

МЕДИЦИНАЛЫҚ КОЛЛЕДЖДІҢ БІЛІМ АЛУШЫЛАРЫНА АРНАЛҒАН АРТ-ТЕРАПИЯ НЕГІЗДЕРІ

п.ғ.к. Ибрагим Қайрат Әменұлы
Шымкент университетінің
«Педагогика» кафедрасының меңгерушісі

п.ғ.м. Кубеева Марзия Абдухалыққызы
Шымкент университетінің
«Педагогика» кафедрасының аға оқытушысы

п.ғ.м. Маликова Күлмаш Сабырбергеновна
«Авимед» көп салалы колледжінің педагог-психологы

Андатпа. «Авимед» көп салалы колледж білім алушыларының эмоционалдық тұрақтылығын, өзін-өзі реттеу қабілетін және эмпатиялық қасиеттерін дамытуда арт-терапия әдісін қолданудың теориялық және практикалық негіздері қарастырылған. Арт-терапияның негізгі бағыттары және оларды оқу процесінде қолдану кезеңдері сипатталған. Зерттеу нәтижелері арт-терапия сабақтарының медициналық колледж білім алушыларының эмоционалдық тұрақтылығын арттырып, өзін-өзі реттеу мен эмпатия деңгейін күшейтетінін, сондай-ақ кәсіби қарым-қатынас мәдениетінің дамуына оң әсер ететінін дәлелдейді. Зерттеу барысында отандық және шетелдік ғалымдардың еңбектеріне терең талдау жасалған.

Түйін сөздер: медициналық колледж, білім алушылар, арт-терапия, эмоционалдық тұрақтылық, эмпатия, өзін-өзі реттеу, психологиялық әдіс, шығармашылық даму.

Қазіргі таңда медициналық колледж білім алушыларының психоэмоционалдық жағдайы мен кәсіби тұлғалық қалыптасуы өзекті мәселелердің бірі болып отыр. Медициналық сала қызметкерлері жоғары жауапкершілік пен адам тағдырына тікелей ықпал ететін кәсіби жүктемеге ие болғандықтан, болашақ мамандарды даярлау барысында эмоционалдық тұрақтылық, эмпатия және өзін-өзі реттеу қабілеттерін дамыту қажет. Сондықтан педагогикалық және психологиялық тәжірибеде білім алушылардың ішкі үйлесімін, эмоционалдық тұрақтылығын арттыру мақсатында *арт-терапия әдісін* қолдану өзекті болып отыр.

Арт-терапия (ағылш. *art therapy*) – шығармашылық қызмет арқылы адамның ішкі жан дүниесін, эмоциясын, уайымын, қорқынышын немесе

қуанышын бейнелеуге және сол арқылы психологиялық жеңілдік алуға бағытталған әдіс.

Зерттеудің мақсаты: арт-терапияна қолдануда медициналық колледждің білім алушыларының эмоционалдық тұрақтылығын, эмпатиясын және өзін-өзі реттеу қабілетін арттыру, кәсіби қарым-қатынас мәдениетін дамыту.

Зерттеудің міндеттері:

- Арт-терапия арқылы білім алушылардың эмоционалдық жағдайын жеңілдету;
- эмпатиялық және коммуникативтік дағдыларын жетілдіру;
- өзін-өзі тану, өзін-өзі реттеу механизмдерін дамыту;
- психологиялық жайлылық пен ішкі үйлесімді қалыптастыру;
- кәсіби құндылықтар мен адамгершілік қасиеттерді нығайту.

Осы тұрғыда арт-терапия - білім алушылардың психоэмоциялық жағдайын тұрақтандыруға, тұлғалық және кәсіби дамуына ықпал ететін заманауи әдіс болып табылады. Арт-терапия адамның шығармашылық әрекеті арқылы оның ішкі сезімдері мен ойларын бейнелеуге мүмкіндік береді [1]. Бұл тәсіл студенттердің стрестік жағдайларда өз-өзін ұстауына, эмоцияларын реттеуіне және кәсіби қарым-қатынас мәдениетін дамытуға ықпал етеді [2].

Арт-терапияда бейнелеу, мүсіндеу, коллаж жасау, музыка, би, драма сияқты өнер түрлері психологиялық әсер ету құралы ретінде пайдаланылады. Бұл әдіс адамға өз эмоцияларын бейнелік формада білдіруге және ішкі қайшылықтарын жеңілдетуге мүмкіндік береді [3].

Қазақстандық зерттеушілер [Г.А.Қасен](#), [Ұ.Б.Төлешова](#), [А.Б.Мукашованың](#) [«Арт-терапиялық практикум» еңбегінде](#) арт-терапияны білім алушылардың психологиялық тұрақтылығын және өзін-өзі білдіру қабілетін дамыту құралы ретінде қарастырады [4, 88б.].

Ұлттық мемлекеттік ғылыми-техникалық сараптама орталығының 0125РКД0117 «Медициналық колледждің білім алушыларына арналған арт-терапия негіздері» қолданбалы ғылыми-зерттеу жұмысы аясында «Авимед» көп салалы колледжінің білім алушыларына арт-терапияны қолданудың *негізгі бағыттарын* ұсынамыз:

| № | Бағыттары | Мақсаты | Қолданылатын әдістер |
|---|------------------------------------|----------------------------------------|-------------------------------------------------|
| 1 | Бейнелеу терапиясы (сурет, коллаж) | Эмоцияны сыртқа шығару, өзін-өзі тану. | «Менің көңіл-күйімнің түстері», «Өз бейнем». |
| 2 | Музыккатерапия | Стрессті төмендету, релаксация. | Музыка тыңдау, ырғақпен қозғалу, «Менің әуенім» |

| | | | |
|---|---------------------------------|---------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|
| | | | жаттығуы. |
| 3 | Драматерапия (рөлдік ойындар) | Эмпатия мен кәсіби қарым-қатынас дағдысын дамыту. | «Дәрігер мен пациент», «Қиын жағдайдағы мен». |
| 4 | Қимыл және би терапиясы | Дене мен эмоцияның үйлесімін қалпына келтіру. | Еркін би, айна жаттығулары. |
| 5 | Қолөнер және мүсіндеу терапиясы | Ұсақ моториканы және сабырлықты дамыту. | Саздан мүсін жасау, құммен композиция. |
| 6 | Жазбаша (поэзиялық) терапия | Ішкі сезімді сөз арқылы шығару. | Күнделік, эссе, хат жазу («Менің арманым», «Өмірімдегі өзгеріс»). |
| 7 | Топтық арт-терапия | Бірлескен шығармашылық арқылы ұжымдық қолдау. | «Біздің топтың бейнесі», «Бір сурет – көп қол» жаттығулары. |

«Авимед» көп салалы колледжінің білім алушыларына арт-терапиялық жұмысты үш кезеңде жүргізуге болады:

1. Диагностикалық кезең

Мақсаты: білім алушылардың эмоционалдық күйін, стресстік деңгейін және қарым-қатынас стилін анықтау.

Қолданылатын әдістер:

- «Өзінді студент ретінде бейнеле» сурет әдісі;
- «Менің көңіл-күйімнің түстері» жобалық тапсырмасы;
- «Стрестік жағдайдағы мен» еркін сурет салу;
- Психологиялық сауалнама (мазасыздық, күйіп кету деңгейі).

Нәтижесі: топтың жалпы эмоционалдық ахуалы мен жеке ерекшеліктері айқындалады.

2-кезең. Терапиялық және дамыту кезеңі

Мақсаты: шығармашылық іс-әрекет арқылы білім алушылардың эмоциясын білдіру, өзін-өзі түсіну және топтық қолдау сезімін қалыптастыру.

Ұйымдастыру ерекшеліктері:

- Топтық формат (8–15 адам);
- Аптасына 1–2 рет, 6–8 сабақ (әрқайсысы 45–60 мин);
- Арнайы жабдықталған, тыныш және жарық аудитория.

Сабақ құрылымы:

1. Кіріспе және жылыту жаттығулары:
«Менің бүгінгі көңіл-күйім», «Музыкамен сурет салу» және т.б.
2. Негізгі шығармашылық жұмыс:

- Коллаж: «Менің болашақ мамандығым».
 - Сурет: «Мен және менің сезімім».
 - Мүсіндеу: «Стресс пен тыныштық».
 - Рөлдік ойын: «Күрделі науқаспен қарым-қатынас».
1. *Рефлексия*: топ мүшелері өз әсерлерімен бөліседі, психолог сұрақтар қояды.
 2. *Қорытынды*: қысқаша пікірлер, позитивті кері байланыс.

3-кезең. Бағалау кезеңі

Мақсаты: арт-терапия бағдарламасының тиімділігін анықтау.

Әдістер:

- Бастапқы және соңғы диагностика нәтижелерін салыстыру;
- Сауалнама және сұхбат алу;
- Қатысушылардың өзіндік бағалауы мен пікірлерін талдау.
- *Күтілетін нәтижелер*:
- Білім алушылардың эмоционалдық тұрақтылығы артады;
- Эмпатиялық қатынас пен қарым-қатынас мәдениеті дамиды;
- Өзін-өзі реттеу дағдылары күшейеді;
- Топта сенімді және жайлы атмосфера қалыптасады.

Арт-терапия медициналық колледж білім алушыларының тұлғалық және кәсіби дамуына зор әсер етеді. Ол тек психологиялық көмек құралы ғана емес, сонымен қатар білім алушылардың шығармашылық әлеуетін ашуға, өмірге позитивті көзқарас қалыптастыруға және кәсіби қарым-қатынасты жақсартуға мүмкіндік береді. Медициналық білім беру жүйесіне арт-терапия элементтерін енгізу – білім алушылардың эмоционалдық тұрақтылығы мен кәсіби құзыреттілігін қамтамасыз етудің тиімді тетігі болып табылады деп қорытындылаймыз.

Пайдалылған әдебиеттер тізімі

1. Shukla, A., Singh, R., & Sharma, M. (2022). [Effectiveness of art therapy interventions on stress and emotional regulation among nursing students](#). *Journal of Nursing Education and Practice*, 12(4), 45–52.
2. Kaimal, G. & Ray, K. (2016). *Art therapy improves stress and mood*. *Arts in Psychotherapy*, 49, 1–10.
3. Huss, E. (2015). *What We See and What We Say: Using Images in Research, Therapy, Empowerment, and Social Change*.
4. [«Арт-терапиялық практикум» оқу-әдістемелік құралы / Г.А.Қасен, Ұ.Б.Төлешова, А.Б.Мукашова – Алматы: Қазақ университеті, 2018 – 88 бет.](#)

Қазақстан Республикасы, Ұлтық мемлекеттік ғылыми-техникалық сараптама орталығының 0125РҚД0117 «Медициналық колледждің білім алушыларына арналған арт-терапия негіздері» қолданбалы ғылыми-зерттеу жұмысы аясында мақала жарияланды.