



Педагогические науки

УДК 378.147, 159.9.07

М.В. Фадеева

Фадеева Мария Владимировна, магистрант 1 курса группы АРТ-МАГ 2017 Краснодарского государственного института культуры (Краснодар, ул. им. 40-летия Победы, 33), e-mail: marusia_vf@live.ru

Научный руководитель: **Гусарова Елена Николаевна**, кандидат педагогических наук, доцент Краснодарского государственного института культуры (Краснодар, ул. им. 40-летия Победы, 33), e-mail: gusarova.en@inbox.ru

ИССЛЕДОВАНИЕ ВЗАИМОСВЯЗИ ЦВЕТА И ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ УСТАНОВОК У СТУДЕНТОВ-ДИЗАЙНЕРОВ

В статье проанализированы установки студентов-дизайнеров, преобладающие на начальном этапе обучения, отражающие их отношение к здоровьесберегающей деятельности. Рассмотрено цветовое восприятие и его взаимосвязь с профессиональными установками студентов-дизайнеров. Предложены пути коррекции профессиональных установок студентов-дизайнеров с использованием методов арт-терапии.

Ключевые слова: здоровьесбережение, здоровьесберегающие установки, цветотерапия, методы арт-терапии, высшее образование, студенты-дизайнеры.

M.V. Fadeeva

Fadeeva Mariya Vladimirovna, master of the 1st course of the Krasnodar state institute of culture (33, im. 40-letiya Pobedy St., Krasnodar), e-mail: marusia_vf@live.ru

Research supervisor: **Gusarova Elena Nikolaevna**, candidate of pedagogical sciences, senior lecturer of the Krasnodar state institute of culture (33, im. 40-letiya Pobedy St., Krasnodar), e-mail: gusarova.en@inbox.ru

ANALYSIS OF RELATION OF COLORS AND HEALTH SAVING ORIENTATIONS OF DESIGNER STUDENTS

The article analyses the orientations of design students, prevailing at the initial stage of learning, reflecting their attitude to the health saving activity. Considered colour perception and its relationship with professional orientations of design students. Suggested ways of correction of professional orientations of design students using art therapy.

Key words: health saving, health saving orientations, color therapy, art-therapy methods, higher education, designer students.

В современном обществе все больше возникает потребность в здоровьесберегающей деятельности человека, которая была бы направлена на поддержание и улучшение состояния здоровья учащихся. Учебный процесс в вузах нацелен на получение знаний, что приводит к малоподвижному образу жизни и создает предпосылки к различным неблагоприятным последствиям. Среди явных причин стоит отметить следующие: низкие знания о культуре здорового образа жизни и как следствие – отсутствие желания улучшить свое здоровье [8]. Особенно актуальным этот вопрос является для вузов культуры, где занятия

художественным творчеством (рисованием, дизайном) зачастую не связаны с убеждениями о здоровом образе жизни.

В связи с этим одной из важных исследовательских задач становится поиск эффективных средств формирования установок, направленных на здоровьесберегающее поведение студентов, связанных с их дальнейшим профессиональным развитием [2]. Так, для студентов дизайнеров, работающих с формами и цветом, необходимо разрабатывать технологии, сочетающие в себе искусство и здоровый образ жизни [9]. Для этих целей наиболее эффективными мы считаем методы арт-терапии, творческую работу студентов-дизайнеров, развитие их стрессоустойчивости.

Важным компонентом использования методов арт-терапии является работа с цветом и формами. Выделяют такое направление, как цветотерапия, которая предоставляет возможности для диагностики и коррекции психоэмоционального состояния обучающегося. Рисуночная терапия, глинотерапия и др. позволяют работать как с цветом, так и с формами [3].

Анализ результатов цветового восприятия позволяет составить развернутую картину психологического состояния каждого испытуемого. Концепция цветового анализа Люшера основана на предположении о том, что выбор цвета отражает направленность испытуемого на определенную деятельность, настроение, функциональное состояние и наиболее устойчивые черты личности. Исследование закономерности выбора определенного цвета в специально организованных условиях позволяет охарактеризовать не только ситуативный уровень тревожности и психофизиологическое состояние человека, но и личностную тревожность, стрессоустойчивость, поведенческие реакции и коммуникативные способности, определить причины психологического стресса [12]. Такие исследования являются основой для выявления и коррекции личностных установок студентов вуза культуры, в том числе и здоровьесберегающих.

Здоровьесберегающая установка представляет собой сложное явление, она включает в себя совокупность ценностных ориентаций, здоровьесохраняющих знаний, умений и навыков, личностных качеств [1].

Для исследования взаимосвязи цвета и здоровьесберегающих установок нами были обследованы студенты 1 курса Краснодарского института культуры и искусства творческого направления «Искусство костюма и текстиля» (26 человек). Для определения сформированности здоровьесберегающих установок у студентов-дизайнеров использовался краткий восьмицветовой тест Люшера. Целью тестирования являлось определение особенностей здоровьесберегающих установок студентов-дизайнеров.

В результате проведенного исследования и анализа полученных результатов нами были выделены группы характеристик, для последующего анализа сформированности здоровьесберегающих поведенческих черт, целеполагания и реакций на сложные, стрессовые ситуации:

1. Целевые установки.
2. Поведенческие установки.
3. Установки, влияющие на стрессоустойчивость.
4. Уровень тревожности.

Каждая группа установок включает шкалы, отражающие здоровьесберегающие установки студентов дизайнеров (Таблица 1).

Оценка результатов выбора цветов студентами-дизайнерами позволила составить развернутую картину психологического состояния каждого обследованного студента и выявить преобладающие мотивы обучения в вузе.

1. ЦЕЛЕВЫЕ УСТАНОВКИ	Колич. студ., %
1.1. Стремление построить отношения с другими людьми	46
1.2. Престиж, желание произвести впечатление, власть	19
1.3. Избегание трудностей	12
1.4. Стремление к оригинальности	8
1.5. Протест, стремление к справедливости	15
2. ПОВЕДЕНЧЕСКИЕ УСТАНОВКИ	
2.1. Независимость, лидерские тенденции	27
2.2. Приспособление	43
2.3. Эгоцентризм	20
2.4. Уступка	10
3. УСТАНОВКИ, ВЛИЯЮЩИЕ НА СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТЬ	
3.1. Боязнь помех	27
3.2. Стремление произвести впечатление, желание высокой оценки	35
3.3. Чувство беспомощности, бегство в мир иллюзий, эстетики	23
3.4. Стремление к независимости	15
4. УРОВЕНЬ ТРЕВОЖНОСТИ	
4.1. Низкий	63
4.2. Средний	21
4.3. Высокий	16

*Таблица 1. Классификация установок у студентов-дизайнеров
по результатам цветового выбора*

Из таблицы видно, что как основная цель, у большого числа обследованных присутствует стремление построить отношения с другими людьми (46%). Они отстаивают свои индивидуалистические устремления от давления авторитетов, пренебрегая условностями, противостоят обстоятельствам, препятствующим свободной самореализации личности.

На втором месте в постановке целей находится стремление к престижу (19%). Установки данного уровня свидетельствуют о том, что тестируемые желают произвести благоприятное впечатление на окружающих людей и стараются следить за тем, как к ним относится окружение.

На третьем месте – протест, стремление к справедливости (15%). Даная черта проявляется у студентов недовольством сложившимися условиями, они считают их оскорбительными, поднимают против них бунт, они желают тонкого понимания и симпатии, желают защитить себя от споров и стрессов.

Избегание трудностей выражено слабо (12%). Испытуемые данной группы желают участвовать в происходящих событиях и позволяют быть вовлеченными в них, но стараются избегать конфликтных ситуаций. Для студентов данной группы характерна легкая смена настроения и устремлений, пристрастие к забавам и игровому компоненту в деятельности.

Обращает на себя внимание низкое стремление к оригинальности среди студентов-дизайнеров (8%). Основные черты, присущие данной группе: восприимчивость к творческому началу и оригинальным идеям.

По группе поведенческих установок наблюдаем следующее распределение показателей: стремление к независимости, лидерские тенденции – 27%; приспособление – 43%; эгоцентризм – 20%; уступка – 10%.

У обследованных студентов преобладают приспособленческие установки (43%). В данном случае приспособление характеризуется умением ориентироваться в изменяющихся условиях (ярко выраженная восприимчивость к внешним раздражителям, желание участвовать в происходящих событиях и вовлеченность в них, стремление предотвратить развитие конфликтных и острых ситуаций).

Лидерские качества на начальном этапе обучения выражены у 27% студентов. Для них характерны такие черты, как: волевое начало, настойчивость, способность выстоять перед лицом враждебных сил, активность и упорство в достижении поставленной цели. Эта группа установок связана со способностью специалиста контактировать с людьми и управлять собой.

Установка эгоцентризм присуща 20% обследованных, они чувствуют, что существующие проблемы и трудности не позволяют им многого добиться, но считают, что нужно постараться извлечь максимум из сложившихся обстоятельств., что с ними обращаются без должного внимания.

Уступать готовы немногие (10%). Для этих студентов характерны следующие черты: недовольство тем сопротивлением, с которым они сталкиваются при попытке самоутверждения, стремление избавиться от ситуации, вызывающей чрезмерное давление, стресс, вызванный несоответствием между желаниями и реальностью

Анализ результатов показал, что у студентов-дизайнеров необходимо формировать гибкие поведенческие установки, которые являются хорошим потенциалом для развития здоровой гармоничной личности. Это позволит повысить конкурентоспособность будущих специалистов и избежать ситуации, когда студенты, окончившие вуз, освоив за годы обучения теорию, не могут успешно применять эти знания в изменяющихся условиях современного мира [10].

По результатам нашего исследования, выявлены установки, влияющие на стрессоустойчивость: стремление произвести впечатление, желание высокой оценки – 35%; боязнь помех, трудностей – 27%; чувство беспомощности, бегство в мир иллюзий, эстетики, искусства – 23%; стремление к независимости – 15%.

У студентов превалирует стремление произвести впечатление, желание высокой оценки (35%). Для них характерны: потребность в свободе действий,

отвергание любой формы контроля, стремление к независимости и достижению совершенства, протест против однообразия и заурядности, а также настойчивость в отстаивании своего мнения.

Боязнь помех и трудностей проявили 27% обследованных. Эту группу студентов характеризует неопределенность планов, боязнь упустить подходящую возможность, они нуждаются в гарантиях безопасности, убежденности, что надежды могут быть реализованы сами собой, без применения собственных усилий.

Чувство беспомощности, бегство в мир иллюзий, эстетики, искусства свойственно 23% студентов. Основные характеристики установок для этой группы: смятение, беспомощность и беспокойство, попытка уйти в мир без разочарований, нереалистичная самооценка, высокий уровень притязаний, стремление переложить ответственность на других.

Здоровьесберегающие установки, связанные со стрессоустойчивостью, позволяют правильно формулировать цели, но у обследованных студентов нет установки на создание карьеры, установки на успех, престиж, которые дополняют друг друга и хорошо сочетаются со стилем приспособления и дают низкую тревожность [11].

На данном этапе у студентов проявляется низкий уровень осознания собственного психологического состояния и регуляции эмоций и чувств. При этом они не склонны к излишней тревоге. Анализ обследованных студентов показал преобладание низкого уровня тревожности (63%).

У большинства обследованных студентов стремление к устойчивости и покою отмечается как основная тенденция текущего психологического состояния, прослеживается низкая мотивация к постановке целей, связанных с профессиональным ростом, и как следствие, к усвоению новых знаний.

Таким образом, у студентов-дизайнеров первого курса наблюдается невысокая целенаправленность профессионального роста, отсутствует понимание конечного результата своей деятельности. У них не выражена

потребность в профессиональной аффилиации (присоединении к группе специалистов), они не осознают свою профессию как призвание.

Поэтому можно предположить, что студенты не мотивированы на самостоятельное взаимодействие с окружающей средой, саморазвитие и самосовершенствование [7]. Необходимо объяснять этим обучающимся, что для достижения высоких профессиональных успехов им предстоит состязание в условиях конкуренции, что следует проявлять большую настойчивость в учебном процессе и познавательной деятельности [5].

В мотивации студентов слабо отражается требование современной высшей школы на повышение самостоятельной познавательной деятельности. Становится очевидным, что недостаточно сформированные здоровьесберегающие установки у студентов-дизайнеров препятствуют основной познавательной деятельности и дальнейшей профессиональной адаптации. Необходимо повышать мотивацию на достижение профессиональных успехов. С этой целью необходимо формировать: способность проведения конструктивной оценки объема выполняемой работы; самостоятельность на каждом из этапов деятельности; адекватную самооценку собственных возможностей, а также промежуточных результатов профессиональной активности; умение определять границы известного и неизвестного с целью получения новой, недостающей информации; познавательной способности студентов. Познавательные способности усиливают творческий компонент профессиональной деятельности, что в свою очередь развивает положительные профессиональные установки [4; 6].

Исследования показали, что в начале обучения профессиональные цели у студентов-дизайнеров практически отсутствуют, а в своей творческой и учебной деятельности они занимают пассивно-выжидательную позицию и стремятся освободиться от ограничивающих обстоятельств. Эмоциональная готовность к контакту с миром, способность к распознаванию эмоций других людей, эмпатия развиты достаточно хорошо, но необходимо в ходе образовательного процесса развить познавательные способности студентов-

дизайнеров, творческий компонент профессиональной деятельности, положительные здоровьесберегающие профессиональные установки.

В обследованной группе слаборазвитые установки, влияющие на стрессоустойчивость, проявляются в избирательности видов деятельности, потребности в особых условиях, повышенной чувствительности к средовым воздействиям и трудностях адаптации к новым условиям, а также в стеснении свободы выбора решений, проблемах достижения гармоничных отношений с окружающими, в чувстве изолированности или стрессе.

Результаты проведенного нами исследования на основе диагностики по цветовому тесту показали, что у студентов-дизайнеров начальных курсов низкая ориентированность на целевые и поведенческие профессиональные установки. Они проявляют чрезмерное воображение, склонны к фантазиям и грезам, в выборе вида деятельности наибольшее значение придается тому, чтобы сам процесс деятельности приносил удовольствие. Так, почти 53% обследованных студентов обнаружили ведущими мотивами учебной деятельности уступчивость и приспособление к средовым воздействиям.

Анализ результатов тестирования позволяет выявить взаимосвязь цветового восприятия и здоровьесберегающих установок студентов-дизайнеров. А также указывает на необходимость составления и проведения программы по коррекции здоровьесберегающих профессиональных установок студентов-дизайнеров с использованием методов арт-терапии.

Список используемой литературы:

1. *Агарков Н.М., Акинина Н.В.* Реализация здоровьесберегающих технологий в вузах. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/realizatsiya-zdoroviesberegayuschih-tehnologiy-v-vuzah>

2. *Бусыгин А.Г., Бусыгина А.Л.* Методологические основания обучения студентов здоровьесбережению // СХВ. 2013. № 4(5). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/metodologicheskie-osnovaniya-obucheniya-studentov-zdoroviesberezheniyu>
3. *Вальдес М.С., Московкина А.Г.* Арт-терапия как метод преодоления эмоционального стресса. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/art-terapiya-kak-metod-preodoleniya-emotsionalnogo-stressa>
4. *Галууллина Ф.Ш.* Научно-исследовательская деятельность студентов как фактор формирования профессиональной компетентности. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/nauchno-issledovatel'skaya-deyatelnost-studentov-kak-faktor-formirovaniya-professionalnoy-kompetentnosti>
5. *Доронина Н.Н., Ткачев В.Н.* Сравнительный анализ учебной мотивации студентов вуза. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/sravnitelnyu-analiz-uchebnoy-motivatsii-studentov-vuza>
6. *Гусарова Е.Н.* Методы саморегуляции и развития творческого потенциала специалистов в сфере культуры // Культурная жизнь Юга России. Краснодар. № 5(34). 2009. С. 36–38.
7. *Капунова М.И.* Формирование компетенций у будущих дизайнеров в аспекте повышения качества профессионального образования // Крымский научный вестник. 2015. № С. 210-213.
8. *Конюхова Е.Т.* Мотивационный фактор формирования установки личности на успешность в профессиональной деятельности. URL: <http://www.fundamental-research.ru/ru/article/view?id=4758>
9. *Кручинина Г.А., Светкина Е.Г.* Использование инновационных методов обучения в формировании здоровьесберегающих компетенций у студентов. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-innovatsionnyh-metodov-obucheniya-v-formirovanii-zdoroviesberegayuschih-kompetentsiy-u-studentov>

10. *Куприна Ю.П.* Проблемы обучения студентов-дизайнеров / Ю.П. Куприна. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/problemy-obucheniya-studentov-dizaynerov>

11. *Санатова С.В.* Развитие творческих способностей студентов-дизайнеров костюма как педагогическая проблема. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/razvitie-tvorcheskih-sposobnostey-studentov-dizaynerov-kostyuma-kak-pedagogicheskaya-problema>

12. *Собчик Л.Н.* Метод цветowych выборов. Модифицированный цветовой тест Люшера: методическое руководство. Вып. 2. М., 1990. 88 с.