

УДК 378.016:159.98:72/76

Силко Р. М., Грушко А. П.

ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ АРТ-ТЕРАПІЇ У ЗОБРАЖУВАЛЬНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ ДОШКІЛЬНИКІВ

Розглянуто можливості використання арт-терапії у зображувальній діяльності дітей дошкільного віку. Проаналізовано особливості арт-терапевтичного методу у призмі виховного процесу у ДНЗ. Показано шляхи використання арт-терапевтичного підходу до зображувальної діяльності дітей. Зокрема подано та проаналізовано основні фактори організації навчально-виховного процесу, структуру занять, матеріали та художні техніки. Обґрунтовано ефективність арт-терапевтичного методу для творчого розвитку дітей, їх психоемоційної сфери.

Ключові слова: арт-терапія, креативність, релаксація, зображувальна діяльність, самовираження.

Постановка проблеми. Сьогодні держава, поряд з вихованням та навчанням, значної уваги приділяє здоров'ю дітей. Розробка і впровадження нових результативних "здоров'язберігаючих" педагогічних технологій, форм та методів навчання сприяє збереженню здоров'я, різнобічному розвитку дитини та є життєво важливою необхідністю сучасної системи освіти. Але не треба забувати, що поняття "здоров'я" включає в себе не тільки фізичний, але й психічний стан дітей.

Педагоги констатують, що останнім часом дітей, які потребують особливої уваги, дітей з порушеннями в особистісній сфері дедалі більше [1, с. 2]. Так, на сьогодні, близько 90% дітей мають відхилення у стані фізичного і психічного здоров'я [5, с. 1].

Освітня не можуть залишатися осторонь такої гострої проблеми, й постійно шукають у своїх галузях, своїх навчальних предметах нові грані та приховані резерви. Образотворче мистецтво є настільки багатогранним, що дозволяє вирішувати не тільки проблему духовного, а й психофізичного здоров'я. Адже образотворча діяльність не просто сприяє розвитку дитини й зв'язує між собою важливі функції: зір, рухову координацію, мовлення та мислення, але й визначає духовне становлення та психологічний розвиток особистості.

Помічено, що заняття музикою, живописом, танцями допомагають знімати у людини емоційну напругу, зменшують тривожність, агресію. Такий напрямок отримав назву арт-терапія – лікування за допомогою мистецтва.

Найбільш розповсюдженим видом арт-терапії є малювання. Можливість не говорити, а виражати свої переживання у вигляді малюнка є однією з найважливіших переваг арт-терапевтичного методу у роботі з дітьми, особливо з тими, які мають порушення у психоемоційній сфері, а таких дітей сьогодні чимало.

Враховуючи те, що сучасному вихователю необхідно не тільки спиратися на особливості кожної дитини, але й використовувати всі доступні засоби для її корекції та адаптації у соціумі, арт-терапевтичний метод може стати допоміжним методом у навчально-виховному процесі.

На сьогодні проблеми арт-терапії у нашій державі досліджують теоретики та практики переважно у галузі психології: А. Бреусенко-Кузнецов, О. Вознесенська, Н. Заболотна, О. Плетка, В. Савінов, О. Скар, В. Стадник, Т. Яценко, Л. Фірсова. Сильною є також російська арт-терапевтична школа. Зокрема, це такі вчені як М. Кисельова, А. Копитін, Л. Лебедєва, І. Сусаніна та ін. Фрагментарно зустрічаються дослідження, присвячені арт-терапії в умовах школи, однак, вони переважно стосуються роботи шкільного психолога. Можна констатувати, що окремих досліджень щодо використання елементів арт-терапії у практиці дошкільного закладу практично не існує.

Метою статті є розкриття можливостей арт-терапевтичного методу у зображувальній діяльності дошкільнят для розвитку творчості та психоемоційного здоров'я дітей.

Результати теоретичного дослідження. Арт-терапія є на сьогодні інноваційним методом, що сприяє творчому розкриттю здібностей та сутнісного потенціалу людини, мобілізації внутрішніх механізмів саморегуляції й зцілення. На переконання О. Вознесенської, методи арт-терапії близькі й запитами, і ментальності слов'ян, для яких характерна орієнтація на емоційно-образне переживання, а не на раціональне вирішення внутрішніх психоемоційних конфліктів [2].

Вітчизняні й зарубіжні фахівці відмічають такі позитивні психолого-педагогічні можливості арт-терапії:

- створює позитивний емоційний настрій у групі;
- сприяє творчому самовираженню, розвитку уяви і фантазії, практичних навичок зображувальної діяльності;
- дає можливість дитині виражати свої почуття та емоції у соціально прийнятній формі;
- знижує негативні емоційні стани та їх прояви;
- розвиває відчуття внутрішнього контролю;
- сприяє розвитку комунікативних навичок дитини;

Для того, щоб всі ці можливості використовувати з максимальною продуктивністю, необхідно створити і дотримуватись певних психолого-педагогічних умов. Основою арт-терапевтичних занять має виступати творчість. Творчий процес є інтегруючим елементом у арт-терапії. Креативність – це засіб особистісного росту, саморозуміння й відновлення. Створення художніх продуктів не тільки допомагає розкрити творчий потенціал особистості, але й покращити здоров'я та самопочуття [4, с. 10].

В арт-терапії відбувається розвиток креативності як процесу, протилежного імітації, де необхідно лише слідувати певному напрямку, копіювати образ чи навчитись бути технічно досконалим. Лише робота над власними оригінальними образами здатна зв'язати нас з нашим творчим потенціалом, який прихований у кожній людині. Ця діяльність може бути дуже напруженою, фруструючою, суперечливою, особливо для початківців, тут немає взірців для копіювання. Саме через таке подолання цих труднощів творчий процес у арт-терапії здатний привести до інсайту, самоусвідомлення, трансформації.

На жаль, як свідчить практика, вихователі на заняттях зображувальною діяльністю дуже мало уваги приділяють саме розвитку творчості дітей, через що останні мають значні труднощі у творчому процесі.

Для розкриття креативності із залученням арт-терапевтичного методу необхідно враховувати низку факторів. Так, до зовнішніх факторів пробудження креативності належать: особливим чином організоване середовище, художні матеріали та атмосфера безпеки та прийняття. До внутрішніх факторів пробудження креативності відносяться: мотивація та стани піднесення і натхнення.

Арт-терапевтичний процес передбачає не тільки розкриття креативності, але й знання, розуміння того, яким чином арт-терапевтичне середовище та матеріали, що використовуються в арт-терапії сприяють різноманіттю творчого самовираження особистості.

Найбільш ефективно організоване арт-терапевтичне середовище передбачає наявність двох зон [4, с. 15]. Одна з цих зон повинна бути обладнана зручними для роботи столами й стільцями. В якості альтернативного обладнання можуть бути присутніми етюдники, настінні дошки та дошки, що розташовуються безпосередньо на підлозі. Таким чином, дітям в залежності від їх уподобань пропонується різноманіття робочих поверхонь. Також в "робочій" зоні арт-терапевтичного середовища повинні бути створені умови, що дають можливість людям не боятись створювати безлад. Бажано також мати можливість у оформленні інтер'єру робочого середовища використовувати творчі продукти учасників занять.

Друга, не менш важлива зона арт-терапевтичного середовища, призначена для релаксації перед початком заняття та групової дискусії, яка завжди слідує після завершення процесу художньої діяльності. Вербальна частина заняття передбачає створення найбільш комфортабельної зони з м'яким покриттям та звуковідтворювальною апаратурою.

У цілому треба відмітити, що арт-терапевтичне середовище відіграє важливу роль у досягненні того чи іншого арт-терапевтичного ефекту. Кожна з деталей створює настрій для занурення у творчу діяльність, а потім – бажання учасника розповісти про створений творчий продукт. Всі елементи середовища повинні бути орієнтовані на створення атмосфери довіри, діалогу, безпеки, зручності. Таке сприятливе середовище можна створити у груповій кімнаті з мінімальними трансформаціями.

Матеріали, що використовуються на заняттях повинні бути максимально різноманітні, з різними фізичними властивостями, з різними ступенями контролю в процесі роботи та різними виражальними можливостями. Це дозволить якнайширше розкривати творчий потенціал дітей.

Серед існуючих форм арт-терапевтичної роботи (індивідуальні, сімейні, групові) для занять зображувальною діяльністю у ДНЗ якнайкраще підходить саме групова форма. Дітей варто сприймати передусім як художників, які у своїй роботі фокусуються на процесі самовираження, дослідження й зцілення.

Особливості арт-терапевтичних занять. На нашу думку, для таких студійних занять краще підійде структура занять за М. Кисельовою [3, с. 19]. Вона виділяє такі етапи "зображувальної" терапії:

Перший етап: вільна активність перед власне творчим процесом – безпосереднє переживання.

Другий етап: процес творчої роботи – створення феномену, візуальна подача.

Третій етап: дистанціювання, процес роздивляння, спрямований на досягнення інтенційного бачення.

Четвертий етап: вербалізація почуттів, думок, які виникли в результаті роздивляння творчої роботи.

Надзвичайно важливим елементом арт-терапевтичного методу є специфічні вправи. Вправи з арт-терапії слугують інструментом для вивчення почуттів, ідей та подій, для розвитку міжособистісних навичок та відносин, для зміцнення самооцінки й впевненості та створення більш впевненого образу себе [3, с. 70].

Але перед тим, як перейти до власне вправ, необхідно окреслити основні *принципи арт-терапевтичного підходу*, дотримання яких є обов'язковою умовою.

1) *Безоціночне сприймання всіх робіт.* В арт-терапії немає "вірного" чи "невірного", й це треба чітко пояснити. Дітям треба почувати себе у безпеці, знати, що створення образів – це спосіб передачі свого досвіду, думок та почуттів, і що їх не будуть оцінювати.

2) *Важливим є вклад кожного.* Кожна дитина робить важливий та унікальний вклад. Всі роботи слід розглядати з рівною повагою, не зважаючи на професійність.

3) *Розповідь про свою роботу.* Умови для розповіді й обговорення роботи дитини не повинні бути директивними. Не можна інтерпретувати роботу дитини (це може робити лише сам автор за бажанням), і дітей не можна змушувати розкриватися більше, ніж вони того бажають.

4) *Основні правила.* При роботі з парою чи групою бажано встановити основні правила. Їх треба виконувати із взаємною повагою, цінуючи вклад кожного, щоб навколишнє середовище було безпечним, щоб усі діти добре себе почували.

Приблизний список основних правил: 1) уважно слухати один одного; 2) не переривати того, хто говорить; 3) поважати думку один-одного; 4) не обов'язково брати активну участь у занятті, якщо немає бажання; 5) всі повинні почувати себе комфортно.

5) *Процес і продукт.* Хоч метод арт-терапії й робить акцент на процесі створення образу, важливим є і сам продукт творчості, який допомагає дитині відчутти закінченість процесу і впевненість у собі.

6) *Способи роботи.* Вправи можна будувати по-різному. Вони можуть бути з високим чи невисоким ступенем структурованості, що залежить, передусім, від поставленої мети. Наприклад, при роботі з групою для розвитку співробітництва може знадобитися високо структурований підхід, щоб кожна дитина знала, що від неї вимагається і як це співвідноситься з цілим.

7) *Способи зберігання робіт.* Треба знайти спосіб зберігати робіт дітей, оскільки вони пишуться ними. Існує багато способів, папки, журнал, виставки, фотографування й архівація.

Існує багато спеціально розроблених вправ для арт-терапії. Вони поділяються на індивідуальні, парні та групові, розрізняються за структурою, метою, використаними матеріалами. У зображувальній діяльності дошкільників можна використовувати будь-які вправи, засновані на арт-терапевтичному методі, виходячи з мети і особливостей занять. Такі вправи можна проводити зі всім колективом, у групі, парами чи індивідуально й адаптувати їх до різноманітних умов.

Починати вправи можна по-різному. Деякі заняття починаються з попереднього обговорення, деякі – спонтанно, інші – за взаємною згодою. Взагалі, в арт-терапевтичній практиці існує два основні підходи: директивний, який передбачає наявність конкретного завдання, теми чи інструкції, та недирективний, що передбачає відсутність певних регламентуючих вказівок у процесі створення тих чи інших візуальних образів.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Отже, підсумовуючи, можемо констатувати, що арт-терапією накопичено значний багаж цінних знань, методів і прийомів, які з успіхом можуть бути використані в практиці зображувальної діяльності у ДНЗ. Використання елементів арт-терапевтичного методу дозволяє зробити акцент на розвиток творчості дітей, вираженні почуттів та емоцій, виробленні міжособистісних навичок та відносин, укріпленні самооцінки та впевненості в собі. Крім того, зображувальна діяльність з використанням арт-терапії позитивно впливає й на фізичне здоров'я дітей, адже саморозкриття через художню експресію вносить суттєвий вклад у стан фізичного здоров'я та сприяє позитивному настрою дітей.

Необхідно зазначити, що мова не може йти про повноцінну психотерапію, цим мають займатися фахівці. Нашою задачею було розкрити ті позитивні моменти арт-терапевтичного методу,

які можна використовувати у зображувальній діяльності дітей, сприяючи їх творчому розвитку, самовдосконаленню, саморозкриттю, самоконтролю, певній корекції емоційних станів та настроїв.

Подальших досліджень потребують формат арт-терапевтичної роботи з дітьми, особливості формування арт-терапевтичної групи, діагностичні можливості арт-терапевтичного методу.

Використані джерела

1. Бабич В. І. Модель формування культури здоров'я учнів в сучасних умовах шкільної освіти / В. І. Бабич // Електронне наукове фахове видання "Науковий вісник Донбасу" № 1 (9), 2010. – Режим доступу : <http://nvd.luguniv.edu.ua/archiv/NN9/index.htm>
2. Вознесенська О. Використання арт-технологій в сімейній психотерапії / О. Вознесенська // Простір арт-терапії: Зб. на-ук. ст. / ЦППО АПН України, ГО "Арт-терапевтична асоціація"; Редкол.: Семиченко В. А., Чуприков А. П. та ін. – К.: Міленіум, 2007. – Вип. 1. – С. 5-19.
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. – 158 с.
4. Сусанина И. В. Введение в арт-терапию: Учебное пособие / И. В. Сусанина. – М.: Когито-Центр, 2007. – 95 с.
5. Сутула В. О. Здоров'я школярів як соціально-педагогічна проблема / Сутула В. О., Кочуєва М.М., Бондар Т. С. // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. – 2010. – № 17 (204). – С. 295–305.

Silko R. M., Hrushko A. P.

USING THE ELEMENTS OF ART THERAPY IN PRESCHOOL CHILDREN'S VISUAL ACTIVITIES

Nowadays, the art therapy is an innovative method that promotes to reveal the creative abilities and the essential human potential, mobilization of internal mechanisms of self-regulation and healing.

The basis of the art therapy knowledge must be creativity. In the art therapy the development of creativity as a process takes place, it is opposite the imitation, in which you need only to follow a certain direction, copy the image or to learn to be technically perfect. Only working on your own original images is able to bind us with our creative potential that is hidden in every human being.

In order to reveal the creativity in preschool children's visual activities with the involving of art therapeutic method, we must take into account a number of factors. The external factors of creativity awakening are: specially organized surrounding, art materials and atmosphere of safety and acceptance. To the internal factors of creativity awakening are included: the motivation, the state of exaltation and inspiration.

Specific exercises are an extremely important element of the art therapeutic method. The art therapy exercises serve as an instrument to explore feelings, ideas and events, to develop interpersonal skills and relationships, to enhance self-esteem and confidence and make more confident self-image. There are a number of specially designed exercises for the art therapy. They are divided into individual, doubles and group exercises; they differ in structure, purpose and used materials.

The art therapy has a significant baggage of knowledge, methods and techniques that can be successfully used in the practice of visual activities in pre-school. The use of the art therapeutic method allows you to focus on the development of children's creativity, expression of feelings and emotions, development of interpersonal skills and relationships, strengthening self-esteem and confidence.

Key words: *art therapy, creativity, relaxation, visual activities, self-expression.*

Стаття надійшла до редакції 05.12.2016 р.