

Пранге Оксана Владимировна,

старший преподаватель;

Сагындыкова Гульдана Мырзабековна,

магистр п.н., старший преподаватель,

ФАО «НЦПК «Өрлеу» по Акмолинской области

г. Кокшетау Республика Казахстан

ШКОЛА КРЕАТИВА

Аннотация. В статье рассматриваются проблемы обучения на протяжении всей жизни. При этом акцент делается на обучение в пожилом возрасте. Так как образование в современном обществе рассматривается как важнейшее условие полноценной жизни людей любого возраста, включая период старения. Обучение пожилых людей имеет большое значение, обуславливающее постоянство умственной работы, которая, в свою очередь, задает высокий тонус интеллектуальной и личностной активности. Правополушарное развитие через арт-терапию помогает развить творческие и креативные способности.

Лозунг ЮНЕСКО «Образование – через всю жизнь» сегодня актуален как никогда. Поток информации так велик и так быстро пополняется, что, для того, чтобы в нем ориентироваться, необходимо постоянно учиться. Учебная деятельность перестала быть только прерогативой молодых. Более того, образование в современном обществе рассматривается как важнейшее условие полноценной жизни людей любого возраста, включая период старения.

Многие известные люди так говорят об обучении:

«Природа так обо всем позаботилась, что повсюду ты находишь, чему учиться», – Леонардо да Винчи;

«Не стыдись учиться в зрелом возрасте: лучше научиться поздно, чем никогда», – Эзоп;

«Знания, за которые платят, запоминаются лучше», – Рабби Нахман;

«Сколько б ты ни жил, всю жизнь следует учиться», – Сенека.

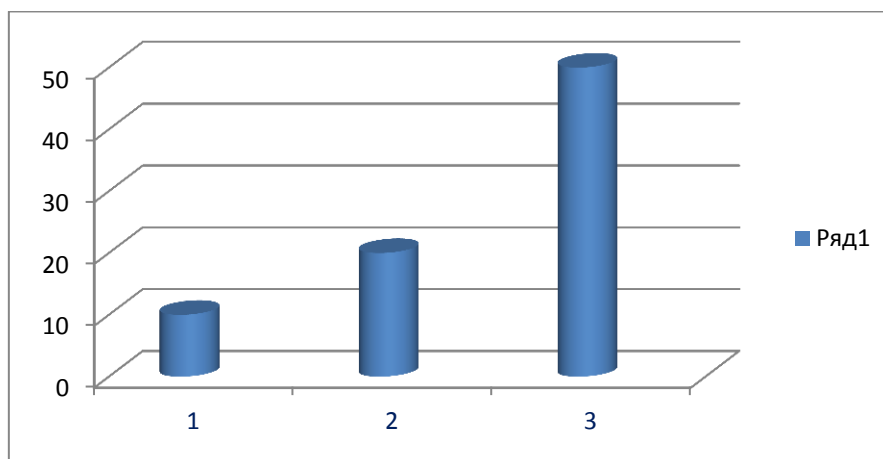
Теперь можно сделать выводы, насколько высока ценность обучения, и поэтому убеждение «Образование – через всю жизнь» остаётся актуальным и в наши дни.

В жизни каждого человека бывает периоды, когда мы остаемся наедине со своими мыслями, проблемами. И нам кажется, что мы никому не нужны, и всё что мы делали раньше, к чему стремились, – всё это пустое и ненужное. Хорошо, если ты ходишь на работу, и тебя опять захлёстывает какой-то проект или новая идея. А что делать, когда после долгих лет активной, плодотворной, творческой деятельности ты остаешься свободным от работы человеком? Что делать тогда? Чем заняться на пенсии? Где проявить свои способности, свой талант? А мы, их дети, пытаемся загрузить родителей внуками, считая, что только в этом их предназначение. И совсем забываем о том, что они остались теми же людьми, у которых мозг привык работать на 100, а то и на 200%. Очень немногие люди могут найти применение своим талантам, будучи на пенсии. Обычно люди плывут по течению, или замыкаются в себе, у них развиваются многие болезни, которые иногда заканчиваются уходом из жизни.

В ФАО НЦПК «Өрлеу» ИПК ПР по Акмолинской области четвертый год существует центр образования взрослых (ЦОВ). В начале занятия в ЦОВ проходили с периодичностью 1 раз в месяц. С этого года центр работает два раза в неделю по 3-4 часа в день. Работа в центре в данное время ведётся по шести направлениям. Люди изучают английский, казахский, информатику, обучаются вязанию, проходят тренинги у психолога и обучаются креативу в школе рисования.

Жизнь не стоит на месте. Всё вокруг меняется. Меняются люди, меняется окружающий мир, меняется и сама жизнь. Всё, что интересовало людей три года назад, может быть уже не интересным в данное время. И поэтому, оглядываясь назад и подводя итоги своей работы, как преподавателей в школе для взрослых, удивляешься и поражаешься тем переменам и изменениям, которые произошли не только со слушателями, но и с самим собой.

Из диаграммы видно, что в первый год обучения наш центр посещали 10 человек, во второй 20, а сейчас это количество уже дошло до 50, и мы думаем, что это далеко не окончательная цифра.



Когда мы начинали свою работу, то один из кружков назывался: «Клуб от сердца к сердцу, или я открываю себя». Структура занятия, чем то напоминала урок самопознания, задачей которого было повысить самооценку слушателей, поднять эмоциональный тонус, привлечь людей к коллективному общению.

Пройдя курсы у омских педагогов по правополушарному рисованию в течение летнего периода, мы включили в свои занятия сначала элементы рисования, а затем изобразительная деятельность стала занимать 60-70% от всего занятия. И на второй год кружок стал называться: «Рисовать может каждый!» Быстрое обучение рисованию происходило за счет включения в работу правого полушария мозга, которое обладает отличным чувством пространства и формы, чего, в общем-то, и не хватает нашим традиционным методам обучения. Работы участников, прошедших тренинг правополушарного рисования, при обычном их простом сюжете, удивляют своей живостью, глубиной, необычностью, излучая эмоциональное состояние. При этом подходе рисовать может каждый, независимо от возраста и рода занятий, даже если человек первый раз берёт кисточки в руки во время занятия.

Сейчас кружок в ЦОВ называется: «Развитие креативности личности через арт-терапию». Помимо правополушарного рисования в занятия включены упражнения на развития правого полушария.

«Половина мозга хорошо, а целый мозг – еще лучше». Один мудрый человек сказал: *«У левой деньги обычно лежат в правом внутреннем кармане,*

а у правой – в левом. Если же человек развивает оба полушария, то его деньги лежат в Швейцарском Банке».

У подавляющего большинства людей доминирует левое полушарие мозга, отвечающие за безопасность, интеллект, а правое только пытается выжить. А ведь это второй путь познания или канал, открывающий возможности, дающий идеи, удовольствия, краски жизни

Каждый человек от природы наделен творческими способностями, каждый из нас может быть гением. Но почему только у единиц получается проявить в жизни свою гениальность, выразить свой креативный потенциал? Ученые доказали гипотезу о том, что выдающиеся личности больше используют в жизни и в работе правое полушарие мозга. Оно, как известно, отвечает за творческие процессы, гармонию, не ставит перед нами никаких преград. Правое полушарие – это свобода, полет фантазии, реализация невозможного, так как для него все возможно. Левое полушарие – это логика, расчет, контроль. Именно оно зачастую не дает нам реализовать себя творчески, так как анализирует, критикует, ищет ошибки.

Существуют методики, которые позволяют активизировать работу правого полушария с целью снятия психологических блоков и внутренних барьеров, не дающих человеку проявить свой потенциал гениальной личности. Для этого необходимо поучаствовать в специальном тренинге, направленном на работу с правым полушарием. Наш тренинг является именно таким, когда мы используем различные упражнения, например:

1. «Ухо-нос».левой рукой берёмся за кончик носа, а правой – за противоположное ухо, т.е. левое. Одновременно отпустите ухо и нос, хлопните в ладоши, поменяйте положение рук «с точностью до наоборот».

2. «Зеркальное рисование». Положите на стол чистый лист бумаги, возьмите по карандашу. Рисуйте одновременно обеими руками зеркально-симметричные рисунки, буквы. При выполнении этого упражнения вы должны почувствовать расслабление глаз и рук, потому что при одновременной работе обоих полушарий улучшается эффективность работы всего мозга.

3. «Колечко». Поочередно и очень быстро перебираем пальцы рук, соединяя в кольцо с большим пальцем указательный, средний, безымянный, мизинец. Сначала можно каждой рукой отдельно, потом одновременно двумя руками.

Теперь вспомним уроки физкультуры. Недаром нас заставляли делать упражнения, в которых нужно было левой рукой доставать до правой ноги и наоборот. Они ведь тоже развивают наши полушария, и помогают им работать согласованно.

4. Глядя на картинку, надо произнести вслух как можно быстрее цвета, которыми написаны слова.

**ЖЕЛТЫЙ СИНИЙ ОРАНЖЕВЫЙ
ЧЕРНЫЙ КРАСНЫЙ ЗЕЛЕНый
ФИОЛЕТОВЫЙ ЖЕЛТЫЙ КРАСНЫЙ
ОРАНЖЕВЫЙ ЗЕЛЕНый ЧЕРНЫЙ
СИНИЙ КРАСНЫЙ ФИОЛЕТОВЫЙ
ЗЕЛЕНый СИНИЙ ОРАНЖЕВЫЙ**

Вот так можно привести в гармонию работу полушарий мозга.

И таких упражнений очень много. Благодаря гармоничному развитию обеих полушарии, мы не только увеличим работоспособность, но и повышаем эмоциональный тонус.

Помимо этого, за счёт специальных упражнений, происходит развитие правого полушария головного мозга, которое отвечает за креативность, за умение принять правильные решения, при этом снимается эмоциональное напряжение, улучшается работоспособность.

Говорят, что сегодняшние младенцы могут прожить до 140-180 лет. Это, конечно, еще не факт, но кто знает? Факт в том, что люди сегодня живут дольше, чем, скажем, 50 лет назад.

И знаете, что радует в этой перспективе? Сколько всего можно выучить и познать за это время? Ведь это просто невероятно!

Люди, которым сейчас 50 и старше – это активные личности, которые готовы продолжать полноценную жизнь и после пенсии. Конечно, многие из их

детей считают, что удел их родителей – воспитывать внуков и заниматься домашним хозяйством. И они совсем забывают о том, что у каждого человека есть мечта, которую он не смог осуществить из-за своей занятости в процессе трудовой деятельности. И, может быть, пенсионный возраст и является тем этапом жизни, когда мечты начинают сбываться быстрее, чем ожидаешь. И подтверждением этого являются члены нашего ЦОВ, у которых после занятий блестят глаза. А какие шедевры создают они на творческих занятиях! А какие успехи и знания показывают они на обучающих семинарах! Глядя на них можно сказать, что жизнь в 50-60 только начинается. И уже не возникает вопрос, чем заниматься на пенсии. И вообще, нет страха перед пенсией. Да и дети начинают смотреть на тебя по-другому. Потому что знают, что ты творческий полноценный человек. А ведь самой старшей обучающей в нашем ЦОВ 78 лет, и она снова села за парту.

В подтверждении тому можно привести пример одной женщины, которая начала заниматься конным спортом после 60 лет. Сейчас, когда ей уже больше 80, она участвует в соревнованиях по выездке. А это, кстати, олимпийский вид спорта.

В.Г. Ананьев указывает на то, что у пожилых людей обучение имеет важное значение, обуславливающее постоянство умственной работы, которая, в свою очередь, задает высокий тонус интеллектуальной и личностной активности.

Так что учиться чему-то новому никогда не поздно. Но дело даже не в возрасте.

Один из лидеров протестантизма Лютер мрачно изрек: «Старость – это живая могила». В наше время более популярны афоризмы в духе легкого французского юмора, вроде принадлежащего А. Моруа: «Старость – это дурная привычка, для которой у активных людей нет времени». Между этими крайними точками лежит бездна, заполненная человеческими мнениями, каждое из которых имеет свой резон, свое эмпирическое оправдание, свой смысл и свое значение.



СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Образование для старшего поколения: изучение возможности и разработка проекта реализации целевой программы в Омской области / Под общей редакцией проф. Дубенского Ю.П. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://rudocs.exdat.com/docs/index-412214.html>
2. Шлапай Л. Почему инвестиция в обучение самая важная в вашей жизни? [Электронный ресурс]. – Режим доступа: Mindvalley Russian <http://blog.mindvalleyrussian.com/>
3. Либерман Я.Л., Либерман М.Я. Прогрессивные методы мотивирования жизненной активности в период поздней взрослости. – Екатеринбург: Банк культ. информ., 2006. – 102 с.
4. Социально-психологические аспекты переживания одиночества пожилыми людьми. Курсовая работа [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://otherreferats.allbest.ru/sociology/00191488_0.html

5. Курсовая работа на тему: *Психологические особенности людей пожилого возраста.* [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://odiplom.ru/psihologiya/psihologicheskie-osobennosti-lyudei-pozhilogo-vozrasta>
6. Ананьев Б.Г. *Психология и проблемы человекознания.* – М.; Воронеж: МПСИ, 1996.
7. Мянд-Лакьяни К. *Почему жизнь теряет краски?* [Электронный ресурс]. – Режим доступа: *Mindvalley Russian* <http://blog.mindvalleyrussian.com/>
8. Кон И.С. *В поисках себя: личность и ее самосознание.* – М.: Политиздат, 1984.