

УДК 378.016:159.98:72/76

Силко Роман

кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри теорії та методики
мистецького навчання ЧНПУ
імені Т.Г. Шевченка

ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ АРТ-ТЕРАПІЇ У ПОЗАКЛАСНІЙ РОБОТІ З ОБРАЗОТВОРЧОГО МИСТЕЦТВА

Розглянуто можливості використання арт-терапії у позакласній роботі з образотворчого мистецтва. Проаналізовано особливості арт-терапевтичного методу у призмі шкільного навчання. Показано шляхи використання арт-терапевтичного підходу до зображувальної діяльності школярів. 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, гурток, студія.

Силко Р.М.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ АРТ-ТЕРАПИИ ВО ВНЕКЛАССНОЙ РАБОТЕ ПО ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОМУ ИСКУССТВУ

Рассмотрены возможности использования арт-терапии во внеклассной работе по изобразительному искусству. Проанализированы особенности арт-терапевтического метода в призме школьного обучения. Показаны пути использования арт-терапевтического подхода к изобразительной деятельности школьников. Поданы и проанализированы основные условия организации учебно-воспитательного процесса, структуру занятий, материалы и художественные техники. Обоснована эффективность арт-терапевтического метода для творческого развития детей, их психоэмоциональной сферы.

Ключевые слова: арт-терапия, креативность, релаксация, кружок, студия.

Sylko R.

THE USE OF ELEMENTS OF ART-THERAPY IN EXTRACURRICULAR ACTIVITIES ART

The use of art therapy in extracurricular activities art are consider. The features of the art therapeutic method in the prism of schooling are analyzed. The ways of using art therapy approach to the fine art students are show. Submitted and analyzed the basic conditions of organization of the educational

process, course structure, materials and artistic techniques. Effectiveness of art therapy method for the creative development of children, their psycho-emotional sphere.

Keywords: art therapy, creativity, relaxation, Studio.

Сьогодні держава, поряд з 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 фізичне, але й психічне здоров'я 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% школярів мають відхилення у стані фізичного і психічного здоров'я [5, с. 1].

Освітняни не можуть залишатися осторонь такої гострої проблеми, й постійно шукають у своїх галузях, своїх навчальних предметах нові грані та приховані резерви. Урок образотворчого мистецтва є настільки багатогранним, що дозволяє вирішувати не тільки проблему духовного, а й психо-фізичного 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.

Не дивлячись на давнє коріння, арт-терапія існує всього декілька десятиліть. Найбільш широко вона стала відомою у середині ХХ століття.

Термін арт-терапія (art – мистецтво, art therapy – терапія мистецтвом) означає лікування пластичною зображувальною творчістю через вираження людиною свого психоемоційного стану. Вперше цей термін був вжитий Адріаном Хіллом у 1938 році в описі своїх занять зображувальною творчістю з туберкульозними хворими у санаторіях. Потім цей термін став застосовуватись до всіх видів терапевтичних занять мистецтвом (музикотерапія, драматерапія, танцювально-рухова терапія тощо).

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 у сучасній школі чимало.

Враховуючи те, що сучасному вчителю 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-Кузнєцов, О. Вознесенська, Н. Заболотна, О. Плетка, В.Савінов, О. Скнар, В. Стадник, Т. Яценко, Л. Фірсова. Сильною є також російська арт-терапевтична школа. Зокрема, це такі вчені як М. Кисельова, А. Копитін, Л. Лебедева, 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 вчителя образотворчого мистецтва практично не існує.

Метою статті є: розкриття можливостей арт-терапевтичного методу у позакласній роботі з образотворчого мистецтва для розвитку творчості та психоемоційного здоров'я дітей.

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].

В умовах школи позакласна робота з образотворчого мистецтва провадиться переважно у формах гуртків чи студій. Це дозволяє включати елементи як групової, так і індивідуальної арт-терапії.

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 у школі 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, самоусвідомленню, трансформації.

Нажаль, як свідчить практика, вчителі на уроках образотворчого мистецтва дуже мало уваги приділяють саме розвитку творчості учнів, через що останні мають значні труднощі у творчому процесі.

Для розкриття креативності в позакласній роботі 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-терапевтичне середовище і матеріали. 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, учням 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.

В 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 кабінеті образотворчого мистецтва 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 позакласних занять у школі якнайкраще підходить саме групова форма. За основу варто брати формат відкритої арт-групи, арт-студії, а не закритих психотерапевтичних груп. Людей, які приходять до таких груп сприймають передусім як художників, а не як пацієнтів, –

художників, які у своїй роботі фокусуються на процесі самовираження, дослідження й зцілення.

Особливості арт-терапевтичних занять. На нашу думку, для шкільних 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.

Основні принципи арт-терапевтичних вправ. 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 розкривати більше, ніж вони того бажають.

4) *Основні правила.* При роботі з парою, групою чи всім класом 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 одного; 4) не обов'язково брати активну участь у занятті, якщо немає бажання; 5) всі повинні почувати себе комфортно; 6) все, сказане на занятті повинно залишатися конфіденційним, якщо не було вирішено інакше.

5) *Процес і продукт.* Хоч метод арт-терапії й робить акцент на процесі створення образу, важливим є і сам продукт творчості, який допомагає дитині відчувати 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 класом 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 роботи дітей, оскільки вони пишаються ними. Існує багато способів, папки, журнал, виставки, фотографування й архівація.

Вправи. Існує багато спеціально розроблених вправ для арт-терапії. Вони поділяються на індивідуальні, парні та групові, розрізняються за структурою, метою, використаними матеріалами. В позакласній роботі з образотворчого мистецтва можна використовувати будь-які вправи, засновані на арт-терапевтичному методі, виходячи з мети і особливостей занять. Такі вправи можна проводити зі всім класом, у групі, парами чи індивідуально й адаптувати їх до різноманітних умов. Багато з таких вправ можна присвячувати темам, що вивчалися на уроці.

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.

Отже, підсумовуючи, можемо констатувати, що арт-терапією накопичено значний багаж цінних знань, методів і прийомів, які з успіхом можуть бути використані в практиці позакласної роботи з образотворчого мистецтва в школі. 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, позакласна робота, 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 позакласній роботі з дітьми, сприяючи їх творчому

розвитку, самовдосконаленню, саморозкриттю, самоконтролю, певній корекції емоційних станів та настроїв.

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

Список використаних джерел:

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.: «Коги-то-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.