

УДК 372.4+7:615

Садова І.І.

Sadova I.

ВИКОРИСТАННЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ ТЕХНОЛОГІЙ КОРЕКЦІЇ ЗДОРОВ'Я У РОБОТІ З УЧНЯМИ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

THE USE OF ART THERAPY TECHNOLOGIES OF CORRECTING HEALTH IN WORK WITH PUPILS OF PRIMARY SCHOOL

У статті описано нові технології корекції здоров'я учнів початкових класів; висвітлено принципи побудови арт-терапевтичної роботи в загальноосвітній школі; представлено теоретичні і методичні аспекти використання казкотерапії, ізотерапії та пісочної терапії у навчальному процесі початкової школи. Автором 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. Ізотерапію (малюнкові техніки) описано як вид мистецтва, що удосконалює зорове сприймання, розвиває уміння спостерігати, аналізувати, запам'ятовувати.

У дослідженні визначено базові чинники дії методів арт-терапії на розвиток особистості учнів початкових класів та інтеграцію у сучасне суспільство дітей з особливими потребами; розкрито теоретичні підходи щодо процесу соціалізації дитини. Основні теоретичні узагальнення і підібраний комплекс практичних пропозицій можуть використовуватись у професійній діяльності педагогів, учителів, вихователів, батьків з учнями початкової школи, які переживають численні проблеми через обмеження функціональних можливостей.

Основні результати впроваджено у навчальний процес вищих педагогічних навчальних закладів і загальноосвітніх шкіл.

Ключові слова: арт-терапія, молодший школяр, дитина з особливими потребами, початкова школа, вчитель початкових класів, технології арт-терапії, казкотерапія, ізотерапія, пісочна терапія, здоров'я, корекція, соціалізація.

Унаслідок соціально-політичних, демографічних змін і глобальної екологічної кризи в Україні зростає кількість дітей, які страждають психічними і фізичними хворобами. На молодший шкільний вік припадає всього 10 % здорових дітей. При цьому невпинно зростають нервово-психічні, соматичні захворювання та вроджені аномалії. Окрім того, близько 90 % першокласників мають ті чи інші відхилення від норми. Почастішали випадки порушень психічного розвитку неорганічного походження, соціальної та педагогічної занедбаності, порушень поведінки, спілкування. Усе вищезазначене свідчить про нагальну потребу наповнити зміст початкової освіти турботою про здоров'я дітей [5]. Ідеться також про допомогу дитині в кризових ситуаціях, в оптимальній адаптації до нових соціально-економічних і політичних умов. Згідно із законами «Про освіту» (1991 р.), «Про загальну середню освіту» (1999 р.), «Про охорону дитинства» (2001 р.), Державною програмою «Освіта (Україна ХХІ століття)» (1994 р.), Національною програмою «Діти України» (1996 р.), Національною доктриною розвитку освіти України у ХХІ столітті (2002 р.) та іншими нормативними документами дітям гарантуються право на освіту, медичне обслуговування, культурний розвиток незалежно від їх соціального чи фізичного стану.

Проте сьогодні науковці ще мало приділяють уваги позитивному впливові мистецтва на розвиток особистості учня і ролі в цьому процесі початкової освіти. Таким чином, одним із

пріоритетних завдань сучасної вищої педагогічної освіти є формування вчителя нової генерації, спроможного системно і систематично здійснювати корекцію навчання й виховання дітей, опираючись арт-терапію.

Дана проблема є предметом поліфундаментальних досліджень спеціалістів багатьох галузей наукового знання. Крізь 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.).

Актуальність порушеної проблеми та винятково важливе значення її розв'язання висвітлено у нашій статті.

Метою статті є розглянути методи арт-терапевтичної роботи вчителя з учнями початкових класів, які мають особливі потреби.

У сучасній науково-методичній літературі обґрунтовано доцільність використання сукупності форм, методів, моделей, технологій щодо формування всебічно розвиненої особистості. Проте, переважна більшість науковців акцентує увагу на власних інноваціях, не враховуючи суттєвого чинника, який знижує їх ефективність, – стан здоров'я учня. На думку І.А. Малишевської, не завжди виважене ставлення до регулювання динаміки фізичної, психічної та емоційної працездатності учнів не тільки знижує ефективність використовуваних методик, але й може призводити до погіршення стану їх здоров'я. Для збереження і зміцнення здоров'я учнів початкових класів необхідна науково обґрунтована система засобів, спрямована на поліпшення медичного, психологічного й педагогічного супроводу дитини в розвивально-освітньому середовищі початкової школи. Раціональний режим передбачає передусім чергування різних видів навчальної діяльності й відпочинку молодших школярів. Створення навчального середовища, спрямованого на оздоровлення учнів, передбачає впровадження системи методів і засобів, сприятливих для його всебічного розвитку, зміцнення і збереження їх здоров'я [5, с. 17].

Серед сучасних методів значне місце відводиться *арт-терапії*, яка має інсайторієнтовний характер та створює атмосферу довіри й уваги до внутрішнього світу дитини. Термін арт-терапія в перекладі з англійської означає «лікування, засноване на заняттях художньою творчістю» [4, с. 42]. Суть цього методу полягає у тому, що через малюнок, пісок, казку арт-терапія дає вихід внутрішній некомфортності і сильним емоціям, допомагає зрозуміти власні почуття й переживання. При цьому дитина навчається спілкуватися з навколишнім світом на рівні екосистеми, використовуючи образотворчі, рухові та звукові засоби. Вона має змогу самостійно висловлювати свої почуття, потреби та мотивацію поведінки, діяльності і спілкування, необхідні для її повноцінного розвитку та пристосування до умов довкілля.

Арт-терапевтична робота припускає широкий вибір різних образотворчих матеріалів [1, с. 10]: *фарби, олівці, воскові крейди, пастиль; 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, пір'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 малюнок 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.

З погляду Т. Ендрюс, малюнок для дітей є не мистецтвом, а мовою. У кожній лінії і у кожному кольорі є свій характер, свій настрій [7, с. 23]. Малюючи, дитина потрапляє в казку, наповнену радістю, взаєморозуміння, успіху.

«Малюнок надає речам форму, фарба – життя. Вона божественне дихання, що все оживляє», – писав В.О. Сухомлинський [6, с. 104].

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. Загалом, цього цілком достатньо, щоб займатися арт-терапією вдома.

Ось кілька прикладів найпростіших, але дієвих прийомів і методик, які можна застосувати з учнями початкової школи [3, с. 110].

- *Кольори та емоції.* Дитині пропонується скласти список основних емоцій, які може мати людина. Традиційно сюди включають 12 емоцій: 6 позитивних і 6 негативних (наприклад, радість, закоханість, комфорт, страх, тривога, біль та ін.). Потрібно запропонувати дитині намалювати кружечок певного кольору для кожної емоції та переконатися, що вона правильно розуміє значення всіх слів. За допомогою гами почуттів можна зрозуміти, який настрій у дитини, чи хвилює її щось.
- *Схема тіла.* Відмінна техніка для усвідомлення власного тіла і виявлення скарг дітей, що дає змогу через психіку вплинути на їхнє здоров'я і самопочуття. Потрібно запропонувати дитині намалювати себе різними кольорами. Після цього разом проаналізувати (можна задіяти гаму почуттів), що турбує дитину, які частини вона виділила і чому. Техніка обов'язково закінчується позитивним малюнком «яким мені хочеться бути». Ефект від таких малюнків, зазвичай, настає дуже швидко: техніка знімає легкі нездужання, а також більш глибоко впливає через підсвідомість на здоров'я дитини. В цілому, ізотерапія особливо успішна з молодшими школярами, але хаотичні малюнки можна почати практикувати і раніше.

Теми для малювання можуть бути різноманітними і торкатися як індивідуальних, так і групових проблем. Зазвичай теми малювання охоплюють:

1. Власне минуле і теперішнє («Моя найголовніша проблема», «Ситуації в житті, у яких я відчуваю себе невпевнено» тощо).
2. Майбутнє або абстрактні поняття («Ким би я хотів бути», «Три бажання», «Самотність», «Острів щастя» тощо).

Презентуючи власні роботи на різноманітних виставках, учні самовиражаються, зміцнюється впевненість у своїй значимості, силах, вони усвідомлюють себе як повноцінних членів соціуму.

На практиці роботи з учнями початкових класів добре зарекомендували себе малюнкові проби «Намалюй людину», «Намалюй неіснуючу тварину», «Малюнок сім'ї», малюнок «Будинок, дерево, людина». Усі вони є засобами діагностики особистості дитини (та дорослого), а також діагностики внутрішніх стосунків з погляду дитини.

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 [6, 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-Євстигнеева [2].

Т.Д. Зінкевич-Євстигнеева запропонувала курс казкотерапії, який включає безліч прийомів і форм роботи з учнями початкових класів [2, с. 246]: *аналіз казок; розповідання казок; переписування казок.*

Привабливість казок для розвитку особистості учня початкової школи полягає у наступному [3, с. 23]: відсутність у казках дидактики, моралі; відсутність чітких персоніфікацій; образність і метафоричність мови; психологічна захищеність; наявність таємниці.

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.

Оснащувати кабінет варто двома дерев'яними ящиками прямокутної форми розміром 50x70x8. Один з підносів використовується для сухого, а інший – для вологого піску. Дно і внутрішню частину бортів потрібно пофарбувати у блакитний колір, що символізує воду і несвідоме, зовні піднос повинен мати бежевий колір, який символізує пісок і свідомість. Пісок займає приблизно одну третину обсягу ящика, він має бути чистим, просіяним. Важливо, щоб він був приємним на дотик.

Для пісочної терапії необхідно підібрати предмети різної тематики:

- Тварини як дикі, так і домашні.
- Деревя, кущі, квіти та інші рослини.
- Природний матеріал: камінчики, мох, кора дерев, плоди дерев, мушлі, корали, пір'я, сухі гілки, засушені квіти.
- Різнокольорові скляні та кришталеві кульки та багато іншого.

Тривалість однієї пісочної терапії з дітьми у середньому 20-30 хв. Основна ідея пісочної картини відображає актуальні життєві цінності, потреби, «зону найближчого розвитку» дитини [2, с. 183]. Іншими словами, основна ідея розповідь 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.

Отже, створення навчального середовища, спрямованого на оздоровлення учнів з особливими потребами, передбачає впровадження системи оздоровчих впливів, у тому числі і арт-терапевтичних засобів, сприятливих для його всебічного розвитку, зміцнення

і збереження його здоров'я. Арт-терапія – це позитивний вплив природної інформації на учня з метою формування активної операційно-діяльнісної життєвої позиції та збереження його особистого здоров'я. Водночас, розглядаємо арт-терапію як специфічну педагогічну технологію збереження і корекції здоров'я учнів та активізації їх пізнавальної діяльності на засадах впливу об'єктів природного оточення, як педагогічне «лікування» засобами мистецтва у навчально-виховному процесі початкової освіти. Арт-терапія використовує можливості мистецтва для досягнення позитивних змін в інтелектуальному, соціальному, емоційному й особистісному розвитку дитини. Творчий характер занять допомагає учневі відкривати у собі щось нове, краще розуміти себе, розвивати свої відносини з людьми, природою та світом. Терапія творчим самовираженням не лікувальна, а цілюща, вона спрямована не на ліквідацію тих чи інших симптомів і станів, а на розвиток дитиною своїх відносин зі собою та світом.

Потребує подальшого дослідження, на наш погляд, проблема розробки арт-терапевтичних технологій як чинника збагачення творчості вчителя початкової школи.

Список використаних джерел

1. Бетенски М.І Что ты видишь? Новые методы арт-терапии / М.І. Бетенски. – СПб: Эксмо-пресс, 2012. – 126 с.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Т.М. Грабенко. – СПб.: Речь, 2005. – 345 с.
3. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. / М.В. Киселева. – СПб.: Речь, 2006. – 160 с.
4. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии / А.И. Копитин. – СПб.: Питер, 2012. – 314 с.
5. Малишевська І.А. Методика використання природотерапевтичних засобів у професійній підготовці майбутнього вчителя : методичні рекомендації / І.А. Малишевська. – Умань : Алмі, 2010. – 47 с.
6. Сухомлинський В.О. Вибрані твори в 5 т. Т. 3. – К. : Рад. школа, 1977. – 659 с.
7. Эндрюс Т. Искусство лечения цветом / Пер. с англ. О. Матвеевой. – М.: ЦАИ, 2008. – 176 с.
8. Pavlicevic M. Music Therapy in Context: Music, Meaning and Relationship / M Pavlicevic. – London-Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers, 2000.

This article describes the new technologies of health correction of primary school pupils; it highlights the principles of art therapy work in a secondary school; theoretical and methodological aspects of using fairytale therapy, isotherapy and sand therapy were displayed in the learning process of primary school. The author examined the concept of the «fairytale therapy» as the technology of the activation of cognitive activity of juniors. Sand therapy is studied in the context of art therapy as a form of non-verbal correction, where the emphasis is on the creative self-expression and development of the child sensory perception. Art therapy (drawing techniques) is described as an art form that improves visual perception, develops the ability of pupils to observe, analyze and memorize.

The study defined the basic factors of the art therapy methods for personality development of primary school pupils and the integration in modern society of children with special needs; it was discovered the theoretical approaches on the process of socialization of the child. The main theoretical generalization and chosen set of practical suggestions can be used in professional work of teachers, educators, parents with children who experience multiple problems due to limitations of the functional resources.

The basic results are inculcated in the educational process of the higher educational establishments and secondary schools.

Key words: art therapy, a junior, a child with special needs, primary school, primary school teacher, art therapy technologies, fairytale therapy, isotherapy, sand therapy, health, correction, socialization.