

АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ НАВЧАННЯ І ВИХОВАННЯ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

Козігора М.А.

Луцький педагогічний коледж

У статті розглянуто педагогічне спрямування арт-терапії, спектр показань для проведення арт-терапевтичної роботи у системі освіти. Проаналізовано основні завдання та напрямки арт-терапевтичної роботи з учнями початкової школи. Представлено теоретичні і методичні аспекти використання казкотерапії, ізотерапії та пісочної терапії у навчальному процесі початкової школи. Ізотерапію (малюнкові техніки) описано як вид мистецтва, що удосконалює зорове сприймання, розвиває уміння спостерігати, аналізувати, запам'ятовувати. Розглядається поняття «казкотерапії» як технології активізації пізнавальної діяльності молодших школярів. Пісочна терапія досліджується в контексті арт-терапії як невербальна форма корекції, де основний акцент робиться на творчому самовираженні дитини та розвитку сенсорного сприйняття.

Ключові слова: арт-терапія, навчання, виховання, початкова школа, казкотерапія, пісочна терапія, ізотерапія.

Постановка проблеми. Перед батьками і педагогами сьогодні загострилися питання як успішності, так і здоров'я дітей. Особливого значення вони набувають для учнів молодшого шкільного віку. Не секрет, що не всі діти, особливо шестилітки, приходять до школи фізично і психологічно готовими. А зрілість декого, за свідченням педіатрів, відповідає 5-річному віку. І насамперед – це зрілість кістково-м'язової та нервової систем, центрів сприйняття та запам'ятовування інформації, мислення, мовлення, координації рухів. Такі діти потребують особливо комфортних, розвивальних та корекційних методик навчання.

Науковці, педагоги, педіатри, батьки сьогодні в пошуку розв'язання проблеми – створення таких умов для навчання шестилітнього першокласника, щоб йому не нашкодити, а навіть лікувати, якщо це потрібно, у процесі навчання.

Усе це спонукає шукати нові психолого-педагогічні засоби взаємодії з дитиною у навчально-виховному процесі.

Одним з таких засобів є арт-терапія, яка допомагає дітям справлятися зі своїми психологічними проблемами, відновлювати емоційну рівновагу, переключатися з негативних переживань на позитивно забарвлені відчуття і думки.

Однак у практиці викладання предметів гуманітарного та естетичного циклу в школі арт-терапевтичні методи і технології поки застосовуються рідко. Разом із тим, такі методики вже адаптовані в окремих педагогічних дослідженнях останніх років до роботи з дітьми з метою профілактики та корекції їх негативних емоційних станів, нормалізації емоційно-вольової сфери особистості, що сприяє як духовно-моральному, так і фізичному оздоровленню.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дана проблема є предметом поліфундаментальних досліджень спеціалістів багатьох галузей наукового знання. Кризь призму педагогіки, психології відбувається осмислення головних ліній проблеми (В.І. Бондар, С.І. Болтівець, Г.І. Бондаренко, Т.В. Данилова, Т.Д. Ілляшенко, А.В. Кігічак, М.П. Панток, А.М. Панов, В.Н. Синьов, О.Г. Хохліна, Т.І. Шульга та ін.). В Україні питання впливу арт-терапії на дітей досліджують багато вчених-теоретиків та практиків (Н.А. Каншоністова, В.І. Кондрашин, Л.Ф. Обухова, Л.К. Одинченко, М.В. Плоткін,

О.Я. Чебикіна та ін.). Заслужують на увагу роботи, присвячені організації реабілітаційної роботи через методи арт-терапії (Т.Д. Зінкевич-Євстігнеєва, А.І. Копитін, А.Р. Панова, О.Л. Холстова, І.А. Малишевська, Л.В. Шаповал та ін.).

Головною метою цієї роботи є розгляд методів арт-терапевтичної роботи вчителя з учнями початкових класів.

Виклад основного матеріалу. Арт-терапія – метод навчання, виховання та зцілення за допомогою творчості, що застосовують у психотерапії, психосоматичних клініках та в соціальній сфері.

Говорячи про арт-терапію, найчастіше мають на увазі терапію художньою творчістю та музикою. Символічна мова образотворчого мистецтва найкраща для вираження змісту невідомого. Арт-терапія пов'язана з розкриттям творчих здібностей і сутнісного потенціалу дитини, мобілізації внутрішніх механізмів саморегуляції та зцілення. Це – інструмент для дослідження і гармонізації тих особливостей внутрішнього світу дитини, для і вираження яких слова не підходять.

Арт-терапія – це засіб вільного самовираження і самопізнання. Художня творчість допомагає зрозуміти те, що словами важко пояснити та оцінити свої почуття, спогади, образи майбутнього тощо. Це – час спілкування із собою, за який дитина здатна досягти самоцілення.

Художня творча діяльність уже є своєрідним арт-терапевтичним процесом і дає можливість спостерігати за дитиною у процесі спонтанної творчості, наблизитися до розуміння її інтересів, цінностей, побачити її неповторність та внутрішній світ. У даному випадку діагностичний і терапевтичний процеси протікають водночас завдяки захоплюючій спонтанній творчості, в результаті якої налагоджуються емоційні, довірливі, комунікативні контакти між дорослим та дитиною.

Дослідження, проведені під керівництвом Л. Лебедевої, показали, що арт-терапевтичні заняття дозволяють вирішувати наступні важливі педагогічні завдання:

· Виховні. Взаємодія будується таким чином, щоб діти вчилися коректному спілкуванню, співпереживанню, дбайливим взаєминам з однокласниками і дорослими. Це сприяє моральному розвитку особистості, забезпечує орієнтацію в системі моральних норм, засвоєнню етики по-

ведінки. Відбувається більш глибоке розуміння себе, свого внутрішнього світу (думок, почуттів, бажань). Складаються відкриті, довірливі, доброзичливі стосунки з педагогом.

- **Корекційні.** Досить успішно коригується образ «Я», який раніше міг бути деформованим, поліпшується самооцінка, зникають неадекватні форми поведінки, налагоджуються способи взаємодії з іншими людьми. Також хороші результати досягнуті в роботі з деякими відхиленнями в розвитку емоційно-вольової сфери особистості.

- **Психотерапевтичні.** «Лікувальний» ефект досягається завдяки тому, що в процесі творчої діяльності створюється атмосфера емоційної теплоти, доброзичливості, емпатичного спілкування, визнання цінності особистості іншої людини, турбота про неї, її почуття, переживання. Виникають відчуття психологічного комфорту, захищеності, радості, успіху. У результаті мобілізуються ціліючий потенціал емоцій,

- **Діагностичні.** Арт-терапія дозволяє одержати відомості про розвиток і індивідуальні особливості дитини. Це коректний спосіб поспостерігати за нею у самостійній діяльності, краще дізнатися про її інтереси, цінності, побачити внутрішній світ, неповторність, особистісну своєрідність, а також виявити проблеми, що підлягають спеціальній корекції. У процесі занять легко проявляються характер міжособистісних відносин і реальне становище кожного в колективі, а також особливості сімейної ситуації. Арт-терапія виявляє й внутрішні, глибинні проблеми.

- **Розвивальні.** Завдяки використанню різних форм художньої експресії складаються умови, за яких кожна дитина переживає успіх у тій чи іншій діяльності, самостійно справляється з важкою ситуацією. Діти вчаться вербалізації емоційних переживань, відкритості у спілкуванні, спонтанності. В цілому відбувається особистісне зростання людини, набувається досвід нових форм діяльності, розвиваються здібності до творчості, саморегуляції почуттів і поведінки.

Як зазначають О. Вознесенська, Л. Мова, творчі здібності – це здатність вирішувати проблеми новим та оригінальним способом. Отже, всі риси творчої діяльності нерозривно пов'язані з уявою, оскільки творча діяльність передбачає різні підходи, варіанти рішення, розгляд предмета з різних сторін, уміння знайти оригінальний, незвичайний спосіб створення [2, с. 64]. Природно, що людина створює суб'єктивно нове, насамперед для неї самої. І саме тому в творчому процесі формуються здібності особистості.

Використання елементів арт-терапії на уроках дає можливість розвивати та вдосконалювати увагу, пам'ять, мислення; переосмислювати свій життєвий досвід; підвищувати самооцінку; виражати негативні думки, почуття, емоції. Використання арт-терапевтичних технік також дозволяє забезпечувати емоційну стимуляцію, самовиражатися, тому що почуття, думки і потреби дитини проявляються при її роботі з різними матеріалами та створенні художніх образів. Крім того, як зазначає О. Копитін, для більшості дітей важко висловлювати свої почуття, думки, потреби і проблеми, тому найбільш природно висловити їх у різних формах творчої активності [4, с. 255].

Виділяють 4 основних напрями використання арт-терапії у роботі з молодшими школярами:

1. **Пасивна арт-терапія.** Використання для «лікування» вже існуючих творів мистецтва шляхом їх аналізу та інтерпретації молодшим школярем. У навчально-виховному процесі початкової школи можна використовувати картини відомих художників на різних предметах, а саме: на читанні при переказі оповідань, на уроках української мови для написання творів і переказів. Внаслідок роботи з картинами відбувається активізація уяви і мислення дітей, збагачення їхніх емоційної сфери, поглиблення світогляду учнів тощо.

2. **Активна арт-терапія.** Спонування молодших школярів до самостійної образотворчої творчості. При цьому творчий акт (малювання, ліплення, робота з піском) розглядається як основний лікувальний чинник. Варто зазначити, що процес «творіння» може відбуватися на будь-якому уроці (не лише на уроках образотворчого мистецтва або художньої праці).

3. **Одночасне використання першого і другого напрямів.** Наприклад, під час розгляду картини відомого художника вчитель може запропонувати школярам домалювати те, що знаходиться за межами картини.

4. **Акцентування ролі самого вчителя у процесі залучення дитини до творчості.** Дуже важливими є взаємостосунки вчителя початкових класів, який виконує роль психотерапевта, і молодшого школяра. Вчитель навчає своїх вихованців обмірковувати, порівнювати й оцінювати твори мистецтва, допомагає зрозуміти і знайти себе.

Арт-терапевтична робота припускає широкий вибір різних образотворчих матеріалів [1, с. 10]: фарби, олівці, воскові крейди, пастель; для створення колажів або об'ємних композицій використовуються журнали, газети, шпалери, паперові серветки, кольоровий папір, фольга, плівка, коробки від цукерок, листівки, тасьма, мотузочки, текстиль; природні матеріали – кора, листя і насіння рослин, квіти, пир'я, гілки, мох, камінці; для ліплення – глина, пластилін, дерево, спеціальне тісто.

Загальні правила арт-терапії:

1. Заняття не повинно тривати довше двох годин. Початковий етап передбачає підготовку «інструментарію»: фарби, олівці, папір, тканини, бісер, музичні інструменти, книжки тощо.

2. Основна частина – мистецтво. Арт-терапія суттєво відрізняється від власне заняття мистецтвом, адже зорієнтована не на результат, а на процес.

3. Поштовх дитини до обговорення. Якщо спершу доведеться запитувати в дитини, що вона намалювала чи що зіграла на музичному інструменті, то згодом малюк аналізуватиме свій твір. Відповідно до дій та результату терапії можна зробити висновки про психологічний стан дитини.

Ізотерапія (малюнкові техніки) є традиційним напрямком арт-терапії. Малювання – це творчий акт, що дозволяє учневі початкової школи відчутти і зрозуміти себе, виявити думки і почуття, звільнитися від конфліктів, розвинути емпатію, вільно висловлювати свої мрії і сподівання. Даний вид мистецтва удосконалює зорове сприймання, розвиває мислення, уміння спостерігати, аналізувати, запам'ятовувати, виховує такі вольові якості, як вимогливість до праці, акуратність, чіткість у виконанні роботи, відповідальність.

Ізотерапія включає в себе величезну різноманітність малюнкових технік. Це хаотичний малюнок (каракулі, плями), діагностичний (домалюй картинку), сюжетний (наприклад, техніка «моя сім'я»), тематичний (ким я хочу бути у майбутньому), довільний (мій настрій в даний момент) і багато інших. Кожен з напрямків має свої особливості, рекомендовані способи проведення та використані матеріали. Дитина не повинна турбуватися про те, що може щось забруднити або зіпсувати. Також варто подбати про різноманітність засобів художнього самовираження: у дитини у вільному доступі повинні бути різнокольорові олівці, воскові крейди, фломастери, гуаш, запас паперу.

З погляду Т. Ендрюс, малюнок для дітей є не мистецтвом, а мовою. У кожній лінії і у кожному кольорі є свій характер, свій настрій [6, с. 23]. Малюючи, дитина потрапляє в казку, наповнену радістю, взаєморозуміння, успіху.

У роботі з учнями початкових класів використовують казкотерапію. В українській педагогічній науці роботу із застосуванням казкових мотивів та образів запровадив В.О. Сухомлинський, який приділяв значну увагу використанню казки при роботі з дітьми – навчання у школі не можливе не тільки без слухання, але і без створення казки [3, с. 303]. За твердженням названого педагога, завдяки казці дитина пізнає світ не лише розумом, а й серцем. До казок зверталися у своїй творчості відомі педагоги та психологи: Е.Е. Фромм, Е.А. Берн, Е. Гарднер, А.А. Менегетті, М.О. Осорина, О.Р. Петрова, Р.П. Азовцева, Т.Д. Зінкевич-Євстигнєєва [5, с. 183].

Т.Д. Зінкевич-Євстигнєєва запропонувала курс казкотерапії, який включає безліч прийомів і форм роботи з учнями початкових класів [5, с. 246]: аналіз казок; розповідання казок; переписування казок.

Пісочна терапія в контексті арт-терапії є невербальною формою корекції, де основний акцент робиться на творчому самовираженні дитини. Пісок також розвиває сенсорне сприйняття дитини, моторику рук та фантазію, дає змогу відпочити, заспокоїтись.

Тривалість однієї пісочної терапії з дітьми у середньому 20-30 хв. Основна ідея пісочної картини відображає актуальні життєві цінності, потреби, «зону найближчого розвитку» дитини [3, с. 303]. Іншими словами, основна ідея розповіді нам про те, що є для дитини найбільш потрібним у даний момент. Фігурки, які потрапили у лівий кут символізують процеси, пов'язані з минулими спогадами дитини. Фігурки, що знаходяться в центральній частині, можуть відображати те, про що в даний момент думає, фантазує дитина. У правий кут, як правило, потрапляють фігурки, які відображають мрії.

Проаналізований метод дозволяє гармонізувати внутрішній душевний хаос, що панує у душі дитини, за допомогою зміни ставлення до себе, до свого минулого, теперішнього і майбутнього, в цілому до своєї долі. Арт-терапія – це техніка, яка заснована на творчості та допомагає учневі початкової школи змінити внутрішні переживання, страхи, надії і викласти їх у малюнку чи іншому виді діяльності. Арт-терапія допомагає зрозуміти проблему і розглянути варіанти її вирішення, тому є необхідною в роботі не лише для психологів, а й вчителів початкових класів.

Висновки і пропозиції. Одним із методів забезпечення психолого-педагогічного супроводу освітнього процесу може виступати застосування арт-терапії. Елементи арт-терапії, які використовуються на уроках, мають унікальні можливості для корекційно-розвивального навчання і пов'язані з розкриттям інтересів дитини, її творчого потенціалу, розвитком здатності до розуміння свого внутрішнього світу, почуттів і потреб інших людей, розвитком практичних навичок роботи з різними матеріалами, вдосконаленням навичок включення в спільну діяльність, естетичних переживань.

Отже, можна зазначити, що різні види арт-терапії мають певні зв'язки та можуть доповнювати один одного в процесі роботи з дітьми. Це дозволяє максимально мобілізувати творчий потенціал дитини й знайти ті способи творчого самовираження, які найбільше відповідають її можливостям і потребам.

Список літератури:

1. Бетенски М.І. Что ты видишь? Новые методы арт-терапии / М.І. Бетенски. – СПб.: Эксмопресс, 2012. – 126 с.
2. Вознесенська О., Мова Л. Арт-терапія в роботі практичного психолога : Використання арттехнологій в освіті / Олена Вознесенська, Людмила Мова. – К.: Шк. світ, 2007. – 120 с.
3. Зінкевич-Євстигнєєва Т.Д. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии / Т.Д. Зінкевич-Євстигнєєва, Т.М. Грабенко. – СПб.: Речь, 2005. – 345 с.
4. Практикум по арт-терапии / Под ред. А.И. Копитина. – СПб.: Питер, 2001. – 448 с.: ил. – (Серия «Практикум по психологии»).
5. Сухомлинський В.О. Вибрані твори в 5 т. Т. 3. – К.: Рад. школа, 1977. – 659 с.
6. Эндриус Т. Искусство лечения цветом / Пер. с англ. О. Матвеевой. – М.: ЦАИ, 2008. – 176 с.

Козигора М.А.

Луцкий педагогический колледж

АРТ-ТЕРАПИЯ КАК СРЕДСТВО ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ УЧАЩИХСЯ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Аннотация

В статье рассмотрены педагогическое направление арт-терапии, спектр показаний для проведения арт-терапевтической работы в системе образования. Проанализированы основные задачи и направления арт-терапевтической работы с учащимися начальной школы. Представлены теоретические и методические аспекты использования сказкотерапии, изотерапии и песочной терапии в учебном процессе начальной школы. Изотерапия (рисунку техники) описана как вид искусства, совершенствует зрительное восприятие, развивает умение наблюдать, анализировать, запоминать. Рассматривается понятие «сказкотерапии» как технологии активизации познавательной деятельности младших школьников. Песочная терапия исследуется в контексте арт-терапии как невербальная форма коррекции, где основной акцент делается на творческом самовыражении ребенка и развитии сенсорного восприятия.

Ключевые слова: арт-терапия, обучение, воспитание, начальная школа, сказкотерапия, песочная терапия, изотерапия.

Kozihora M.A.

Lutsk Pedagogical College

ART THERAPY AS A TYPE OF EDUCATION AND UPBRINGING OF THE PRIMARY SCHOOL'S CHILDREN

Summary

The article deals with the pedagogical direction of art therapy, the spectrum of indications for carrying out art-therapeutic work in the education system. The basic tasks and directions of art-therapeutic work with elementary school pupils are analyzed. The theoretical and methodical aspects of the use of fairy-tale therapy, isotherapy and sand therapy in the elementary school educational process are presented. Isotherapy (drawing techniques) is described as an art form that improves visual perception, develops the ability to observe, analyze, memorize. The concept of "fairy-tale therapy" as a technology of activating cognitive activity of junior pupils is considered. Sand therapy is investigated in the context of art therapy as a non-verbal form of correction, where the main focus is on the creative expression of the child and the development of sensory perception.

Keywords: art therapy, education, education, elementary school, fairy-tale therapy, sand therapy, isotherapy.