

Використання методів арт-терапії в роботі з дітьми дошкільнього віку



Представлено матеріали з упровадження методів арт-терапії, які сприяють усебічному розвитку дошкільника, формують його творчі вміння й навички.

Ключові слова: арт-терапія, піскотерапія, сніготерапія, музикотерапія, малювання на оргсклі, ліплення на оргсклі.

Бондарь Л. М. Использование методов арт-терапии в работе с детьми дошкольного возраста.

Представлены материалы по внедрению методов арт-терапии, которые способствуют всестороннему развитию дошкольника, формируют его творческие умения и навыки.

Ключевые слова: арт-терапия, пескотерапия, снеготерапия, музикотерапия, рисование на оргстекле, лепка на оргстекле.

Bondar L. M. Use of Methods of Art Therapy in Work with Children of Preschool Age.

Materials on introduction of methods of art therapy which promote a full development of the preschooler and form his creative skills are presented.

Key words: art therapy, sandplay therapy, snow therapy, music therapy, painting on plexiglass, a modeling on plexiglass.

Постановка проблеми. Сучасний освітній процес, упровадження програми «Дитина» [6] вимагає від педагогів нового підходу до своєї діяльності, новітніх форм, методів і технологій виховання, розвитку й навчання дітей. Сьогодні зміст освіти ускладнюється, акцентується увага на розвитку творчих та інтелектуальних здібностей дітей, корекції емоційно-вольової та рухової сфер, на зміну традиційним приходять інтерактивні методи навчання й виховання, що передбачають активізацію пізнавального розвитку дитини. У цих умовах педагогові-«дошкільнику» необхідно орієнтуватися в розмаїтті освітніх інновацій, вміти правильно, доцільно та творчо їх використовувати. Адже у щоденній життєдіяльності дитини, коли вона проявляє всю ініціативу, самостійність, активність, використовує набутий досвід та взаємодіє з іншими людьми, відбувається становлення її як особистості.

Надзвичайно велику роль у цьому процесі відіграє педагог, який має створювати оптимальні умови для того, щоб малюк міг максимально реалізувати свої природні можливості, допомогти юній особистості пізнати себе і навколишній світ.

З метою розвитку дитячих здібностей, прискорення адаптації, зниження в окремих дітей гіперактивності, замкнутості та підготовки руки до письма (вдосконалення координації рухів дрібної моторики) варто впроваджувати інноваційну технологію – арт-терапію.

У дослівному перекладі «арт-терапія» – це лікування мистецтвом. Будь-яке мистецтво може

бути інструментом для корекції тимчасових труднощів, з якими зіткнувся малюк під час адаптації. Це малювання, аплікація, ліплення або музика. В. Сухомлинському належить вислів: «Витоки здібностей і обдарувань дітей – на кінчиках їхніх пальців». Також арт-терапія є не тільки засобом для корекції емоційного стану дошкільника, але й ефективним видом розвитку творчого потенціалу юної особистості.

Виклад основного матеріалу. В організації життєдіяльності дітей, керуючись принципом інтегрованого підходу, доцільно впроваджувати такі інноваційні технології:

- піско- та сніготерапія;
- піскова анімація;
- піскова аплікація;
- музикотерапія;
- малювання на креативній дошці;
- малювання на настільних мольбертах з оргскла;
- ліплення на оргсклі.

Використання піско- та сніготерапії.

Відомий американський педагог С. Коломзіна зазначає, що пісочниця не тільки розвиває творчий потенціал дитини, активізує просторову уяву, образно-логічне мислення, тренує дрібну моторику руки, але ненав'язливо, поволі налаштовує дітей на осягнення понять добра і зла, будує гармонійний образ світу. Завдяки властивостям піску дитина стає безпосереднім учасником і режисером власних творів. Музичний

супровід і колірні ефекти є потужним стимулом для розвитку емоційного світу дитини. Крім того, в поєднанні з пальчиковою та артикуляційною гімнастикою, драматизацією й мімічними етюдами заняття дозволяє гармонізувати емоційний стан дитини, розвивати пізнавальні та сенсорно-моторні навички.

Принцип терапії піском запропонував ще Карл Юнг, чудовий психотерапевт, засновник аналітичної терапії. Пісок має властивість пропускати воду. У зв'язку з цим він поглинає негативну психічну енергію, стабілізує емоційний стан людини.

Спостереження і досвід показують, що гра з піском позитивно впливає на емоційне самопочуття, і це робить його прекрасним засобом для розвитку й саморозвитку дитини.

Формуванням концепції «піскової терапії» займалися, в основному, представники юнгіанської школи. Однак для навчальних цілей унікальні можливості піску до недавнього часу практично не використовувалися. Щоб заповнити цю прогалину, Т. М. Грабенко і Т. Д. Зінченко-Євстигнєєва створили систему піскових ігор, спрямованих на навчання та розвиток особистості в цілому.

Граючись у піску, малюк здобуває життєвий досвід, навчається взаємодіяти з однолітками, висловлюючи свої думки та підтримуючи діалог. Маніпулювання з піском сприяє розвитку образного мислення, фантазії. У дитини інтенсивніше розвивається мовлення, пізнавальні процеси.

Піскова гра (метод сендплею) надає чималі можливості для організації інтегрованої діяльності дошкільнят. Використання пісочниці дає комплексний, навчальний, терапевтичний та виховний ефекти. Тому роботу з піском можна органічно вплітати в освітньо-виховний процес, що сприяє розвитку творчого потенціалу дитини.

Для організацій ігор з піском доцільно створити спеціальне просторове середовище:

1. Водонепроникний дерев'яний ящик розміром 140x100x8 для роботи з підгрупою (6–8 дітей). Стан піску має відповідати санітарно-гігієнічним нормам. Внутрішню поверхню ящика, дно і борти слід пофарбувати в синій (блакитний) колір. Таким чином, дно буде символізувати воду, а борти – небо.

2. Піском потрібно заповнити меншу частину скриньки. В пісочниці має бути чистий, промитий, просіяний пісок. Він не повинен бути занадто крупним або занадто дрібним.

3. Поряд із пісочницею слід розмістити посудини з водою та «колекції» мініатюрних фігурок заввишки не більше 8 см.

У набір іграшок можуть увійти: людські персонажі; будівлі (будинки, школи, замки); тварини – домашні, дикі, морські; машини – сухопутні, водні, космічні; рослини (дерева, кущі, квіти, овочі тощо); природний матеріал (жолуді, шишки, черепашки, камінці); жива зелень; казкові герої – злі та добрі; пластикові або дерев'яні геометричні фігури (круги, трикутники, піраміди, прямокутники) і т. ін.

Моделювання ігор-казок на піску

Практикуючи роботу з піском, доцільно використовувати метод моделювання ігор-казок. Знайомимо малят з грою та її героями.

Діти прослуховують казку або історію та будують у пісочниці ігровий простір (казкової країни, замків, морів, лісів, річок і под., що потрібно за сюжетом гри), заселяють його персонажами (казковими героями, тваринами та ін.). При цьому вихователь займає позицію м'якого й доброзичливого помічника, дослідника створюваного простору. Педагог підтримує, підбадьорює, висловлює свою зацікавленість, упевненість, що в дитини все вдасться. Потім – щире захоплення дитиною та вдячність за фантазію, кмітливість. Вихователь запитує про емоційний стан дітей, думки і почуття, які виникали у процесі гри, чи сподобалося їм. У ході заняття використовуємо забавлянки, приказки, вірші. Створюємо довірливий стиль спілкування, уважне ставлення до кожної дитини, діалог з кожним, знижений тон голосу.

Види ігор на піску

Робота з піском має багатогранну спрямованість. Ігри можна поділити на пізнавальні, для розвитку тактильно-кінестичної чутливості; художньо-мовленнєві, на розвиток творчого потенціалу та комунікативних якостей.

1. Пізнавальні ігри:

– математичні, напр., «Числа і цифри» (діти знаходять горішки в піску чи інші предмети, лічать, класифікують, порівнюють: горішок – круглий, шишка – довга, горішок – гладенький, шишка – колюча і т. д.);

– ігри для ознайомлення з навколишнім світом (діти проводять досліди з піском, водою).

2. Ігри для розвитку тактильно-кінестичної чутливості й дрібної моторики рук та зниження психоемоційного напруження:

– «Візерунки» (створення узорів відбитками пальчиків, кулачків, долоньок);

– «Піщаний дощ» (діти набирають пісок у жменьки, сиплячи над пісочницею, визначають властивості піску).

3. Художньо-мовленнєві ігри:

– «Що відчуваєш?» (опис дітьми своїх відчуттів під час взаємодії з сухим та мокрим піском, порівняння);

– «Казки Піщаної країни» (моделювання з піску казкових сюжетів із використанням дрібних предметів, переповідання змісту казок).

4. Ігри на розвиток творчого потенціалу, напр., «На що схоже? (Домалуй)».

5. Ігри на розвиток комунікативних якостей, як-от «Створення будівель» (барліг для ведмедика, будиночок для Хлопчика-Пісчунчика, обігрування їх).

Літньої пори діти можуть гратися в пісочниці у різноманітні ігри:

– «Ідуть ведмежата» (почергово переставляючи кулачки);

– «Пальчики крокують» (вказівним і середнім «крокують» по сухому і вологому піску, порівнюють відчуття);

– «Стрибають зайчики» (вказівним і середнім проводять хвилясті лінії).

Отже, робота з піском має багатовекторну спрямованість. Наведені ігри та вправи – лише частина всіх форм сендплею. Все залежить від творчих здібностей педагога. Ігри з піском проводяться в різних вікових групах протягом дня постійно. Особливо доцільне їх використання у період адаптації дітей до дошкільного закладу та нового колективу.

Узимку ефективним є впровадження сніготерапії, що дає змогу розширити знання дітей про явища природи. При цьому відбувається свого роду пошуково-дослідницька робота: діти визначають властивості снігу, спостерігають, коли він перетворюється на воду, описують сніг, розглядаючи його в лупу, проводять досліди, підігрівуючи сніг свічкою. Діти залюбки малюють фарбою, розведеною водою, з пластмасових пляшок. Для ігор зі снігом у групі доречно використовувати великі миски або глибокі ванночки. Малята роблять зі снігу різні фігурки за допомогою формочок, будують споруди, передаючи власні почуття.

Піскова анімація та аплікація з кольорового піску

Піскова анімація (сипуча анімація) – це техніка порошку. Кольоровий пісок, сіль чи манна крупа наносяться на оргскло. Під нього кладемо заздалегідь приготовлені зображення зірочок білого кольору на чорному картоні або зелене деревце, на якому знаходяться яблучка, теж білі. Малята охоче складають пальчики пучками, сиплючи кольоровим піском по контурах зображення, що під склом, зірочки зафарбовують піском жовтого кольору, яблучка – червоного. При цьому відбувається загальний розвиток дитини, зміцнюються його пальчики, збагачуються сенсорні враження.

Для роботи з пісковою анімацією слід придбати невеличкі скельця з оргскла (20x25). Використовуємо пісок восьми кольорів. Створювати піскову анімацію й аплікацію на оргсклі можна різними крупами, меленою кавою, фарбованою сіллю. Використовуємо клей ПВА: вихователь малює на склі контури зображення гуашшю, намащуючи його клеєм. Діти залюбки замальовують зображення кольоровим піском, струшуючи зайвий у тарілочку. Пізніше, коли дошкільнята освоюють мінімальний набір умінь і навичок, запропонуйте їм самостійно наносити клей пальчиком або пензликом.

Заняття доцільніше проводити з невеликою групою (4–5 дітей). Для занять слід добирати сюжети, близькі їхньому досвідові, давати певну свободу під час аплікації й анімації, можливість бачити світ очима дитини. Такий підхід дозволяє розвивати увагу, фантазію, відбувається особистісний та естетичний розвиток. Дитина знаходиться з навколишнім світом, розвивається її мовлення, соціалізація, творчість.

Одним із захопливих видів арт-терапії є **музична терапія**. Вона поділяється на активну (коли малюк грає сам) і пасивну (коли просто слухає музику). Пасивна більше підходить як супровід інших видів лікування, наприклад, малювання, т. зв. казкотерапії та ін. Для активної музикотерапії знадобляться музичні інструменти, необов'язково справжні (маракаси, дзвіночки, сопілки, бубон, цимбали, дудки, молоточки та ін.). Ударні можна зробити з чого завгодно: у пластмасові пляшки або банки насипати крупу, камінці, копійки та інше; будь-які іграшки, що видають звук, теж підійдуть. Ви розігруєте сцену, де замість слів використовуєте музику.

Музична терапія може бути ефективна для створення сприятливих психологічних умов при формуванні творчих якостей у дітей молодшого дошкільного віку.

Використання музики допоможе знизити інтенсивність емоційних реакцій, зокрема замкнутості. Тому важливо для вихователя правильно дібрати мелодію, враховуючи емоційний стан дитини. Якщо малюк відчуває смуток, то можна ввімкнути повільну мінорну музику (наприклад: Й.-С. Бах – друга частина Концерту № 5 ре-мінор). При роздратуванні, хвилюванні, тривозі добре слухати швидку мінорну музику (Ф. Шопен «Скерцо № 1», К. Дебюссі «Кроки на снігу», «Сирени»). Спокійний настрій створить повільна мажорна музика, наприклад, «Аве Марія» Ф. Шуберта. Радість, веселощі, торжество висловлюють швидкі мажорні мелодії, як-от «Маленька нічна серенада» В.-А. Моцарта, «Болеро» М.-Ж. Ревеля. Замість творів композиторів можна використовувати запис звуків природи (море, ліс, гроза, дощ).

Через введення музикотерапії під час занять у замкнутих дітей поліпшується комунікабельність, формуються навички спілкування, виникають доброзичливі зв'язки з однолітками. Боязкі діти в період адаптації набувають упевненості. Особливо доречним є проведення під музику самостійної художньої діяльності в другій половині дня, режимних моментів, занять з пісковою анімації, піскотерапії, малювання на креативній дошці, що допоможе маленькій дитині швидше влитися в новий колектив, до того ж вона отримає великий емоційний заряд.

Однією з нетрадиційних методик арт-терапії є **ліплення на оргсклі**. Для роботи слід використовувати пластилін вищого ґатунку, який не прилипає до рук, але досить добре – до оргскла (солоне тісто до оргскла не прилипає).

Працюючи з дітьми раннього віку, слід розробити систему занять із пластичними матеріалами, виготовлення пластилінових картинок методом надавлювання і розмазування на оргсклі, де вихователь малює на склі різні сюжети або підкладаючи під нього вирізані з картону зображення. Такі заняття можна проводити як індивідуально, так і невеликими групами (по двоє-четверо дітей). Слід добирати прості сюжети, з якими малята ознайомилися на заняттях з аплікації чи малювання.

Спочатку дітям пропонують для роботи пластилінові кульки одного кольору, надалі – різних кольорів, а згодом – маленькі шматочки пластиліну для самостійного виготовлення кульок.

Створення картинок на оргсклі – це нетрадиційна методика, під час якої надавлюванням та розмазуванням на поверхні утворюються плоскі зображення, які видно по обидві сторони. Створюючи такі картини, діти працюють пальцями, стимулюється розвиток комунікативної функції мови, зосередженість.

Щоб малюк засвоїв нову навичку, необхідна допомога дорослого. Для цього в потрібному місці на скло кладуть пластилінову кульку діаметром 5–10 мм, яку скачав дорослий. Він бере вказівний палець правої руки дитини і своїм вказівним пальцем легко надавлює на палець дитини, а потім, не зменшуючи тиску, відтягує її палець у потрібному напрямку. Заняття з пластиліном слід проводити з коментарями. Процес має проходити за зростанням рівня складності.

Після того як дитина засвоїть навички виготовлення картинок із пластиліну, кількість самостійних операцій поступово збільшують: дитина сама відщипує і скачує кілька різноколірних кульок, розкладаючи готові вироби в потрібні місця картини, яку педагог підкладає під скло, самостійно надавлюючи і розмазуючи їх. Такі пластилінові картини не варто зберігати довго. Доречно організувати виставку для батьків, а потім прибрати роботи (пластилін можна легко зняти стеком).

Під час використання техніки ліплення на оргсклі у дітей формується інтерес до ліплення, виробляються вміння орієнтуватися на поверхні скла, розвивається дрібна моторика, ознайомлення з навколишнім світом, закріплення кольорів, фантазія та позитивні емоції.

Одним із засобів творчого розвитку та ефективним видом арт-терапії є **малювання на оргсклі**. Базовий компонент розвитку дитини дошкільного віку дає можливість кожному педагогу творчо підходити до вирішення завдань, пропонуючи дітям вільний вибір видів діяльності, щоб вони мали змогу проявити самостійність та ініціативу.

Образотворча діяльність, зокрема малювання, відкриває широкі межі для розвитку дитячої креативності. Малюків більше цікавить не сюжет малюнка, а саме процес зміни навколишнього світу за допомогою кольору. Тому малювання має ще терапевтичний ефект, оскільки дає змогу дитині виражати свої думки, мрії, почуття, надії, позбутися страхів.

В Україні живопис на склі поширився ще в XIX столітті. Зображення постає одночасно з обох

боків площини, адже його створюють кілька дітей по різні боки скла. На папері такий малюнок зробити неможливо.

Стоячи по обидва боки мольберта, діти охоче малюють пальчиками, кулачками, долоньками, пензликами, штапиками, гігієнічними паличками, щіточками та ін. Ефективним є проведення таких занять під музичний супровід (запис звуків природи, класичну музику).

Як правило, всі діти виявляють бажання малювати. Але якщо хтось не хоче, нехай спостерігає, силувати непотрібно. Таку дитину слід залучати до роботи обережно – наприклад, подати фарби чи ганчірку, витерти мольберт.

Педагог заздалегідь складає орієнтовні теми для малюнків: «Снігопад», «Зоряне небо», «На дерева, на лужок тихо падає сніжок», «Осінні барви».

Малювання на креативній дошці використовується не тільки в організованих видах діяльності, але й під час сюжетно-рольових ігор, ігор-драматизацій, самостійно-художньої діяльності на музичних заняттях, розвагах. Малюки вчаться виражати себе, налагоджувати контакти одне з одним, спільно працювати, цінувати самовираження іншого. Адже спільна праця не тільки дає творче натхнення, але й гуртує.

Висновки. Арт-терапія – один із методів роботи, який використовує можливості мистецтва для досягнення позитивних змін в інтелектуальному, соціальному, емоційному й особистісному розвитку дитини. Творчий характер занять допомагає дитині відкривати в собі щось нове, краще розуміти себе, розвивати свої відносини з іншими людьми та довкіллям. Терапія творчим самовираженням не лікувальна, а цілюща: вона спрямована не на ліквідацію тих чи інших симптомів і станів, а на розвиток людиною відносин – із самим собою і світом.

Арт-терапія є найбільш давньою та природною формою корекції емоційного стану, якою можна користуватись для зняття психічної напруги, для того, щоб заспокоїтись чи просто зосередитись. Творчість як дитини, так і дорослого, реалізована у процесі арт-терапії, дає можливість висловити та відтворити внутрішні почуття, переживання, сумніви, конфлікти і сподівання, у символічній формі переживши ще раз важливі події. Адже спонтанна образотворча діяльність здатна виражати неусвідомлюваний зміст життя.

Керуючись принципом особистісно зорієнтованого підходу до виховання дітей, слід творчо опрацьовувати та використовувати інноваційні технології з метою підготовки дітей до школи та подальшого життя.

Література

1. Базовий компонент дошкільної освіти України (нова редакція) // Дошкільне виховання. – 2012. – № 7. – С. 4–19.
2. Воронова А. А. Арт-терапия для детей и их родителей / А. А. Воронова. – М. : Феникс, 2013. – 253 с.
3. Копытин А. И. Техники аналитической арт-терапии: исцеляющие путешествия / А. И. Копытин, Б. Корт. – СПб. : Речь, 2007. – 272 с.
4. Копытин А. И. Основы арт-терапии / А. И. Копытин. – СПб. : Гиппократ, 1999. – 360 с.
5. Практикум по арт-терапии / под ред. А. И. Копытина. – СПб. : Питер, 2000. – 448 с.
6. Дитина. Програма виховання і навчання дітей від двох до семи років. – К. : Університет, 2010. – 398 с.