту передбачає застосування відповідних технологій. У науковій літературі поняття “технологія” трактують у двох значеннях: у широкому – як система засобів організації й упорядкованої доцільної практичної діяльності відповідно до мети, специфіки, логіки процесу перетворення (трансформації) того чи іншого об'єкта; у вузькому – як сукупність знань про способи обробки матеріалів, виробів і методів здійснення якихось дій; або ж як сукупність операцій, які здійснюються певним чином і в певній послідовності, що приводять до результату[9].

Головними параметрами будь-якої технології визначають: детальне визначення кінцевого результату; поділ процесу його досягнення на

послідовні взаємопов'язані етапи; поетапне виконання певних дій; однозначність виконання в технології процедур, операцій; можливість використання технології іншою людиною після спеціального навчання

Технологія має відповідати таким ознакам: універсальність, конструктивність, результативність, оперативність, відносна простота, надійність, гнучкість [9, с. 151–152]. Окрім цих чинників, при виборі технології розвитку емоційного інтелекту необхідно враховувати особисті якості студентів, їхню схильність до вербалізації почуттів, емоційну розкутість або замкнутість, здатність до самоконтролю, чуйність та відкритість, схильність до комунікації (інтровертність- екстравертність), домінантність чи ригідність у спілкуванні тощо.

Дослідники емоційного інтелекту зазначають, що в одних випадках розвиток ЕІ вимагає застосування конкретної технології, а в інших – комплексного використання всіх відомих способів, прийомів, методик.

У науково-педагогічних дослідженнях пропонують ряд технологій для розвитку емоційного інтелекту, які також можна використовувати у підготовці майбутніх вчителів початкової школи: технологія особистісно орієнтованого розвивального навчання; технологія ситуативного моделювання; проектні технології; технологія критичного мислення; технологія вітагенного навчання; соціальна технологія; арт-технологія.

Хочемо зупинитися на використанні арт-технологій, оскільки вважаємо їх найбільш перспективними у розвитку емоційного інтелекту та такими, що можуть бути використані вчителями у майбутній педагогічній діяльності.

Арт-технології – це сукупність методів, що використовують специфічну мову мистецтва для розвитку здатності особистості до усвідомлення та вияву почуттів, а також здатності до їх перетворення у позитивному напрямі. Арт-технології ґрунтуються на тому, що художні образи здатні допомогти людині зрозуміти самого себе і через творче самовираження зробити своє життя більш емоційним та гармонійним. Арт-технології сприяють розвитку емоційно-вольової сфери, самоаналізу, кращому розумінню власних емоцій,

почуттів та мотивів поведінки, гармонізації емоційного стану, вирішенню внутрішніх конфліктів, розкриттю особистісного потенціалу.

Під розвитком емоційного інтелекту арт-технологіями ми розуміємо навчання через методи та прийоми формування вмінь спостерігати та осмислювати емоційний стан як власний, так і інших людей, розвиток навичок емпатії та управління і корекція власних емоцій засобами мистецтва.

Технологія розвитку емоційного інтелекту засобами мистецтва складається з таких компонентів:

-емотивно-когнітивний - знання про емоції, здатність їх ідентифікувати, аналізувати та встановлювати причини їх прояву. Емоційні знання - це різновид інформації, яким оперує емоційний інтелект, що набуваються як у процесі навчання та мистецької діяльності;

- емотивно-ціннісний - вияв емпатії, оцінка значимості для особистості власних емоцій та емоцій оточуючих. Д.Гоулман зазначає, що соціально важлива навичка емпатії – це здатність приймати чужу точку зору, розуміти почуття інших людей та поважати їхнє бачення певної ситуації [1, с.456].

- емотивно-діяльнісний – асиміляція емоцій в мислення, вміння управляти власними емоціями та корегувати їх за допомогою мистецької діяльності, перетворювати негативні емоції у позитивні.

Існує велика кількість видів арт-терапії: ізотерапія, казкотерапія, лялькотерапія, музична терапія, робота з пластичними матеріалами (глина, пластилін), пісочна терапія, данс-терапія, драма терапія, тілесно-орієнтована терапія тощо. Проте, найбільш продуктивними арт-технологіями розвитку емоційного інтелекту майбутніх вчителів початкових класів можуть бути музикотерапія, ізотерапія, драма-терапія та психодрама, які співвідносяться із компонентами формування емоційного інтелекту.

Музикотерапія. Значення музичного мистецтва як фактора розвитку емоційного інтелекту полягає в морально-естетичному характері його впливу: емоційний зміст твору стає стимулом для розкриття та вияву

почуттів, розвитку емпатійності людини. Спілкування з музикою розвиває уяву, мислення, світосприйняття людини, викликає емоції та почуття як пережиті раніше, так і нові. Музичне мистецтво володіє також специфічною й унікальною можливістю цілеспрямованого впливу на соматичний і психічний стан людини. Очікуваний оздоровчий ефект зумовлений не тільки впливом на емоції, але й специфічним впливом окремих засобів виразності: ритму, мелодії та гармонії, які складають основу музики, що проникає в глибини психіки [L.Halasz, 1966; K. Hanusova, L. Kurzova, 1966; V. Holzknecht, V. Pos, 1969].

Музика може впливати на негативні емоції та переводити їх у позитивні, вивільняти почуття, врівноважувати їх і наповнювати гармонією. Методи, які застосовує сучасна музикотерапія класифікують за критерієм переважної лікувальної дії [6;10]: методи, спрямовані на відреагування, а також емоційну активацію; тренінгові методи, які застосовуються у контексті поведінкової терапії; релаксаційні і регулятивні методи; комунікативні методи; творчі методи у формі інструментальної, вокальної, рухової імпровізації.

Ці методи можуть стати основою у тренінговій роботі розвитку емоційного інтелекту майбутніх вчителів початкових класів і є дієвими при налагодженні комунікації, соціальної взаємодії, формуванні адекватності емоційної сфери тощо.

Ізотерапія. Досить поширеною технікою арт-терапії є ізотерапія. Причому значна увага наділяється кольоротерапії, аналізу впливу кольорів, які оточують людину та яким вона надає перевагу. Психологія проводить широкі дослідження впливу кольору на особистість (М. Люшер, Г. Бреслав, В. Драгунский, Н. Серов). Колір та кольорова гама, що оточують людину, відіграють дуже важливу роль в житті, кольоровий образ створює енергоінформаційні носії, що діють в людині і на людину. Поєднання кольорових потоків буде проектуватись на кольоросприйняття та кольоровідтворення, що відображує глибинні характеристики людини та її

психо-емоційний стан на даний момент [4]. Тому, за кольорами, які обирає людина можна говорити про настрій та емоції, які вона відчуває.

Ізотерапія взяла «на озброєння» психотерапевтичні можливості образотворчої діяльності і не вимагає спеціальних художніх здібностей, так як заснована на спонтанному самовираженні, що певною мірою ігнорує естетичні критерії в оцінці результатів мистецького процесу. Для ізотерапії важливішим є сам процес творчості, щирість і повнота самовираження, а не кінцевий продукт і його оцінка аудиторією [7]. Тому, така діяльність може використовуватись у розвитку ЕІ із майбутніми вчителями, які не вміють малювати, як на їхню думку, а також із тими, що малюють добре.

Малювання може бути способом вирішення психологічних, особистісних проблем психологічного чи фізичного характеру: подолання страху, тривоги, невпевненості, самотності, негативних переживань; розвиток вправності і впевненості руки, точності рухів, мілкої моторики та інше. Наприклад, за тональним і колірним рішенням, ритмом і композицією малюнка, за вибором персонажів та сюжету можна визначити наявність тих чи інших проблем у психіці і світовідчутті людини. Майбутні вчителі мають навчитися усвідомлювати та розрізняти за малюнками дітей ті проблеми та почуття, які вони переживають, допомогти дітям перевести їх у вербальне вираження та віднайти способи їх подолання.

Ізотерапія спрямована на гармонійний розвиток психічних функцій кожної людини. Заняття можуть бути різноманітні за тематикою, формою, методам впливу, матеріалами. Для засвоєння матеріалу і вироблення навичок можна використовувати комплексні методики: заняття малюнком у поєднанні з мовленням, музикою, світлом та інше [8].

Драматерапія та психодрама. У процесі театральної діяльності відбувається розвиток емоційної «мови» тіла, тобто здібності до вираження власних емоцій та почуттів через невербальну поведінку.

Драматерапія - це один з видів арт-терапії, який включає елементи музики, образотворчого мистецтва та танцю. Драма-терапія використовує

форму театрального мистецтва і робить її доступною для всіх. Всі компоненти театрального мистецтва - голос, рух, рольова імпровізація, робота з текстом і саме виконання, поряд з використанням масок, костюмів, освітлення та постановки - є невід'ємними складовими драматерапії. За допомогою театру можна висловити і пережити те, що часто називають "таїною життя", відчувати емоцій та здійснити вчинки, які неможливі у звичайному житті.

Через умовність театру можна прискорити події, пережити весь спектр емоцій, прискорити час або ж зупинити його. Натхнення, творення, експериментування, відмова від стереотипів, розкутість у почуттях та вияві емоцій - основа театрального мистецтва, що складає методику арт-терапії. Театральне мистецтво, що використовується особливим чином, в даний момент і в даному місці - суть драматерапії та практики її застосування[3].

Близькою до драматерапії є психодрама. Відмінністю між ними є те, що драматерапія, в основному, використовує драматичну реальність на матеріалі п'єс, легенд і міфів за різними життєвими ситуаціями. Психодрама ж працює зі сценарієм життя людини, реальними подіями, які відбувалися в її минулому, відбуваються зараз, або можуть відбутися в майбутньому.

Велика частина терапевтичної роботи в психодрамі здійснюється через імітацію, тобто відтворення епізоду з різними членами групи, що виконують у сценах роль "значущих інших". Під час аналізу сцен у психодрамі використовують багато театральних прийомів, в тому числі програвання ролей у зворотньому напрямі та метод "порожнього стільця". [3,с.26.] Психодрама вважається потужним засобом психотерапії, що використовує методи театральної педагогіки, які були розвинені й вдосконалені задля більш потужного емоційного впливу.

У процесі експериментального дослідження *Т. Березовська* встановила, що навчання акторській діяльності сприяє розвитку емоційного інтелекту осіб раннього юнацького віку: у юнаків – розвитку здібності розпізнавати емоції інших людей та емпатії, у дівчат – довільності в управлінні емоційною

сферою; *А. Панкратова* загалом відзначає, що акторсько-режисерський тренінг є найбільш ефективним методом формування емоційного інтелекту[2].

Висновок. Отже, в цілому, можемо визначити ефективність використання арт-терапевтичних технологій для розвитку емоційного інтелекту та його складових за такими ознаками:

- при застосуванні арт-технологій у студентів переважає оптимістичне самопочуття, гарний настрій;
- поліпшується орієнтування в пережитих емоціях та їх вербалізація;
- формується здатність до розуміння власного емоційного стану та стану інших;
- формується адекватна реакція на життєві події та проблемні ситуації; здатність стримувати негативні емоції, контролювати власні почуття;
- розвивається сприйнятливність до переживань інших, емпатія, рефлексія, які вносять корективи у власну поведінку.

Подальшої розробки потребують питання обґрунтування методів та технологій, які будуть достатні та ефективні для розвитку всіх компонентів емоційного інтелекту як у сукупності так і окремо; визначення найбільш ґрунтовних методик діагностування ЕІ дітей та дорослих; розробка питань методики застосування арт-технологій у підготовці майбутніх учителів початкових класів з опорою на професійну складову.

Література:

1. Гоулман Д. Емоційний інтелект/ Пер. з англ.. С.Л. Гумецької. Х.: Віват, 2019. 512с.
2. Дерев'янка С. П. Феноменологія емоційного інтелекту: Навчально-методичний посібник. Чернігів: видавець «Лозовий В. М.», 2016. 312 с.
3. Дженнінгс С., Мінді А. Сні, маски та образи. Практикум з арт-терапії/ Пер. з англ.І. Дінерштейн. Х.: Ексмо, 2003. 384 с.
4. Копитін А.І. Основи арт-терапії. СПб.: Видавництво "Лань", 1999. 256с.

5. Матусевич І. Основні концептуальні підходи до розуміння емоційного інтелекту у психології. URL: <http://conferences.neasmo.org.ua/node/44> .
6. Петрушин В. И. Музыкальная психотерапия. М.: Владос, 2000. 176 с.
7. Практикум по арт-терапии/Под ред. А.И.Копытина. СПб: Питер, 2000. 448 с .
8. Сорока О. Образотворче мистецтво й арт-терапія: порівняльний аналіз. *Естетика і етика педагогічної дії*. Київ, 2012. Вип. 4. С.144 – 156.
9. Соціальна педагогіка: теорія і технології : підручник / за ред. І. Д. Зверєвої. Київ : Центр навчальної літератури, 2006. 316 с.
10. Шушарджан С.В. Руководство по музыкальной терапии. М: Медицина, 2005. 450 с.

ART TECHNOLOGIES IN FUTURE PRIMARY SCHOOL TEACHER'S EMOTIONAL INTELLIGENCE DEVELOPMENT

The features of future primary school teachers' emotional intelligence development by means of art technologies are revealed in the article. The authors analyse the emotional intelligence in teacher's profession, describe the essential characteristics of art technologies and their influence on the development of individual emotions.

The aim of the article: is to analyse the most effective art technologies for the development of future primary school teacher's emotional intelligence.

The development of emotional intelligence by art technologies is defined as learning with the methods and techniques to form the ability to observe and comprehend the emotional state of others, the development of empathy and management and correction of their own emotions by means of art.

It has been determined that the technology of development of emotional intelligence by means of art consists of the following components: emotional and cognitive which means the knowledge of emotions, ability to identify, analyse and realise the reason of emotions manifestation; emotional and valuable which means the expression of empathy, the assessment of the significance of personal emotions and ones of other people; emotional and active which means emotion assimilation

into thinking, the ability to manage and correct the emotions through artistic activity. Music therapy, art therapy, drama therapy and psychodrama are identified as the most effective art technologies of emotional intelligence development. The authors emphasize that the effectiveness of art technologies use in the development of emotional intelligence is confirmed by the following features: optimism and good mood domination; the experience of emotion verbalization improvement; the understanding of one's own emotional state and that of others; adequate response to life events and problem situations; the ability to contain negative emotions and own feelings control; sensitivity to other people's experiences; empathy, reflection, adjustments to own behaviour.

Key words: *emotional intelligence, technologies of emotional intelligence development; future primary school teacher, techniques; art technologies, music therapy, art therapy, drama therapy, psychological drama.*

Дата надходження статті: 10.11.2019р.