



АРТПЕДАГОГІКА В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ: КУРС ЛЕКЦІЙ



Артпедагогіка в початковій школі: курс лекцій для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти [Електронний ресурс]. Укладач Т. Яковишина. Рівне: РДГУ. 2025. 90 с.

Рецензенти:

Мельничук Л., кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри загальної педагогіки та дошкільної освіти, Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка С. Дем'янчука

Суржук Т., кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри теорії та методик початкової освіти, Рівненський державний гуманітарний університет

Матеріали курсу лекцій з Артпедагогіки в початковій школі подано у логічній для вивчення послідовності відповідно до робочої програми дисципліни: лекційний курс, список використаних джерел до кожної теми.

Цей курс призначений для вчителів початкових класів, психологів, арттерапевтів та всіх, хто працює з дітьми, підлітками або дорослими в освітній сфері. Він надасть вам знання та практичні інструменти для ефективного використання артпедагогіки, допомагаючи розвивати емоційну, соціальну та творчі здібності ваших учнів через мистецтво. Курс буде корисний тим, хто прагне застосовувати інноваційні методи в навчанні, сприяючи гармонійному розвитку особистості та її адаптації в сучасному світі.

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	4
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1.....	5
ОСНОВИ АРТПЕДАГОГІКИ ТА АРТТЕРАПІЇ	5
Лекція 1.....	6
Лекція 2.	19
Лекція 3.	31
ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2.	40
ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ЗАСТОСУВАННЯ АРТПЕДАГОГІКИ В	
СУЧАСНОМУ ПРОСТОРИ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ	40
Лекція 1.....	41
Лекція 2	52
Лекція 3	62
Лекція 4	80

ПЕРЕДМОВА

Курс лекцій, що представлений у цьому збірнику, присвячений одній з найбільш перспективних та інноваційних галузей педагогічної та психологічної науки – артпедагогіці та арттерапії. Вони являють собою потужні інструменти впливу на розвиток особистості через мистецтво та творчість, сприяючи емоційному, соціальному та психічному розвитку дітей, підлітків та дорослих. Ці методи набувають особливої актуальності в умовах сучасного освітнього та терапевтичного процесу, оскільки вони дозволяють працювати з важливими аспектами внутрішнього світу людини, забезпечуючи їй можливість для самовираження і самопізнання через творчі практики.

Упродовж цього курсу ми зануримося в історію розвитку артпедагогіки та арттерапії, вивчимо їх сутність, функції та механізми дії. Також розглянемо основні напрями використання арттерапевтичних методів у різних соціальних та освітніх сферах, зокрема в роботі з дітьми молодшого шкільного віку.

Завдяки цим лекціям ви ознайомитеся з інноваційними техніками та підходами, які сприяють розвитку соціальних навичок, емоційної стабільності та творчого потенціалу, а також знайдете способи ефективно застосовувати артпедагогічні технології в процесі навчання та виховання. Цей курс також розкриє перед вами роль артпедагогіки у формуванні гармонійної особистості, яка здатна адаптуватися до соціокультурних умов сучасного світу.

Основним завданням курсу є розвиток здатності педагогів до практичного застосування арттерапевтичних методів у своїй професійній діяльності, а також формування у здобувачів глибокого розуміння принципів і технік роботи з мистецтвом для досягнення психотерапевтичного та педагогічного ефекту.

Цей курс орієнтований на тих, хто прагне розширити свої знання та практичні навички в сфері артпедагогіки, підвищити свою кваліфікацію та отримати нові інструменти для роботи з різними категоріями учнів.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. ОСНОВИ АРТПЕДАГОГІКИ ТА АРТТЕРАПІЇ



Лекція 1.

СУТНІСТЬ АРТПЕДАГОГІКИ ТА АРТТЕРАПІЇ: РЕТРОСПЕКТИВНИЙ АНАЛІЗ Й СУЧАСНІ ПІДХОДИ

1. Виникнення артпедагогіки та арттерапії як наукових напрямів. 4 періоди розвитку арттерапії.
2. Сучасний стан розвитку артпедагогіки та арттерапії.
3. Арттерапія в Україні: напрями та персоналії.
4. Предмет та завдання артпедагогіки та арттерапії.
5. Основні функції та галузі використання артпедагогіки та арттерапії.

Література:

1. Бойко А. Використання арт-педагогічних технологій як засобу творчого самовираження молодших школярів у позашкільних навчальних закладах. *Наукові записки. Серія «Психолого-педагогічні науки»* (Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя) / за заг. Ред. Проф. Є. Коваленко. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2014. № 5. С. 68-73.
2. Вознесенська О. Арт-терапія в Україні: стан та перспективи розвитку. *Львівсько-Ряшівські наукові зошити: Культура – Мистецтво – Освіта – Терапія в міждисциплінарній перспективі*. Вип. 2. 2014. Wydawnictwo uniwersytetu rzeszowskiego. Р. 93-103.
3. Деркач О. Виховний потенціал арт-педагогіки як об'єкт науково-педагогічної рефлексії. *Простір арт-терапії: Мистецтво життя: Матеріали XII Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції*. (м. Київ, 27-28 лютого 2015) / За наук. Ред. А. Чуприкова, (м. Київ, 27-28 лютого 2015 р.) / За наук. Ред. А. Чуприкова, А. Найдьонові, А. Бреусенко-Кузнєцова, О. Вознесенської, О. Скар. Київ: Золоті ворота, 2015. С. 18-25.
4. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арттерапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів: ЛьВДУВС, 2020. 232 с.
5. Кондрицька О. Формування у студентів педагогічних університетів цінностей особистісно орієнтованої моделі виховання засобами арт-педагогіки: автореф. Дис. На здобуття наук. ступеня канд. Пед. наук: 13.00.07 «Теорія і методика виховання». Київ, 2009. 24 с.
6. Мірошніченко Т. Запровадження арт-терапії в освітньо-виховний простір початкової школи: історико-методичний аспект. *Педагогічні науки*. 2012. Вип. 3. С. 26-30.
7. Сорока О. Арт-терапія як фактор збагачення творчості вчителя початкової школи. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка*. 2012. Вип. 64. С. 145-151.
8. Сорока О. Підготовка майбутніх учителів початкової школи до використання арт-терапевтичних технологій: теоретико-методичні основи. Тернопіль: Астон, 2015. 350 с.
9. Хлебнік С. Арт-педагогіка в підготовці соціального гувернера до соціалізації дітей з вадами розвитку. *Вісник Запорізького національного університету*. № 1 (14). 2011. С. 104-107. (Серія «Педагогічні науки»).
10. Федій О. Підготовка педагогів до використання засобів естетотерапії: теорія і практика: монографія. Полтава: ПНПУ, 2009. 404 с.

1. Арттерапія як самостійний напрям в лікувально-корекційній і профілактичній роботі налічує всього декілька десятиліть свого існування. Як науково-обґрунтований, переважно емпіричний, метод вона почала формуватися приблизно в середині ХХ століття. Проте за такий недовгий історичний термін вона досягла стану «зрілості», про що свідчить її широке впровадження в різні

сфери практичної роботи, глибина і системність методології, а також високоспеціалізований характер діяльності арттерапевтів.

Звернення до історичних джерел арттерапії дало можливість виокремити чотири періоди її розвитку:

1. 80-ті роки XIX століття – 30-ті роки XX століття (використання засобів мистецтва у психіатричних клініках і в роботі з дітьми) – вивчення дитячого мистецтва; співпраця художників, артпедагогів з психіатрами; поява «мистецтва аутсайдерів»; вивчення продукції спонтанної образотворчої діяльності психічнохворих;
2. 40-60-ті роки XX століття (активна популяризація арттерапії) – введення терміну «арттерапія»; поява «піонерів», «інтелектуальних лідерів» арттерапії; спроба об'єднання арттерапевтів;
3. 70-80-ті роки XX століття (професійне становлення) – створення перших професійних об'єднань, асоціацій, центрів з арттерапії; державна реєстрація арттерапії як самостійної спеціальності; визнання арттерапії як педагогічної спеціальності; професійна підготовка арттерапевтів;
4. 90-ті роки XX століття – наш час (сучасна арттерапія) – розширення сфер використання арттерапії; інтеграція арттерапії з різними формами терапії; мультидисциплінарна орієнтація арттерапії.

На початку XX століття почали розповсюджуватися ідеї про те, що «наївне», «непрофесійне» мистецтво може бути засобом оновлення і лікування, виникають нові підходи до художньої освіти дітей, в яких робився акцент на вільному самовираженні, що ігнорує норми «високого» мистецтва.

Разом з розвитком руху за «дитяче мистецтво» ріс інтерес і до «патологічного мистецтва». Останнє, таке, що представляє творчість психічнохворих і так званих «аутсайдерів», як і «дитяче мистецтво», розглядалося як приклад творчості, вільної від стримуючого впливу якої-небудь культурної традиції. З того часу беруть свій початок практика колекціонування і вивчення робіт психічно хворих, а також спроби його імітації у власній образотворчій творчості.

На розвиток перших форм арттерапевтичної роботи певною мірою вплинула і діяльність деяких лікарів, що займалися дослідженням образотворчої творчості психічно хворих.

М. Наумбург вважають засновницею арттерапевтичного напрямку в США. Вона мала психологічну освіту, отримавши потім спеціалізацію психоаналітика. Наумбург М. (M. Naumburg) відома як автор динамічно-орієнтованої арттерапії. У 40 рр. XX сторіччя вона почала використовувати в своїй психоаналітичній роботі з дітьми малюнкові техніки, розглядаючи вільний вираз дитиною своїх переживань в образотворчій діяльності як інструмент для дослідження її несвідомих процесів. Результати цієї роботи описані нею в книзі «Вивчення вільної художньої експресії дітей з порушеннями поведінки як засіб діагностики і лікування» (1947).

Таким чином, у перші десятиріччя XX століття встановлюються найтісніші зв'язки між представниками «миру мистецтва» і лікарями-психіатрами. Образотворча діяльність хворих стає предметом для художнього осмислення і наукових досліджень, а також все більш широко використовується з

діагностичною метою. Вивчається і певний лікувальний ефект від занять малюванням. Відбувається зближення поборників «дитячого мистецтва» і творчості психічно хворих з представниками нових художніх течій. Все це веде до формування перших ідей про цілющий потенціал художньої творчості і ширшого використання образотворчого мистецтва як лікувально-корекційного прийому.

У другій половині 40-х – початку 50-х рр. XX століття мали місце перші спроби арттерапевтів до об'єднання і чіткішого визначення своєї ролі. Так, в 1949 р. був створений перший Комітет Арттерапевтів, який очолив Хілл (А. Hill).

На цьому етапі розвитку арттерапії її найбільш поширеними формами були:

- використання арттерапії у психіатричних лікарнях з метою оцінки стану пацієнтів і динаміки процесу одужання. При цьому арттерапія виступає головним чином як інструмент діагностики, хоча і припускає певний «лікувальний» ефект.
- використання образотворчої продукції пацієнтів в соматичних лікарнях (включаючи спеціалізовані клініки тривалого перебування) переважно для прикраси палат.

Таким чином, перша половина XX століття була періодом первинного оформлення арттерапії у самостійний напрям, що використовує образотворчі прийоми в роботі з різними групами пацієнтів і учнями. Цей період характеризувався високою рольовою невизначеністю тих, хто застосовував ці прийоми, що пов'язано з відмінностями в їхній професійній підготовці і досвіді.

Аж до 60-х рр. не існувало чітких уявлень про те, що таке арттерапія і хто такі арттерапевти, ні серйозних програм професійної підготовки в цій області, що базуються на певній методології і системному сприйнятті суспільної місії арттерапії.

60-ті рр. XX сторіччя виявилися багато в чому поворотним періодом для розвитку арттерапевтичної спеціальності. На початку 60-х рр. минулого сторіччя у низці країн були створені перші професійні об'єднання арттерапевтів. У 1963 р. з'явилася Британська Асоціація Арттерапевтів (БААТ). Незабаром вітали утворення Американської Асоціації Арттерапевтів (АААТ).

У 70-ті рр. Британською Асоціацією Арттерапевтів були зроблені важливі кроки у напрямі інтеграції арттерапії в державну систему охорони здоров'я. Арттерапевти прагнули до того, щоб їхня інтеграція в систему охорони здоров'я відбулася так, щоб були враховані досягнення арттерапевтичного підходу як самостійної медичної спеціальності, а не «вторинної», «інструментального прийому», використовуваного іншими фахівцями (наприклад, інструкторами по терапії із зайнятістю в соціальній роботі).

Мотивація арттерапевтів, що обстоювали такий погляд на свою роль в системі охорони здоров'я в другій половині 70-х рр. виглядала вже достатньо переконливо. Важливе значення мало й те, що програми підготовки арттерапевтів на той час відповідали вже високим вимогам вищої і післядипломної освіти, а значна частина арттерапевтів володіла глибокими знаннями психотерапевтичних підходів, навиками індивідуальної і групової роботи з різними пацієнтами.

На початку 70-х рр. були організовані також деякі інші спеціалізовані курси арттерапевтичної підготовки в рамках післядипломної освіти. В даний час такі курси існують вже в декількох країнах, зокрема п'ять з них – у Великобританії,

дещо більше – в США. У країнах континентальної Європи подібних курсів немає, що пов'язано з тим, що арттерапія тут не виділилася в самостійну спеціальність.

У другій половині 80-90 рр. ХХ сторіччя в світі відбулися серйозні зміни, які не могли не вплинути на професійне мислення та діяльність арттерапевтів. Як найбільш важливі з цих змін слід назвати: закінчення «холодної війни» і ослаблення тоталітарних режимів, створення Європейського Союзу, зміна культурного «клімату» в найбільш розвинених країнах і транснаціональних утвореннях, реформування економіки в країнах Центральної і Східної Європи, а також зміни в соціальній політиці в багатьох країнах.

Подальший розвиток арттерапевтичного підходу в 60-90 рр. привів до чіткішого оформлення професійної ролі арттерапевта. Досвід художньої практики в подальшому вдалося об'єднати з прийомами вербальної психотерапії і реалізувати в контексті відносин пацієнта і арттерапевта, а також диференціювати різні форми арттерапевтичної роботи, залежно від її завдань і характеру тієї або іншої групи людей.

У 70-80-х роках відбувається активний розвиток арттерапії: приймають етичний кодекс арттерапевтів, організовують різноманітні друковані видання, конференції для спеціалістів. У 90-х у мережі Інтернет з'являються сайти й електронні бібліотеки, електронні видання присвячені арттерапії. У країнах зарубіжжя арттерапія поширюється завдяки працям провідних спеціалістів цієї галузі: О. Копитіна, Л. Лебедевої, Т. Копотиної та ін.

В Україні арттерапія перебуває в стадії становлення. Найбільш розвинута арттерапія за допомогою образотворчого мистецтва й танцювально-рухового підходу. Як у теорії, так і в практиці залишається багато білих плям та дискусійних питань. Однак, мабуть, не слід очікувати від цього напрямку терапії чіткості та однозначності. Мистецтво, творчість, фантазія завжди, у всі часи були простором таємничості та незбагненності. Цікаво, що на відміну від Західної Європи та Америки, в Україні арттерапія більше цікавить не лікарів, а педагогів та психологів-практиків, що спричинило поширення цього методу в освіті та соціальній сфері.

2. У сучасній педагогічній практиці широкого розповсюдження набули такі напрями, як арттерапія та артпедагогіка.

Сутність артпедагогіки, яка на сьогодні перебуває в стані активного опрацювання, визначається авторами достатньо різнобічно. Так, наприклад, О. Булатова термін «артпедагогічний підхід» використовує як аналог поняття «художньо-педагогічний підхід». На її думку, елемент «арт» повинен вводити в коло певних асоціацій та образів, пов'язаних з артистизмом, артистом та артистичністю.

Проте, на думку С. Хлебнік, необхідно акцентувати увагу на тому, що артпедагогіка в педагогічній діяльності лише опосередковано пов'язана з артистизмом педагога. На відміну від артиста, педагог реально взаємодіє з підопічним і вирішує завдання виховання, навчання в реальному часі.

О. Таранова під терміном «артпедагогіка» розуміє «галузь педагогічної науки про специфіку інтегруючого впливу усіх видів заняття мистецтвом і

пробуджених ним форм продуктивної активності особистості на систему її соціальних зв'язків і відношень, поведінкових стратегій.

Головними результатами артпедагогічної діяльності є адаптація дитини до колективу однолітків, оволодіння нею художніми вміннями. У багатьох публікаціях діяльність артпедагогічна визначається з позицій терапевтичних: «арттерапія», «арттерапевтичні методи», «елементи арттерапії (роботи М. Алексєєвої, Л. Амєтової-Давидовської, І. Давидової, Л. Назарової). Деякі автори розглядають арттерапію та артпедагогіку в «єдиному інтегруючому контексті психотерапії» (Ю. Шевченко, О. Крепиця). Арттерапія розглядається цими авторами як самостійний і рівноправний напрям психотерапії та корекційної педагогіки. Основою для визначення поняття арттерапії можна вважати положення російських авторів (О. Медведєвої, І. Левченко, Л. Комісарової, Т. Добровольської), які значення терміну визначають як «синтез двох галузей наукового знання (мистецтва й педагогіки), що забезпечують розробку теорії та практики педагогічного процесу художнього розвитку дітей і питання формування основ художньої культури через мистецтво та художньо-творчу діяльність. Вони зазначають, що поняття «артпедагогіка» та «арттерапія» досить часто ототожнюють через їх спільну приставку «арт». Арт – «художнє», синонім слова мистецтво. Друга частина слова визначає їх різницю: терапія – напрям у медицині, лікувальний вплив; педагогіка – галузь наукового знання; наука про навчання, виховання та розвиток. Це означає, що поняття артпедагогіка – ширше і включає в себе поняття арттерапії, наприклад, як компетентність складається з різних компетенцій.

Артпедагогіка – особливий напрям у педагогіці, за допомогою якого навчання, розвиток та виховання особистості дитини відбувається на основі мистецтва під час викладання будь-якої дисципліни. Ця галузь знань трактує безпосередню творчу взаємодію педагога, учня та батьків. Цінним у контексті такого твердження є те, що педагог, діти та батьки є носіями культури, а артпедагогіка дозволяє плідно працювати з різними категоріями учнів: від обдарованих учнів до учнів з девіантною поведінкою. Артпедагогіка сприяє формуванню бажання того, щоб навчання перейшло в самонавчання, виховання – в самовиховання, а розвиток – у безпосередній саморозвиток.

Артпедагогіка (як дехто називає її мистецькою педагогікою) – це синтез двох галузей наукового знання (мистецтва та педагогіки), що забезпечують розробку теорії та практики педагогічного процесу художнього розвитку дітей та дають відповіді на питання формування основ художньої культури через мистецтво та художньо-творчої діяльності (музичну, образотворчу, художньо-мовленнєву, театралізовано-ігрову).

Поняття «артпедагогіка» не може бути заміщене поняттям «художнє виховання». Артпедагогіка як галузь наукового знання, дозволяє розглядати в рамках навчання не тільки художнє виховання, але і всі компоненти освітнього процесу (освіта, навчання, виховання) засобами мистецтва, а також формування основ художньої культури дитини.

3.В Україні арттерапія та артпедагогіка знаходяться в стадії становлення. Найбільший розвиток отримали такі її форми як арттерапія за допомогою

зображувального мистецтва, танцювально-рухова терапія та казкотерапія як форма бібліотерапії. Ці форми арттерапії активно обговорюються в науковій літературі, презентуються на різних конференціях та тренінгах. У меншій мірі описана робота українських арттерапевтів в рамках кольоротерапії (Л. Волкова, Є. Пінчук), драматерапія (Є. Вознесенська), музикотерапії (Г. Побережная, М. Полякова), манкотерапії як форми пісочної терапії (В. Шевченко).

Арттерапія відноситься до молоді та інтенсивно розвиваючої форми психологічної допомоги. У сучасній науці і практиці відбувається активний пошук її нових форм і методів. Цей пошук привів до розробки абсолютно нових форм арттерапії: ландшафтної, ініціальної, акціальної форми арттерапії та інших.

Найбільш розробленою нам видається акціальна форма в рамках постмодерністського підходу (Є. Вознесенська, Є. Морозова, Д. Трунов, А. Старовойтов). Слова «перформанс», «інсталяція», «хепенінг» вже не лякають українців. І можна вважати доведеним терапевтичний ефект колажу як форми плоскої інсталяції, карнавалу або КВН як форми перформансу в українській арттерапевтичній традиції. Постмодернізм знаменує новий етап у розвитку суспільства, культури і форм наукового пізнання і відображає зміну психічних структур, способів визначення проблем і потреб сучасної людини, комунікацій і психологічного захисту. Виклики часу в подоланні міжособистісних дисгармоній призвели до нових форм психотерапевтичної комунікації між пацієнтом і фахівцем. «Постмодернізм передбачає велику увагу дискурсивній практиці – різним вербальним і невербальним (в першу чергу, візуальним) способам концептуалізації та передачі суб'єктивного досвіду». «Постмодерна чутливість», заснована на «поетичному мисленні» вимагає активної комунікації з пацієнтом за допомогою різних форм невербальної експресії. Арттерапевти, що працюють в рамках постмодерністського підходу, вступають з пацієнтами в активну, динамічну комунікацію за допомогою невербальної експресії, ґрунтуючись на своїй «постмодерністичній чутливості».

Акціальний елемент терапевтичного процесу займає провідне місце у взаєминах арттерапевт – творчий продукт-клієнт. Акціонізм пов'язаний з використанням людського тіла як інструмента і матеріалу в творчому процесі. Можливо, емоційність і прагнення до нових технологій призводять до поширення постмодернізму в просторі арттерапії в Україні. Його основоположниками вважається Джексон Поллок з його «живими картинами» 1950-1960-х років. В його творчості чільним був спонтанний процес розливання або розбризкування фарб по полотну, утворена картина розглядалася лише як доказ того, що акція відбулася. «Антропометричні» перформанси Іва Кляйна, що проходили в 1960-і, під час яких три оголені моделі, покриті синьою фарбою, залишали власним тілом на полотні відбитки.

Ландшафтна арттерапія – теж досить нова форма арттерапії, у якій застосовуються об'єкти з навколишнього простору, природного або рукотворного середовища. У процесі роботи відбувається взаємодія з природним і культурним ландшафтом, що сприяє укріпленню цілісності особистості, родини, колективу. Ландшафтна терапія дає потужний ресурс та сильний розвивальний ефект.

Самий найпростіше, що можна зробити в межах цього арттерапевтичного методу – це просто погуляти разом з фахівцем по парку або саду, розмовляючи і

розмірковуючи. Це свого роду «подвійний удар»: терапевтичний ефект надає синергія двох факторів, розмови з фахівцем і перебування на природі.

До речі, кілька років тому дослідники з Ексетерського університету (Великобританія) виявили, що групи людей, які страждають від депресії, 90% відчували підвищення самооцінки після прогулянки по парку, а майже три чверті відзначали полегшення симптомів депресії. Інше дослідження тієї ж команди психологів показало: 94% людей з психічними захворюваннями вірять, що перебування на природі покращує їх настрій.

Дані Ексетерського університету також свідчать, що ті, хто живе в зелених зонах, менше страждають від психічних захворювань, менше схильні до стресів і більше задоволені життям, ніж інші. Арттерапевтичним цей підхід робить вибір саме саду або парку, тобто рукотворних ландшафтів, як місця для прогулянки і розмови.

В інших випадках можна говорити про *екотерапію* – напрямку психотерапії, яке передбачає використання контакту людини з природою як цілющого фактора. Ландшафтна арттерапія припускає не тільки контакт з природою, але і сприйняття саду як твори мистецтва.

Перевести це сприйняття на новий рівень допомагає поєднання декількох арттерапевтичних підходів. Ландшафтна арттерапія чудово поєднується з будь-якими формами роботи. Найпростіше – це використання природного матеріалу для створення букета, ікебан, площинних композицій із засушених квітів і листя, інсталяції тощо. Таким чином, відбувається переосмислення пережитого досвіду, а знайдені в природі об'єкти служать матеріалом для створення нових образів. Так осінній лист, підібраний в парку, часто служить метафорою втрати або в'янення, але, будучи перенесеним на аркуш паперу і оточеним яскравими мазками гуаші чи композицією з засушених квітів, може отримати «нове життя» і перетворитися в образ воскресіння і преображення.

Ініціаційна арттерапія представляється нам завдяки досягненням українських арттерапевтів (Є. Вознесенська, А. Старовойтов, Н. Ткаченко). Власне арттерапія – найбільш адекватний метод включення ініціації в процес терапії у відповідь на несвідомий запит пацієнта в ініціюванні та його потребі в екзистенціальному досвіді. Ініціативні події традиційних суспільств дали початок ряду арттерапевтичних технік – нанесення малюнків на тіло, створення масок тощо. Часто арттерапевтичні заняття супроводжуються спеціально підбраною музикою, включають вираження своїх почуттів за допомогою спонтанного руху і танцю (Л. Мова, В. Шевченко). Використання мультимодального підходу в арттерапії розширює можливості і репертуар ритуалів ініціацій.

Окремо хотілося б сказати про нові підходи для використання казок, визначеними українськими арттерапевтами – *легендотерапія*, використанні героїчного епосу, фентезі (А. Бреусенко-Кузнецов), міфодрамотерапії (Плетка О.). Також окремо, але як форма арттерапії, розглядається створення мультфільму за допомогою сучасних технологій анімації з терапевтичними цілями (Є. Голубева, С. Мельниченко).

Тут можна підходити до виділення наступної особливості української арттерапії – роботи фахівців в розширенні своїх професійних можливостей через

використання принципово нових форм арттерапії, нових підходів у мистецтві взагалі.

Аналіз сучасної наукової літератури з тематики використання арттерапії приводить нас до усвідомлення ще однієї особливості арттерапії та артпедагогіки в Україні – її **мультиmodalності** – використанні декількох видів мистецтв, дослідження декількох творчих модальностей. Найчастіше неможливо віднести ту чи іншу технологію до певного виду або форми арттерапії. Коли група створює карту, на якій відображені місця подій щойно написаної казки, після чого відбувається її драматизація – до якого виду віднести це заняття: до драматерапії, власне арттерапії або все ж казкотерапії, адже в основу всього лягла складена казка? Малюнок рухів або танець намальованого персонажа – це арт- або танцювально-рухова терапія? З'єднання різних форм терапії творчістю дозволяє максимально мобілізувати творчий потенціал клієнтів і знайти ті способи творчого самовираження, які найбільшою мірою відповідають їх можливостям і потребам, і надати кожному додаткові можливості вираження своїх почуттів і думок.

4. Артпедагогіка – особливий напрям в педагогіці, за допомогою якого навчання, розвиток та виховання особистості дитини відбувається на основі мистецтва під час викладання будь-якої дисципліни. Ця галузь знань трактує безпосередню творчу взаємодію педагога, учня та батьків. Цінним у контексті такого твердження є те, що педагог, діти та батьки є носіями культури, а артпедагогіка дозволяє плідно працювати з різними категоріями учнів: від обдарованих учнів до учнів з девіантною поведінкою. Артпедагогіка сприяє формуванню бажання того, щоб навчання перейшло в самонавчання, виховання – в самовиховання, а розвиток – у безпосередній саморозвиток.

Артпедагогіка (як дехто називає її мистецькою педагогікою) – це синтез двох галузей наукового знання (мистецтва та педагогіки), що забезпечують розробку теорії та практики педагогічного процесу художнього розвитку дітей та дають відповіді на питання формування основ художньої культури через мистецтво та художньо-творчої діяльності (музичну, образотворчу, художньомовленнєву, театралізовано-ігрову).

Завдання артпедагогіки – формування здатності до усвідомлення дитини себе як особистості, прийняття себе та розуміння власної цінності як людини, усвідомлення свого взаємозв'язку зі світом та свого місця в оточуючому соціокультурному просторі, творча самореалізація особистості. Артпедагогіка спрямована на вирішення завдань художнього розвитку дитини, полегшення процесу навчання, мисленнєвої діяльності. Технології артпедагогіки сприяють збереженню особистості загалом, оскільки об'єднують інтелектуальне та художнє сприймання світу, долучають учнів до духовних цінностей через цілісну сферу мистецтва, допомагають педагогові додатковими прийомами, які забезпечують радісне входження в систему знань, сприяють розвитку всіх органів чуття, пам'яті, уваги, інтуїції, сприяють адаптації особистості в сучасному світі.

В арттерапії не роблять акцент на цілеспрямоване навчання і, отже, оволодіння навичками й уміннями в будь-якому виді художньої діяльності

(музичному, образотворчому, театралізовано-ігровому, художньо-мовному), як в артпедагогіці.

Артпедагогіка і арттерапія вирішують як загальні теоретичні й організаційні завдання, так і окремі, що належать до кожного з цих напрямів.

До загальних науково-теоретичних і організаційних завдань артпедагогіки й арттерапії науковці відносять:

- ✓ розробку науково-теоретичних основ використання засобів мистецтва в системі корекційної допомоги дітям з відхиленнями в розвитку;
- ✓ наукове обґрунтування можливостей і шляхів компенсації різних відхилень у розвитку дітей засобами мистецтва і художньої діяльності;
- ✓ узагальнення всього накопиченого досвіду використання артпедагогічних і арттерапевтичних підходів у спеціальній освітній установі і збагачення його новим науковим і практичним змістом, спрямованим на вирішення завдань гуманізації спеціальної освіти;
- ✓ удосконалення системи організації корекційної допомоги засобами мистецтва в спеціальних освітніх установах і підготовка фахівців для реалізації цього завдання.

Серед окремих завдань артпедагогіки виділяють:

- вивчення загальних і специфічних особливостей формування художньої культури в дітей з ООП;
- розробка корекційно-спрямованої системи художнього розвитку дітей з ООП, формування основ художньої культури;
- розробка корекційно-розвивальних педагогічних технологій з використанням мистецтва, що забезпечують гармонійний розвиток дітей з відхиленнями;
- активізація потенційних можливостей дітей з проблемами в розвитку, їхніх творчих проявів у різних видах художньої діяльності (музичній, образотворчій, художньо-мовній, театралізовано-ігровій) за допомогою мистецтва;
- забезпечення пізнавально-інформаційних потреб дитини з проблемами за допомогою мистецтва;
- забезпечення розвитку емоційно-естетичних, моральних, комунікативно-рефлексивних основ особистості дитини з проблемами за допомогою мистецтва;
- здійснення корекції і профілактики наявних відхилень у розвитку пізнавальної діяльності, емоційно-вольової, моторної та особистісної сфер засобами мистецтва;
- створення умов для соціокультурної адаптації дітей з проблемами за допомогою мистецтва й художньої діяльності.

Ґрунтуючись на корекційно особистісному і діяльнісному підходах у розвитку, артпедагогіка й арттерапія вирішують головну мету – гармонійний розвиток дітей; розширення можливостей їх соціальної адаптації за допомогою мистецтва, участі в громадській і культурній діяльності в мікро- і макросередовищі.

Особливість використання арттерапевтичних методик у педагогічній практиці сучасної школи як інноваційної технології особистісно орієнтованого навчання і виховання полягає у розв'язанні низки діагностичних, психотерапевтичних, виховних, розвивальних, корекційних завдань:

1. Діагностика. У процесі арттерапевтичної роботи вчитель має можливість отримати інформацію про розвиток та індивідуальні особливості кожного учня. У ході спостереження за дітьми під час навчальної та позакласної діяльності педагог може більше дізнатися про їх інтереси, цінності, побачити внутрішній світ, відчувати неповторність кожного вихованця, а також виявити проблеми, що підлягають спеціальній корекції. Саме в процесі арттерапевтичних занять легко виявляється характер міжособистісних стосунків, визначаються внутрішні, глибинні проблеми особистості.

2. Психотерапія. «Лікувального» ефекту можна досягти завдяки тому, що у процесі творчої діяльності створюється атмосфера емоційної теплоти, доброзичливості, емпатійного спілкування, визнання цінностей особистості іншої людини, її почуттів, переживань, піклування про неї. У процесі роботи в учнів виникає відчуття психологічного комфорту, захищеності, радості, успіху, в результаті чого мобілізується цілющий потенціал емоційної сфери дитини.

3. Виховання. При виконанні завдань з елементами арттерапії у груповій, колективній формі роботи учні вчаться працювати й взаємодіяти в колективі, набувають навичок коректного спілкування, співчуття, взаєморозуміння, взаємоповаги, взаємодопомоги, що позитивно впливає на формування міцного, дружнього колективу, морально-етичних загальнолюдських цінностей. У процесі спільної арттерапевтичної роботи створюються відкриті, довірливі стосунки як з однолітками, так і з учителем.

4. Розвиток. Завдяки використанню різноманітних форм художньої експресії створюються умови, за яких кожен учень переживає успіх у тій чи іншій діяльності, самостійно справляється з поставленими завданнями. При цьому виникає «ситуація успіху», внаслідок чого в дітей формується почуття задоволеності, віри у власні сили, гідності та самоповаги. Молодші школярі вчаться вербалізації емоційних переживань, відкритості у спілкуванні.

5. Корекція. Достатньо успішно відбувається корекція образу «Я», який раніше міг бути деформованим, покращується самооцінка, зникають неадекватні форми поведінки, налагоджуються способи взаємодії з іншими людьми. Особливо позитивні результати можуть бути отримані в роботі з молодшими школярами, в яких спостерігаються відхилення у розвитку емоційної та вольової сфер, оскільки арт-терапевтична діяльність сприяє зниженню рівня тривожності, агресивності, страхів, сором'язливості та гіперактивності учнів.

Міждисциплінарний, практикоорієнтований характер артпедагогіки, що об'єднує потенціал мистецтва, педагогіки, психології, повною мірою відображає тенденцію до інтеграції знань, властивої для сучасної гуманітарної науки, що може стати продуктивним у справі модернізації підготовки фахівців для соціально-педагогічної сфери (учителя, вихователя, асистента вчителя тощо).

Ключові аспекти	Арттерапія	Артпедагогіка
Визначення	Турбота про емоційне самопочуття і психологічне здоров'я особистості, групи,	Галузь педагогічної науки, що займається пошуком ефективних підходів в організації художніх видів діяльності, спрямованої на

	колективу засобами художньої діяльності (спонтанний малюнок у поєднанні з іншими видами творчості)	формування цілісного світогляду особистості
Мета	Гармонізація розвитку особистості через розвиток здібностей самовираження і самопізнання в мистецтві	Художній розвиток дітей (дітей з проблемами); формування основ художньої культури, соціальна адаптація особистості засобами мистецтва
	Гармонійний розвиток дітей; розширення можливостей їх соціальної адаптації за допомогою мистецтва, участі в громадській і культурній діяльності у мікро- і макросередовищі	
Завдання	Збудити активність, спрямовану на реалізацію граничних творчих можливостей особистості	Художнє виховання; розвиток, навчання, корекція засобами мистецтва
	1) Розробка науково-теоретичних основ використання засобів мистецтва в системі корекційної допомоги дітям з відхиленнями в розвитку; 2) Наукове обґрунтування можливостей і шляхів компенсації різних відхилень у розвитку дітей засобами мистецтва і художньої діяльності; 3) Узагальнення накопиченого досвіду використання арт-педагогічних і арт терапевтичних підходів і збагачення його новим науковим і практичним змістом, націленим на вирішення завдань гуманізації спеціальної освіти; 4) Удосконалення системи організації корекційної допомоги засобами мистецтва в спеціальних освітніх установах і підготовка фахівців для реалізації цього завдання	
Функції	Діагностична, терапевтична, індивідуалізуюча, когнітивна, регулятивна, катарсична, комунікативно-рефлексивна, відволікаюча, реабілітаційна	Культурологічна, освітня, адаптаційна, комунікативна, стимуляційна
	Виховна, розвивальна, корекційна, соціалізуюча	
Суб'єкт	Арттерапевт	Артпедагог
	Психолог, соціальний педагог, учитель, асистент вчителя, вихователь	

Об'єкт	Люди з обмеженими функціональними можливостями, психічно хворі, люди літнього віку, люди з наркотичною залежністю, бездомні, клієнти з адиктивними розладами, правопорушники, педагогічні трудові колективи, постраждалі від насильства, вагітні жінки	
	Діти, діти з проблемами в розвитку	
Сфера застосування	Центри психічного здоров'я, стаціонари денного перебування, лікарні, інтернати та інші медичні й соціальні установи, геріатричні будинки, пенітенціарні заклади, пологові будинки	

5. Функції артпедагогічних технологій виявляються в їхній спрямованості на одержання інтегративного результату з високою якістю і максимальною кількістю засвоєння навчально-художньої інформації, динамікою, насиченістю, варіантністю, а також універсалізацією знань, умінь і способів діяльності.

Мотиваційно-виховна функція передбачає створення мотиваційної основи особистості для здійснення художньо-перетворювальної діяльності, формування активної життєвої позиції, системи поглядів, переконань, культури поведінки і спілкування, світогляду, формуванню ціннісних новоутворень особистості через осмислення духовних пріоритетів мистецтва, зорієнтовує на усвідомлення художньо-естетичних цінностей мистецтва, що опановується, і є результатом зростання художньо-естетичної культури особистості.

Пізнавальна функція забезпечує стимулювання особистості до здійснення активної пізнавальної діяльності та формування цілісної і багатогранної картини світу через емоційне сприйняття, осмислення і усвідомлення художніх образів різних видів мистецтв; осмислене розуміння художньої ідеї, образності, закономірностей звукової і семантичної структурованості, особливостей формоутворення і жанрово-стилістичних ознак, проникнення в сутність мистецьких явищ.

Аксіологічна функція спрямована на глибоке осмислення і духовно-практичне засвоєння цінностей культури через вибіркове ставлення і апробацію

їхнього об'єктивного значення, а також суб'єктивного осмислення і прийняття загальнокультурних цінностей як засадничих в процесі сприймання, усвідомлення і оцінювання культурних явищ в житті, природі, мистецтві, здатність діяти за законами краси, духовності, гармонії.

Комунікативна функція створює умови для полісуб'єктного спілкування з творами мистецтва, його авторами, глядачами (слухачами, учасниками) та зорієнтовує на специфічне спілкування з мистецтвом на рівні взаємодії художньої інформації та суб'єктивної моделі її розуміння в ракурсі діалогу, спрямовуючи на продуктивність свідомості у діалозі з різними видами мистецтв, а мисленнєвий акт на пізнання та усвідомлення авторської концепції художньої образності творів, поряд з одночасним наповненням їхнім суб'єктивним змістом.

Гедоністично-рекреаційна функція передбачає використання різноманітних форм художньої експресії, які забезпечують відчуття успіху та задоволення від пізнання мистецьких творів, виявлення прихованих талантів, розвиток художніх здібностей, сприяє укріпленню віри у власні сили; актуалізує значення мистецтва як засобу психологічного розслаблення, відпочинку та відновлення духовних і фізичних сил людини.

Творчо-стимулююча функція уможливорює активізацію творчої діяльності особистості на різних рівнях взаємодії із творами мистецтва: сприймання, осмислення і розуміння; інтерпретації художніх образів, танцювальних рухів, зображувальних позицій, композиційного рішення тощо; безпосередньої участі в художньо-творчій діяльності.

Корекційна функція передбачає корекцію та компенсацію недоліків у інтелектуального та художнього розвитку, а також деяких відхилень у розвитку емоційної та вольової сфери, шляхом впровадження артпедагогічних технік, що забезпечують вербалізацію емоційних переживань, сприяють особистісному та творчому розвитку, пізнається новий досвід, формуються вміння та навички емоційно-вольової саморегуляції.

Лекція 2.

АРТТЕРАПЕВТИЧНІ ВПЛИВИ НА ОСОБИСТІСТЬ УЧНЯ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ

1. Механізми соціалізації через розвиток творчого потенціалу.
2. Застосування арттерапії в умовах сучасного освітнього простору.
3. Основні напрями використання артпедагогіки у роботі з молодшими школярами.
4. Переваги артпедагогіки в освітньому процесі.
5. Артпедагогічний супровід молодших школярів.
6. Арттерапія та проєктивний малюнок.
7. Символіка кольорів в арттерапії (<https://youtu.be/LRecJWDu60Y>).

Література

1. Бойко А. Використання арт-педагогічних технологій як засобу творчого самовираження молодших школярів у позашкільних навчальних закладах. *Наукові записки*. Серія «Психолого-педагогічні науки» (Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя) / за заг. ред. проф. Є. Коваленко. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2014. № 5. С. 68-73.
2. Вознесенська О. Особливості арт-терапії як методу. *Психолог*. 2005. № 10. С. 5-8
3. Деркач О. Виховний потенціал арт-педагогіки як об'єкт науково-педагогічної рефлексії. *Простір арт-терапії: Мистецтво життя: Матеріали XII Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції*. (м. Київ, 27-28 лютого 2015) / За наук. Ред. А. Чуприкова, (м. Київ, 27-28 лютого 2015) / За наук. Ред. А. Чуприкова, А. Найдьонові, А. Бреусенко-Кузнєцова, О. Вознесенської, О. Скар. Київ: Золоті ворота, 2015. С. 18-25.
4. Кондрицька О. Формування у студентів педагогічних університетів цінностей особистісно орієнтованої моделі виховання засобами арт-педагогіки: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: 13.00.07 «Теорія і методика виховання». Київ, 2009. 24 с.
5. Мірошніченко Т. Запровадження арт-терапії в освітньо-виховний простір початкової школи: історико-методичний аспект. *Педагогічні науки*. 2012. Вип. 3. С. 26-30.
6. Психолого-педагогічний супровід і підтримка в умовах модернізації освітньо-виховного простору: [Електронний ресурс]. Режим доступу: URL: <http://osvita.ua/school/upbring/1334>. Загол. з екрану. Мова укр
7. Скар О., Реброва К. Арт-техніка «колаж»: діагностичний і терапевтичний потенціал. *Простір арт-терапії: Спадок десятиліття: [36. наук. статей]*. Київ, 2012. С. 125-137.
8. Сорока О. Арт-терапія як фактор збагачення творчості вчителя початкової школи. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка*. 2012. Вип. 64. С. 145-151.
9. Сорока О. Підготовка майбутніх учителів початкової школи до використання арт-терапевтичних технологій: теоретико-методичні основи. Тернопіль: Астон, 2015. 350 с.
10. Хлебнік С. Арт-педагогіка в підготовці соціального гувернера до соціалізації дітей з вадами розвитку. *Вісник Запорізького національного університету*. № 1 (14). 2011. С. 104-107. (Серія «Педагогічні науки»).
11. Федій О. Підготовка педагогів до використання засобів естетотерапії: теорія і практика: *монографія*. Полтава: ПНПУ, 2009. 404 с.

1. Дослідження доводять, що заняття артпедагогікою суттєво впливають на розвиток соціальних навичок спілкування та позитивних соціально-психологічних рис людини. За рахунок яких механізмів це відбувається?

Фантазія є механізмом розвитку творчого потенціалу та адаптивним ресурсом соціалізації. Уява – основа творчого процесу.

Форми зв'язку уяви з дійсністю:

- уява завжди створюється з пережитих людиною подій, тобто з колишнього досвіду, отже, творча діяльність залежить від набутого досвіду людини, і чим різноманітніший досвід, тим багатша уява;
- уява має спрямованість, тобто ми створюємо цілі й мотиви, які переслідують діяльність уяви;
- уява є емоційним зв'язком.

Слід також нагадати, що *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, вміння знайти оригінальний, незвичайний спосіб створення. Природно, що особа створює суб'єктивно нове, насамперед для нього самого. І саме тому в творчому процесі формуються здібності особистості.

Для адекватного залучення до соціальних стосунків, досягнення поставленої мети необхідна розвинута фантазія та уява клієнта. Крім того нагадаємо, що арттерапія – це гра, а гра як форма активності є формою навчання. В грі людина набуває здатності керувати емоціями, відчуттями, що забезпечує його адаптацію до нового і надалі буде основою для розвитку соціальної адаптації. *Розвиток творчих здібностей – це формування в особах прагнення до прояву власної ініціативи, прагнення створити щось нове, своє, розширити світогляд, наповнити новим змістом пізнання*.

2. В основі сучасного визначення арттерапії лежать поняття експресії, комунікації, символізації, з дією яких і пов'язана художня творчість. Прийнято вважати, що образи художньої творчості відображають всі види підсвідомих процесів, включаючи страхи, внутрішні конфлікти, спогади дитинства, сновидіння. При їхньому словесному описі у людини можуть виникнути труднощі. Тому саме невербальні засоби часто є єдино можливими для вираження і прояснення сильних переживань. Тут можна говорити про деяку перевагу арттерапії перед іншими формами психотерапевтичної роботи.

Як відомо, мова образотворчого мистецтва є мовою дітей та підлітків. Діти мислять образами, кольорами, звуками, відчуттями взагалі, як писав К. Ушинський, закликаючи вчителів опиратися на ці особливості дитячого мислення. Робота фантазії виявляється в візуальних образах і лише потім – у словах. Образотворча робота безпечний і природний для дитини вид діяльності, «транзитний простір» (Р. Гудман, Д. Джонсон). Ще Л. Виготський вважав, що малювання є своєрідним оповіданням про свій розвиток і формування окремих систем психіки.

При використанні артпедагогіки пропонуються різноманітні заняття художньо-прикладного характеру: малювання, ліплення, вироби з тканини, хутра, природного матеріалу. При цьому спеціальна підготовка, талант виконавців і художні переваги робіт не такі значущі. Важливі як сам процес творчості, так і особливості внутрішнього світу людини.

Форми арттерапії різні при роботі з дітьми, підлітками і дорослими. І все ж можна говорити про два основних варіанта арттерапевтичної роботи – *індивідуальній і груповій арттерапії*. В освіті перевага віддається груповим формам, тому що це дозволяє працювати з більш широким колом дітей. М. Лібман, наприклад, вказує, що групова арттерапія:

- дозволяє розвивати цінні соціальні навички;
- пов'язана з наданням взаємної підтримки членам групи і дозволяє вирішувати загальні проблеми;
- дає можливість спостерігати результати своїх дій та їхнім вплив на оточуючих;
- дозволяє освоювати нові ролі, а також спостерігати, як модифікація рольової поведінки впливає на взаємини з оточуючими;
- підвищує самооцінку і веде до зміцнення особистої ідентичності;
- розвиває навички прийняття рішень.

Додаткові плюси групової арттерапії також у тому, що вона:

- припускає особливу «демократичну» атмосферу, пов'язану з рівністю прав і відповідальності учасників групи;
- у багатьох випадках вимагає певних комунікативних навичок і здатності адаптуватися до групових «норм».

Зрозуміло, що складова терміну «арт» акцентує увагу на образотворчому творчості. Проте в процесі роботи часто використовуються музика, рухи, відтворення історій.

Дитина молодшого шкільного віку часто не може точно сформулювати те, що його турбує. Дітям іноді сняться чудовиська, що лякають їх своїм зловісним виглядом. Якщо дитина спробує намалювати або надати образне значення своєму страху, педагог повинен пояснити, що це добрий казковий дракон, який бореться зі злом і захищає маленьких дітей. Арттерапія – це найбільш м'який метод роботи в контакті з «важкими» дітьми. Дитина може не говорити, або не може визнати свої проблеми своїми, але при цьому ліпити, рухатися і виражати себе через рухи тілом. Використання деяких прийомів арт-терапії на заняттях у можуть знімати психічне напруження.

Багато психічних і деякі фізичні відхилення роблять дитину пасивною. Коло її інтересів стає вузьким, потреба в активній взаємодії зі світом знижується. В результаті знижується і здатність до адаптації. Дитина «йде в себе», вважає, що не зможе знайти вихід зі сформованої ситуації. Арттерапія дозволяє розірвати це порочне коло. Коли дитина займається творчістю, вона винаходить нові й нові способи вираження своїх емоцій, і поступово нові способи спілкування зі світом, тобто втрачені здібності відновлюються.

У занятті мистецтвом дуже важливо, щоб дитина відчувала свій успіх в цій справі. Якщо вона бачить, що має успіх у вираженні і відображенні своїх емоцій, створенні унікальних виробів, малюнків, до неї приходить успіх у спілкуванні, а взаємодія зі світом стає більш конструктивною. Успіх у творчості несвідомо переноситься і на звичайне життя. «Соціальні ігри» – найбільш значущі при здійсненні групових форм арттерапевтичної роботи. Вони передбачають використання певних норм групової поведінки, у тому числі в процесі спільної образотворчої діяльності учасників групи.

Використання вчителем терапевтичного малювання в позакласній роботі дозволяє розширити діапазон гуманістично орієнтованих способів досягнення педагогічних цілей.

Українські артпедагоги не рекомендують, працюючи з гіперактивними та розгальмованими дітьми використовувати матеріали, які б стимулювали неспрямовану активність дитини, що може легко перерости в агресивну поведінку. Краще запропонувати таким дітям матеріали, які потребують структурування діяльності, тонкої сенсомоторної координації, самоконтролю роботи.

Замкнутим, тривожним дітям корисно взаємодіяти з матеріалами, що потребують широких вільних рухів, які охоплюють все тіло – фарби, великі пензлики, валики, аркуші великих форматів, малювання крейдою на дошці, підлозі, асфальті.

3. Виділяють 4 основні напрями використання артпедагогіки у роботі з молодшими школярами:

1. Пасивна артпедагогіка. Використання для «лікування» вже існуючих творів мистецтва шляхом їх аналізу та інтерпретації молодшим школярем. В освітньому 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 їхньої емоційної сфери, поглиблення світогляду учнів тощо.

2. Активна артпедагогіка. 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.

Артпедагогічна робота припускає широкий вибір різних образотворчих матеріалів: 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, пір'я, гілки, мох, камінці; для ліплення – глина, пластилін, дерево, спеціальне тісто.

Загальні правила артпедагогіки:

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. Артпедагогіка 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.

4. Виділимо найбільш науково аргументовані та значущі *переваги артпедагогіки*:

1. Артпедагогіка створює позитивний емоційний настрій у групі, формує активну життєву позицію, впевненість у своїх силах.

2. Артпедагогіка, в межах якої клієнти мають можливість спілкуватися невербально, полегшує процес комунікації з однолітками, соціальним педагогом, психологом.

3. Зміцнює культурну ідентичність дитини, сприяє подоланню мовного бар'єру.

4. Надає можливість звернутися до тих реальних проблем або фантазій, які з яких-небудь причин важко обговорювати вербально.

5. Дає можливість на символічному рівні експериментувати з різними почуттями, досліджувати і виражати їх у соціально прийнятій формі.

6. Артпедагогіка – унікальна можливість для дослідження особистості. Дозволяє пропрацювати думки і емоції, які людина тримає в собі.

7. Розвиває почуття внутрішнього контролю.

8. Підвищує адаптаційні здатності людини до повсякденного життя і школи.

9. Ефективна в корекції різних відхилень і порушень особистісного розвитку. Спирається на здоровий потенціал особистості.

10. Творча діяльність як могутній засіб зближення людей стає своєрідним «мостом» між педагогом та дитиною.

Таким чином, можна виокремити такі особливості артпедагогіки як засобу адаптації дітей молодшого шкільного віку до умов освітнього процесу:

Артпедагогіка як засіб самовираження. Прийнято, що в процесі комунікації люди зазвичай користуються вербальними каналами. Проте є ситуації, коли вербальний спосіб взаємодії є неможливим (через фізичні вади, страх чи невміння висловити свою думку у словах). У цей момент незамінною стає арттерапія, яка використовує мову візуальної, пластичної, аудіальної експресії.

Артпедагогіка як засіб вільного самовираження й самопізнання є інструментом дослідження й гармонізації тих сторін внутрішнього світу дитини, для вираження яких немає адекватних вербальних засобів. Тому часто арттерапія стає єдиним способом «зв'язку» між дитиною та суспільством, соціальним педагогом. Заняття творчістю дає можливість дитині зрозуміти й оцінити свої почуття, спогади, образи майбутнього, знайти час для відновлення життєвих сил та для спілкування із собою. У ході арттерапевтичної роботи створюються додаткові можливості для внутрішньоособистісної комунікації, перехід на глибші рівні взаємодії з проявом внутрішніх (у тому числі неусвідомлюваних)

механізмів організації поведінки, відбувається звільнення від впроваджених домінуючою культурою й ідеологією поведінки й освоєння тих ролей, які найбільше відповідають глибинній природі, потребам і напрямам розвитку дитини.

Артпедагогіка як творчість. У будь-якій сфері людської діяльності необхідні вміння приймати творчі рішення. Достатній рівень креативності дає можливість знаходити ефективні рішення й сприяє особистій самореалізації та зростанню. Творчість – це вихід за рамки знань, подолання та звільнення від обмежень. Творчий процес є процесом створення принципово нового продукту, а креативність – спроможність відмовитися від стереотипних моделей мислення та дії.

Артпедагогіка як задоволення. Відомо, що творчість нерозривно пов'язана з поняттям задоволення. Тому арттерапія завжди дає високий позитивний емоційний заряд і є найбільш безболісним способом вирішення проблем.

Артпедагогіка як навчання. Цікавим фактом є те, що мистецтво – є унікальним способом передачі людського досвіду. Сьогодні в науці стосовно цього питання виокремлюють окреме поняття – артпедагогіка. Образ стає інструментом спілкування, а заняття образотворчою творчістю активізують і збагачують комунікативні та креативні можливості дитини, сприяють виробленню широкого спектру нових способів спілкування, орієнтації на міжособистісну взаємодію.

Артпедагогіка як гра. Діяльність, заснована на власній художній творчості, є для більшості дітей незвичною, новою, недослідженою, пов'язаною зі спогадами. Кожен у дитинстві малює, ліпить та грає. Гра спрямована не на результат, а саме на процес, це – єдиний вид людської діяльності, орієнтований на сам процес. Крім того, й гра, й ритуал містять суто терапевтичний елемент: все можливо потрібна нестандартність, несподіваність, оригінальність. Дитина стає вільною від звичайних для життя форм та способів поведінки.

Артпедагогіка як метод зцілення. Для початку слід зауважити, що зцілення неодмінно пов'язане з духовною цілісністю, гармонією духу та тіла. Мистецтво психотерапевтичне за своєю природою та сутністю, тому що воно займається проблемами пристосування «Я» дитини до навколишньої реальності, сенсу існування цього «Я» або внутрішнім буттям дитини. Символічна мова образотворчого мистецтва найбільш адекватна для вираження несвідомого. Спираючись на трансцендентні властивості символів та власний творчий потенціал, дитини може досягти самозцілення. Символічні образи містять у собі способи вирішення внутрішніх конфліктів особистості

5. Для визначення суті поняття «артпедагогічний супровід», спробуємо розкрити зміст поняття «супровід». Так, у словнику В. Даля супровід трактується як дія за дієсловом «супроводжувати», тобто «проводжати, супроводжувати, йти разом з метою провести, слідувати».

Якщо звернутися до загальноприйнятого розуміння слова супровід, то воно означає зустріч двох людей і їх спільне проходження загального відрізка шляху, а супроводжувати значить проходити з кимось частину його шляху.

У ситуації супроводу виділяють три основні компоненти: той, кого супроводжують; той, хто супроводжує; і шлях, який вони проходять разом. Мова йде про спільне буття людей у певний часовий період людського життя. Супроводжуючий постає як людина, яка захищає та допомагає.

Поняття «супровід» Ю. Слюсарєв вживав для позначення недирективної форми надання психологічної допомоги, спрямованої «не просто на підсилення або вдосконалення, а на розвиток і саморозвиток самосвідомості особистості», допомоги, яка запускає механізми саморозвитку і активізує власні ресурси людини.

Аналізуючи систему психологічного супроводу молодшого школяра, Ю. Федорова зазначала, що шкільний психолог повинен вибудувати «супровід» таким чином, аби він був спрямований більшою мірою на профілактику, на розвиток позитивного вже з самого початку. Але авторка підкреслює, що без уявлення цілісної картини особистісних новоутворень, розуміння закономірностей їх виникнення неможливо створити достатні і необхідні умови розвитку.

Відповідно до спрямованості роботи психолого-педагогічний супровід включає в себе *різні підходи*:

1) Супровід-співробітництво, який передбачає спільне планування дорослого і дитини, аналіз, співтворчість, рефлексію, вимагає дій, необхідних для наступного самостійного подолання виникаючих проблем, тобто прояву особистої відповідальності, творчості, власних унікальних якостей дитини.

2) Супровід-ініціювання, відомий з часів Сократа, суть якого сформулювала М. Монтесорі: «Допоможи мені це зробити самому, нічого не роблячи за мене, спрямуй у потрібне річище, підштовхни до рішення, а все інше я зроблю сам». Організуючи супровід-ініціювання, вчитель початкових класів, соціальний педагог, психолог створює дитині необхідні умови для вільного, індивідуального, самостійного вибору шляху та засобів вирішення навчальних, виховних і розвивальних завдань і, тим самим, сприяє розкриттю у дитини загальновизнаних моральних істин і цінностей. Діти реалізують свій особистісний творчий потенціал і водночас збагачують, розвивають, при цьому зберігаючи його індивідуальну своєрідність.

3) Супровід-попередження, коли особливого значення набуває специфіка віку, обмеженості індивідуального досвіду дитини. Діти часто не усвідомлюють, до яких саме наслідків можуть призвести їхні дії, вчинки і навіть слова. Вони не в змозі вчасно помітити ознак неблагополуччя в різних видах діяльності, міжособистісних взаєминах із однолітками та дорослими, у власній поведінці. Випереджаючи небажані події, передбачаючи їх можливий негативний розвиток, учитель початкових класів, соціальний педагог, психолог у рамках супроводу-попередження передбачає невірні кроки дитини і, тим самим, допомагає обрати адекватні рішення, з урахуванням поведінки та діяльності проблемної дитини. Супровід-попередження стає корисним, цінним за умови, якщо його зміст і форми ненав'язливі і делікатні, сучасні, психологічно та педагогічно грамотні, адресні, дозовані, а головне, якщо супровід-попередження у всіх випадках повною мірою виконує своє розвивальне і виховне призначення, працюючи на перспективу.

Аналіз психолого-педагогічної літератури дозволяє стверджувати, що на сьогоднішній день супровід – це особлива форма здійснення пролонгованої педагогічної, соціальної та психологічної допомоги. На відміну від корекції вона передбачає не «виправлення недоліків і перебудову», а пошук прихованих ресурсів розвитку дитини, опору на власні можливості і створення на цій основі психолого-педагогічних умов для відновлення зв'язків зі світом людей. У кожному конкретному випадку завдання супроводу визначаються особливостями особистості, яким надається психолого-педагогічна допомога, і тієї ситуації, в якій здійснюється супровід.

О. Сметаніна розглядає *артпедагогічний супровід розвитку дитини як супровід суб'єкт-суб'єктних стосунків: розвиток моральності і корекція норм (конструктивне відновлення духовно-моральних принципів буття)*.

Під артпедагогічним супроводом автор має на увазі комплексно-освітню технологію актуалізації внутрішніх ресурсів мотиваційної сфери творчого самовираження, що забезпечує успішний розвиток і саморозвиток особистості, розкриття її потенційних можливостей і надання психологічної допомоги і підтримки в подоланні виникаючих проблем у процесі конструктивної соціалізації особистості, що сприяє її духовно-моральному розвитку.

Дослідниця стверджує, що артпедагогічний супровід може виступати психолого-педагогічним супроводом духовно-морального розвитку особистості. В якості завдань артпедагогічного супроводу висувуються:

- попередження виникнення проблем розвитку дитини;
- допомога (сприяння) дитині в рішенні актуальних завдань розвитку, навчання, соціалізації: труднощі у навчанні, проблеми з вибором освітнього і професійного маршруту, порушення емоційно-вольової сфери, проблеми взаємовідносин з однолітками, вчителями, батьками;
- психологічне забезпечення програми особового самовдосконалення;
- розвиток психолого-педагогічної компетентності (психологічної культури) педагогів, батьків, учнів.

Варто зазначити, що артпедагогічний супровід виражається:

- по-перше, в забезпеченні психологічно комфортного самопочуття суб'єкта в процесі сприйняття і відтворення продуктів естетичної діяльності, що забезпечує умови здоров'язберігаючої освіти;
- по-друге, у вільному самовираженні суб'єкта в атмосфері безоціночного, емпатійного, емоційно-чуйного відношення оточення і в його готовності позиціонувати його ціннісні орієнтації;
- по-третє, в активізації конструктивної, безконфліктної взаємодії, стимулюючої узгодженість дій учасників процесу в породженні ціннісно-сміслових утворень, ідеалів, норм, що мають особове значення і утворюють згодом систему моральних орієнтацій, що є індикатором позитивної спрямованості і її подальшого духовно-морального розвитку.

Враховуючи вищевикладене, ми будемо розглядати артпедагогічний супровід молодших школярів як освітній феномен, що відкриває інноваційний шлях системного застосування різних видів мистецтва для поліпшення умов освіти молодших школярів у початковій школі.

6. Малювання – це творчий акт, що дозволяє клієнту відчувати і зрозуміти самого себе, виразити вільно свої думки і відчуття, звільнитися від конфліктів і сильних переживань, розвинути емпатію, бути самим собою, вільно виражати мрії і надії. Це не тільки відображення в свідомості клієнтів навколишньої соціальної дійсності, але і її моделювання, вираз відношення до неї.

Малювання розвиває тілесно-рухову координацію. Його переваги (в порівнянні з іншими видами діяльності) полягають у тому, що воно вимагає узгодженої участі багатьох психічних функцій. На думку фахівців, малювання бере участь в узгодженні міжкульової взаємодії, оскільки в процесі малювання координується конкретно-образне мислення, пов'язане в основному з роботою правої півкулі мозку, і абстрактно-логічне, за яке відповідає ліві півкулі.

Безпосередньо пов'язане з найважливішими функціями (зір, рухова координація, мова, мислення), малювання не просто сприяє розвитку кожної з цих функцій, але і зв'язує їх між собою. Малюючи, клієнт дає вихід своїм відчуттям, бажанням, мріям; перебудовує свої відносини в різних ситуаціях; безболісно стикається з деякими лякаючими, неприємними, травмуючими образами.

Таким чином, малювання виступає як спосіб збагнення своїх можливостей і навколишньої дійсності, як спосіб моделювання взаємин і виразу різного роду емоцій, у тому числі і негативних. Тому малювання широко використовують для зняття психічної напруги, стресових станів, при корекції неврозів, страхів.

Проективний малюнок може використовуватися як в індивідуальній формі, так і в груповій роботі. Основна задача проективного малюнка полягає у виявленні і усвідомленні проблем та переживань клієнтів, важких для вербалізації. Спрямовуючи тематику малюнків, можна добитися переключення уваги клієнта, концентрації його на конкретних значущих проблемах. Це особливо ефективно в дитячому віці при корекції страхів методом ізотерапії.

Проективне малювання розглядається деякими авторами як допоміжний метод в груповій роботі. Він дозволяє діагностувати і інтерпретувати проблеми в спілкуванні, емоційні проблеми тощо. Теми малюнків підбираються так, щоб надати учасникам можливість виразити графічно або малюнком свої відчуття і думки. Метод дозволяє працювати з відчуттями, які суб'єкт не усвідомлює з тих або інших причин. Теми, пропонувані для малювання, можуть бути найрізноманітнішими і торкатися як індивідуальних, так і групових проблем.

Звичайно тематика малювання охоплює:

Власне минуле і теперішнє («Моя найголовніша проблема в спілкуванні з дітьми»; «Життєві ситуації, в яких я відчуваю себе невпевнено»; «Я і діти»; «Мій звичайний день» тощо).

Майбутнє або абстрактні поняття («Ким я хочу бути»; «Три бажання»; «Самотність»; «Острів щастя»; «Кохання»; «Ненависть»; «Страх»; «Заздрість» тощо).

Відношення в групі («Що дала мені група, а я їй»; «Чого я чекав, а що одержав від життя в групі»; «Що мені не подобається або хто мені не подобається в групі» тощо).

У проективному малюванні використовуються такі методики (класифікація 3. Кратохвіла):

Вільне малювання (кожен малює, що хоче). Малюнки виконуються індивідуально, а обговорення відбувається в групі. Тема або задається, або вибирається членами групи самостійно. На малювання виділяється 30 хв., потім малюнки вивішуються, і починається обговорення. Спочатку про малюнок висловлюються члени групи, а потім автор. Обговорюються розбіжності в інтерпретації малюнка.

Комунікативне малювання. Група розбивається на пари, у кожній парі свій аркуш паперу, кожна пара спільно малює на певну тему, при цьому, як правило, вербальні контакти виключаються, вони спілкуються за допомогою образів, ліній, фарб. Після закінчення процесу малювання відбувається обговорення процесу малювання. При цьому обговорюються не художні достоїнства спільного твору, а ті думки, відчуття з приводу процесу малювання, які виникли у членів групи, і їх відношення один до одного в процесі малювання.

Сумісне малювання: декілька (або всі) учасників групи мовчки малюють на одному аркуші (наприклад, групу, її розвиток, настрій, атмосферу в групі тощо).

Після закінчення малювання обговорюється участь кожного члена групи, характер його внеску і особливості взаємодії з іншими учасниками в процесі малювання.

Додаткове малювання: малюнок посилається по колу: один починає малювати, інший продовжує, щось додаючи, тощо.

7. Символіка кольорів має свій діапазон – від позитивного до негативного. Як правило, позитивні аспекти кольору відповідають його природному втіленню (синій – вода, небо), негативні ж аспекти заковані у культурних образах (синя борода, синя панчоха).

Як зазначає Б. Базима, кольори – це об'єктивно втілені емоції. Тобто, кольори відкривають перед нами простір емоцій людини. Чому ж тоді одні й ті ж кольори у різних культурах у різний час символізували абсолютно протилежні події? Тому що емоційне ставлення до подій людського життя мінливе як у часі, так і в культурі.

Інтерпретація кольору повинна завжди враховувати два основні аспекти:

- психофізіологічний (об'єктивний вплив кольору на стан людини);
- психологічний (суб'єктивне переживання кольору клієнтом).

Психофізіологічний вплив кольорів на стан людини досить відомий. Наприклад, червоний активізує діяльність людини – підвищується тиск, пришвидшується ритм, дихання та пульс. За цими тілесними маркерами досить просто впізнати емоції (К. Ізард), викликають такі ж тілесні реакції (тут – збудження, активність, тривога, гнів тощо).

Психологічне переживання кольору клієнтом завжди неповторне, бо глибоко пов'язане з життєвою історією особистості, її досвідом переживань, із культурною та статевою ідентифікацією. Саме тому завжди важливо виявити цей пласт значень у розмові з людиною (що для вас означає цей колір).

Слід також уважно відстежувати поєднання кольорів. У різних варіаціях включаються різні аспекти діапазону значень кольору, так само як це відбувається з емоціями людини. Наприклад, радість може бути викликана перемогою (я зміг!)

у змаганні, а може бути наслідком переживання заздрості чи злості (у випадку програву суперника – він не зміг!).

Основні аспекти таких поєднань добре викладені у роботах М. Люшера.

Знову зазначимо, що пряма однозначна інтерпретація є суттєвим порушенням прав і свобод клієнта. Не слід і розповідати клієнтові все, що ви знаєте про даний колір. Основне завдання консультанта – дати можливість клієнту самому усвідомити зміст та роль своїх емоцій у власному житті.

Для практики роботи психолога важливо знати й розуміти основні значення кольору та його вплив на психофізіологічні показники.

У теорії кольорознавства виділяють три основні кольори (синій, жовтий, червоний). Змішуванням основних кольорів можна створити інші – додаткові (блакитний, фіолетовий, оранжевий). Білий містить у собі всі кольори – це порядок, первинне світло (у центрі), а чорний (поза фігурою) – це повна відсутність кольорів, поглинання кольору – відсутність світла, первинний хаос.

Розглянемо значення кольорової гами.

Червоний колір. Відбувається зростання ритму дихання та пульсу, підвищується тиск, збільшується швидкість реакції та мускульна сила, людина збуджується. Асоціюється з силою, любов'ю, збудженням, енергією, пристрастю, тривогою, насильством, кров'ю, нервовим напруженням та неспокоєм, гнівом. Пов'язується з апетитом, бажанням, теперішнім часом, чоловіками, активною екстраверсією. Червоний колір насамперед символізує безсвідоме, фізичне, фізіологічне. Приказки та усталені вирази: «дурень любить червоне»; «вулиця червоних ліхтарів», «почервоніти від гніву». Червоний колір застосовують при лікуванні різних запальних процесів, екзем, віспи тощо.

Оранжевий колір. Дія цього кольору схожа надію червоного кольору, однак тут відсутні аспекти агресії. Йому притаманна м'яка сила, він викликає радість і тепло, приємно збуджує. Вважається кольором здоров'я та творчості, внутрішньої рівноваги й гармонії, толерантності, мудрості. Оранжевий колір сприяє сексуальності, активізує залози внутрішньої секреції, налагоджує обмінні процеси, покращує кровообіг і травлення. Цей колір поєднує силу червоного та сонячне сяйво жовтого. Це колір буддистських монахів. Пов'язується з прагненням до переживань та самоствердження, з позалінійним часом. Також може свідчити про жагу до пригод та радісно-солодких вражень.

Жовтий колір. У найсприятливішому аспекті – чиста радість, золото. Також означає усвідомлення, свідомість, нестримність, променистість, свободу, рефлексивність, надію й сподівання на щастя. Виражає прагнення до нового й майбутнього. Підвищує самооцінку. В лікуванні жовтий колір допомагає очищати та тонізувати організм, контролювати вагу. Приказки та усталені вирази: «жовта преса», «жовтий дім», «жовтий квиток». Асоціюється також із ревностями, зрадою, скупістю та недовірою, психічними розладами. Вливає на людину ще м'якше, ніж оранжевий колір. Викликає веселе збудження й цікавість до світу, сприяє ясному й гострому зоровому сприйманню.

Зелений колір заспокоює, допомагає розсіювати негативні емоції, приймати рішення та засинати. Нормалізує тиск, пульс, покращує інтелектуальну працездатність, концентрацію уваги. Асоціюється з життєвою силою, юністю, процвітаням, спокоєм, надією, розвитком духу, чоловіками, багатством. Любов

до всього світу – його позитивний аспект. Священний колір ісламу. Також означає зупинку в розвитку, незрілість, обмеженість, нудьгу.

Синій колір. Протилежний червоному кольорові за впливом на людину. Усі процеси (тиск, ритм дихання, пульс) уповільнює, знижує працездатність. Асоціюється з вірністю, повним спокоєм, традиційністю, почуттям спільності, загадковістю, мрійливістю, фанатизмом, сумом, глибокою серйозністю. Це колір самозаглиблення, він усе присвячує лише собі, ніби затуляє глядача у внутрішній світ. Приказки та усталені вирази: «синя борода», «синя панчоха», «синя птаха».

Фіолетовий колір з'являється завдяки поєднанню синього й червоного, тому часто є символом мрій та фантазій. Переживається як колір внутрішньої концентрації, притаманної і вагітним жінкам, і поетам. Асоціюється зі смиренням, містичними знаннями, духовним зростанням, жертівністю, прагненням повної свободи. Вплив на людину подвійний: дихання й пульс уповільнюються, проте зростає працездатність серця й кровоносних судин.

Білий колір. Це колір повної свободи й довершеності, рівності й відсутності обмежень. Асоціюється з натхненням, вірою, миром, злагодою, справедливістю, істиною, порятунком, чистотою, цнотливістю, цілісністю, богоподібністю, спокоєм.

Чорний колір. Протилежний білому, вбирає в себе усі кольори. Пов'язується з загадковістю, таємничістю, страхом, працелюбністю, асоціальністю, негативізмом, ірраціоналізмом, трауром. Приказки та усталені вирази: «чорна робота», «чорний ринок», «чорний гумор».

Лекція 3.

АРТПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА

1. Зміст поняття «педагогічний супровід» молодшого школяра.
2. Підготовка вчителя початкових класів до артпедагогічного супроводу.
3. Артпедагогічний супровід дітей з особливими освітніми потребами за допомогою методів арттерапії та артпедагогіки.

Література

1. Бойко А. Використання арт-педагогічних технологій як засобу творчого самовираження молодших школярів у позашкільних навчальних закладах. *Наукові записки*. Серія «Психолого-педагогічні науки» (Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя) / за заг. ред. проф. Є. Коваленко. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2014. № 5. С. 68-73.
2. Вознесенська О. Арт-терапія в Україні: стан та перспективи розвитку. *Львівсько-Ряшівські наукові зошити: Культура – Мистецтво – Освіта – Терапія в міждисциплінарній перспективі*. Вип. 2. 2014. Wydawnictwo uniwersytetu rzeszowskiego. Р. 93-103.
3. Деркач О. Виховний потенціал арт-педагогіки як об'єкт науково-педагогічної рефлексії. *Простір арт-терапії: Мистецтво життя: Матеріали XII Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції*. (м. Київ, 27-28 лютого 2015) / За наук. Ред. А. Чуприкова, (м. Київ, 27-28 лютого 2015 р.) / За наук. Ред. А. Чуприкова, А. Найдьонової, А. Бреусенко-Кузнєцова, О. Вознесенської, О. Скар. Київ: Золоті ворота, 2015. С. 18-25.
4. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арттерапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів: ЛьвДУВС, 2020. 232 с.
5. Кондрицька О. Формування у студентів педагогічних університетів цінностей особистісно орієнтованої моделі виховання засобами арт-педагогіки: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: 13.00.07 «Теорія і методика виховання». Київ, 2009. 24 с.
6. Мірошніченко Т. Запровадження арт-терапії в освітньо-виховний простір початкової школи: історико-методичний аспект. *Педагогічні науки*. 2012. Вип. 3. С. 26-30.
7. Сорока О. Арт-терапія як фактор збагачення творчості вчителя початкової школи. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка*. 2012. Вип. 64. С. 145-151.
8. Сорока О. Підготовка майбутніх учителів початкової школи до використання арт-терапевтичних технологій: теоретико-методичні основи. Тернопіль: Астон, 2015. 350 с.
9. Хлебнік С. Арт-педагогіка в підготовці соціального гувернера до соціалізації дітей з вадами розвитку. *Вісник Запорізького національного університету*. № 1 (14). 2011. С. 104-107. (Серія «Педагогічні науки»).
10. Федій О. Підготовка педагогів до використання засобів естетотерапії: теорія і практика: монографія. Полтава: ПНПУ, 2009. 404 с.

1. Для визначення суті поняття «артпедагогічний супровід», спробуємо розкрити зміст поняття «супровід». Так, у словнику В. Даля супровід трактується як дія за дієсловом «супроводжувати», тобто «проводжати, супроводжувати, йти разом з метою провести, слідувати».

Якщо звернутися до загальноприйнятого розуміння слова супровід, то воно означає зустріч двох людей і їх спільне проходження загального відрізка шляху, а супроводжувати значить проходити з кимось частину його шляху.

У ситуації супроводу виділяють три основні компоненти: – той, кого супроводжують; той, хто супроводжує; і шлях, який вони проходять разом. Мова

йде про спільне буття людей у певний часовий період людського життя. Супроводжуючий постає як людина, яка захищає та допомагає.

Поняття «супровід» Ю. Слюсарев вживав для позначення недирективної форми надання психологічної допомоги, спрямованої «не просто на підсилення або вдосконалення, а на розвиток і саморозвиток самосвідомості особистості», допомоги, яка запускає механізми саморозвитку і активізує власні ресурси людини.

Аналізуючи систему психологічного супроводу молодшого школяра, Ю.Федорова зазначала, що шкільний психолог повинен вибудувати «супровід» таким чином, аби він був спрямований більшою мірою на профілактику, на розвиток позитивного вже з самого початку. Але авторка підкреслює, що без уявлення цілісної картини особистісних новоутворень, розуміння закономірностей їх виникнення неможливо створити достатні і необхідні умови розвитку.

Відповідно до спрямованості роботи психолого-педагогічний супровід включає в себе різні підходи:

1) Супровід-співробітництво, який передбачає спільне планування дорослого і дитини, аналіз, співтворчість, рефлексію, вимагає дій, необхідних для наступного самостійного подолання виникаючих проблем, тобто прояву особистої відповідальності, творчості, власних унікальних якостей дитини.

2) Супровід-ініціювання, відомий з часів Сократа, суть якого сформулювала М. Монтесорі: «Допоможи мені це зробити самому, нічого не роблячи за мене, спрямуй у потрібне річище, підштовхни до рішення, а все інше я зроблю сам». Організуючи супровід-ініціювання, вчитель початкових класів, соціальний педагог, психолог створює дитині необхідні умови для вільного, індивідуального, самостійного вибору шляху та засобів вирішення навчальних, виховних і розвивальних завдань і, тим самим, сприяє розкриттю у дитини загально визнаних моральних істин і цінностей. Діти реалізують свій особистісний творчий потенціал і водночас збагачують, розвивають, при цьому зберігаючи його індивідуальну своєрідність.

3) Супровід-попередження, коли особливого значення набуває специфіка віку, обмеженості індивідуального досвіду дитини. Діти часто не усвідомлюють, до яких саме наслідків можуть призвести їхні дії, вчинки і навіть слова. Вони не в змозі вчасно помітити ознак неблагополуччя в різних видах діяльності, міжособистісних взаєминах із однолітками та дорослими, у власній поведінці. Випереджаючи небажані події, передбачаючи їх можливий негативний розвиток, учитель початкових класів, соціальний педагог, психолог у рамках супроводу-попередження передбачає невірні кроки дитини і, тим самим, допомагає обрати адекватні рішення, з урахуванням поведінки та діяльності проблемної дитини. Супровід-попередження стає корисним, цінним за умови, якщо його зміст і форми ненав'язливі і делікатні, сучасні, психологічно та педагогічно грамотні, адресні, дозовані, а головне, якщо супровід-попередження у всіх випадках повною мірою виконує своє розвивальне і виховне призначення, працюючи на перспективу.

Аналіз психолого-педагогічної літератури дозволяє стверджувати, що на сьогоденнішній день супровід – це особлива форма здійснення пролонгованої

педагогічної, соціальної та психологічної допомоги. На відміну від корекції вона передбачає не «виправлення недоліків і перебудову», а пошук прихованих ресурсів розвитку дитини, опору на власні можливості і створення на цій основі психолого-педагогічних умов для відновлення зв'язків зі світом людей. У кожному конкретному випадку завдання супроводу визначаються особливостями особистості, яким надається психолого-педагогічна допомога, і тієї ситуації, в якій здійснюється супровід.

О.Сметаніна розглядає артпедагогічний супровід розвитку дитини як супровід суб'єкт-суб'єктних стосунків: розвиток моральності і корекція норм (конструктивне відновлення духовно-моральних принципів буття).

Під артпедагогічним супроводом автор має на увазі комплексно-освітню технологію актуалізації внутрішніх ресурсів мотиваційної сфери творчого самовираження, що забезпечує успішний розвиток і саморозвиток особистості, розкриття її потенційних можливостей і надання психологічної допомоги і підтримки в подоланні виникаючих проблем у процесі конструктивної соціалізації особистості, що сприяє її духовно-моральному розвитку.

Дослідниця стверджує, що артпедагогічний супровід може виступати психолого-педагогічним супроводом духовно-морального розвитку особистості.

В якості завдань *артпедагогічного супроводу* висуваються:

- попередження виникнення проблем розвитку дитини;
- допомога (сприяння) дитині в рішенні актуальних завдань розвитку, навчання, соціалізації: труднощі у навчанні, проблеми з вибором освітнього і професійного маршруту, порушення емоційно-вольової сфери, проблеми взаємовідносин з однолітками, вчителями, батьками;
- психологічне забезпечення програми особового самовдосконалення;
- розвиток психолого-педагогічної компетентності (психологічної культури) педагогів, батьків, учнів.

Варто зазначити, що артпедагогічний супровід виражається:

- по-перше, в забезпеченні психологічно комфортного самопочуття суб'єкта в процесі сприйняття і відтворення продуктів естетичної діяльності, що забезпечує умови здоров'язберігаючої освіти;
- по-друге, у вільному самовираженні суб'єкта в атмосфері безоціночного, емпатійного, емоційно-чуйного відношення оточення і в його готовності позиціонувати його ціннісні орієнтації;
- по-третє, в активізації конструктивної, безконфліктної взаємодії, стимулюючої узгодженість дій учасників процесу в породженні ціннісно-сміслових утворень, ідеалів, норм, що мають особове значення і утворюють згодом систему моральних орієнтацій, що є індикатором позитивної спрямованості і її подальшого духовно-морального розвитку.

Враховуючи вищевикладене, ми будемо розглядати артпедагогічний супровід молодших школярів як освітній феномен, що відкриває інноваційний шлях системного застосування різних видів мистецтва для поліпшення умов навчання, виховання і розвитку молодших школярів у початковій школі.

На нашу думку, функціональне призначення артпедагогічного супроводу пов'язане із забезпеченням гуманітаризації і оптимізації індивідуально-особового розвитку молодших школярів на основі системного введення в

освітній процес початкової школи засобів різних видів мистецтва (малюнка, казки, гри, музики тощо)

2. Сучасні дослідники сходяться на думці, що артпедагогічні технології виникли на перетині педагогіки, мистецтва та арттерапії, дають змогу здійснити інтегративний вплив на особистість різноманітних видів мистецтва та художньо-ігрової, творчої активності; сприяють актуалізації внутрішніх ресурсів, спрямовані на розвиток ціннісної сфери особистості. Їх вплив на духовно-моральний розвиток відбувається шляхом творчого самовираження за допомогою мистецьких засобів і прийомів впливу на свідомість особистості.

Артпедагогічні технології активно використовують досягнення бібліотерапії, драмотерапії, фототерапії, музикотерапії, кольоротерапії тощо. Актуальною проблемою, яку намагаються вирішувати педагоги, є відчуття учнями з особливими освітніми потребами своєї неуспішності в навчанні, яка призводить до вироблення негативного ставлення до навчання, демонстративної, агресивної або маніпулятивної поведінки, лінощів, боязні відповідати, небажання йти до школи. Ця проблема виникає, якщо дитина не отримує необхідної корекційної підтримки, не враховуються результати діагностичних досліджень і рекомендації ІРЦ під час планування навчальної та виховної роботи, здійснення адаптацій і модифікацій, не застосовуються сучасні педагогічні технології.

Особливістю артпедагогіки є те, що вона оперує засобами мистецтва та художньо-творчої діяльності. Вона не підміняє собою художню освіту і виховання, а доповнює їх і надає процесу розвитку, навчання і виховання нову специфічну спрямованість. Артпедагогіка має на увазі використання в освітньому процесі образотворчих засобів мистецтва, спільну художню творчість педагога і учня, «вплетене» у найрізноманітніші види навчальної та позанавчальної діяльності.

Сучасна артпедагогіка реалізує себе в двох сферах людської діяльності: в науці і в практиці. У якості концептуальних ідей артпедагогіки виділяють такі: ідея гуманізації, ідея креативності, інтегративності та ідея рефлексивності.

Гуманізація – стрижень нового педагогічного мислення, основна установка якого – сходження до особистості, до людини як вищої цінності. Ідея гуманізму – основоположна для арт-педагогіки, вона перетворюється в принцип діяльності артпедагога, якщо реалізується по відношенню до кожної дитини незалежно від художніх, інтелектуальних та інших здібностей дитини. Віра в індивідуальність дитини передбачає велику роботу вчителя над самим собою, над своїм ставленням до дітей, які не викликають симпатії педагога. Пріоритет віддається виховним цілям над цілями навчання: насичення процесу навчання вічними проблемами добра і зла, любові і мудрості, краси і гармонії та ін.

Креативність включає в себе чотири аспекти: креативне середовище, креативна особистість, креативний продукт, креативний процес. Особистість стає креативною, створюючи в процесі творчої діяльності продукт лише в умовах вільного креативного середовища. Творча здатність не може виникнути в результаті примусу. Тому перед артпедагогом постає питання, як створити умови, що стимулюють творчість.

Спонтанність, тобто мистецтво, яке використовує вчитель, не дає конкретних рішень, але розширює простір уяви дитини, вчить його слухати і довіряти власним відчуттям.

Ідея рефлексивності – це готовність і здатність людини творчо осмислювати і переборювати проблемно-конфліктні ситуації; вміння знаходити нові смисли і цінності, адаптуватися в незвичних міжособистісних системах відносин, ставити і вирішувати неординарні практичні завдання. В якості основного показника рефлексивної культури особистості розглядається її здатність працювати в умовах невизначеності, що свідчить про взаємозв'язок рефлексії та творчості особистості, про значення рефлексії у формуванні мотивації школярів до саморозвитку.

Ідея інтегративності закладена в самій сутності артпедагогіки. Насамперед це інтеграція мистецтва, педагогіки, психології та інших галузей людинознавства. Гармонійне поєднання всіх видів і форм організації різноманітної художньої діяльності спрямоване на збагачення морально-естетичного вигляду учня. Крім того мова йде про поєднання трьох модальностей (зорових, слухових і кінестетичних відчуттів) у становленні досвіду дитини. У кожного домінує своя модальність. Щоб досягти порозуміння на несвідомому рівні, необхідно давати матеріал у трьох модальностях одночасно.

Отже, артпедагогічний супровід – гнучка система дій по інтеграції артпедагогічної діяльності в освітній процес з метою його успішної реалізації та створення сприятливих умов для становлення особистості.

Можливість введення в освітній процес ЗВО артпедагогічного супроводу професійної підготовки майбутнього вчителя визначається такими умовами:

- готовністю викладача до здійснення артпедагогічного супроводу, що виявляється в наявності у нього гуманітарної професійно-педагогічної позиції і стійкої мотивації на використання можливостей мистецтва у професійній діяльності, теоретичних знань про закономірності і механізми дії мистецтва в освітньому процесі, про принципи артпедагогічної діяльності, модельного уявлення про логіку розвитку артпедагогічного процесу і окремого артпедагогічного заняття;

- педагогічною доцільністю введення засобів мистецтва в освітній процес, обґрунтованою в ході аналізу вимог державних стандартів дисципліни;

- створенням і підтримкою в освітньому просторі ЗВО артпедагогічного середовища, що передбачає насичення освітнього простору джерелами художніх образів і вражень, дотримання принципів артпедагогічної діяльності, матеріально-технічне оснащення;

- відсутністю у студентів непереборних внутрішніх бар'єрів для включення в ситуацію артпедагогічної взаємодії;

- наявністю в розпорядженні викладача і здобувачів предметного навчально-методичного комплексу, що забезпечує системність, безперервність, варіативність і гнучкість артпедагогічного супроводу.

3. Арттерапевтичні технології адекватні у використанні для розв'язання проблем комунікативної компетентності дітей з ООП, розвитку внутрішньосімейної взаємодії, психічної і гендерної ідентичності членів сім'ї,

підвищення самооцінки, активності, впевненості в поведінці. Художня творчість допомагає краще ідентифікувати й оцінювати свої почуття, спогади, образи майбутнього, знайти спосіб спілкування із собою.

Арттерапія та артпедагогіка відповідає фундаментальній потребі в самоактуалізації – розкритті широкого спектру можливостей людини і ствердженню ним свого індивідуально-неповторного способу буття в світі.

На сучасному етапі арттерапія – це самостійний напрям у профілактичній, лікувальній, корекційній та педагогічній роботі, який використовується для допомоги дітям із проблемами у розвитку.

Метод арттерапії є одним із ефективних шляхів психологічної та педагогічної підтримки дітей з ООП. Це один із природних і гуманних методів психотерапевтичного впливу на людину. Терапія мистецтвом сьогодні дійсно широко використовується у роботі спеціальних медично-психологічних, соціальних центрів, у спеціальних корекційних дошкільних та шкільних закладах. Таке широке використання арттерапії мистецтвом у різних типах закладів обґрунтовано властивими їй функціями, а саме: діагностичною, корекційною, розвиваючою, навчальною, реабілітаційною, психотерапевтичною, соціальною та іншими. Крім того, мистецтво своєю образністю активно впливає на свідомість, почуття, волю, грає істотну роль у формуванні культури людини включає в себе художньо-естетичні, гуманістичні, пізнавальні, моральні цінності, впливає на духовно-моральне становлення особистості.

Музика, театр, танок, живопис, екранні мистецтва сприяють самовираженню само експертними засобами рухів, звуків, письма. Особливо велике значення має мистецтво і художня творчість у житті дитини з функціональними обмеженнями, зокрема з порушеннями опорно-рухового апарату й ДЦП. Про це свідчать численні приклади малювання ротом, гри на фортепіано пальцями ніг, вишивання зубами тощо.

Конкурси і фестивалі художньої творчості для дітей з ООП демонструють їхній великий потяг до мистецтва, бажання поділитися результатами своєї праці, відчувати, що вони спроможні щось зробити самостійно.

Творча діяльність стимулює бажання дітей з особливими потребами спілкуватися, розширювати міжособистісні стосунки. Це один із способів пом'якшити стан відмежованості від інших і запевнити себе в приналежності себе не тільки до певної соціальної групи, а й суспільства в цілому.

Відомо, що деструктивні стани з'являються як наслідок незадоволення позитивних потреб або їх викривлення, особливо це спостерігається коли дитина з особливими потребами втрачає внутрішню енергію для саморозвитку. Посилюється дискомфорт, що призводить до негативних почуттів і емоцій, а також неконструктивних механізмів психологічного захисту.

В арттерапії та артпедагогіці дітям пропонуються різноманітні заняття образотворчого і художньо-прикладного характеру (малюнок, графіка, живопис, скульптура, дизайн, дрібна пластика, різьблення, випалювання, чеканка, гобелен, мозаїка, фреска, вітраж, всілякі вироби з хутра, шкіри, тканин і ін.), які спрямовані на активізацію спілкування з психотерапевтом або в групі в цілому для більш чіткого, тонкого вираження своїх переживань, проблем, внутрішніх суперечностей, з одного боку, а так само творчого самовираження – з іншою. У

даний час в арттерапію включаються і такі форми творчості, як відео-арт, інсталяція, перформанс, комп'ютерна творчість, де візуальний канал комунікації відіграє важливу роль. Дієвим засобом психокорекції виступає казкотерапія. Через казку перед дитиною розкриваються глибини її власного внутрішнього світу, відбувається знайомство з основними психологічними поняттями, розвивається її індивідуальність. З огляду на це вважаємо за доцільне використання казкотерапії у психокорекційній роботі з дітьми, які мають мовленнєві порушення.

Сьогодні все більше звертається увага на роль екранного мистецтва (кіно, відео, телебачення) у формуванні емоційної сфери людини, її емоційно-естетичного ставлення до навколишньої дійсності і до самої себе, до культури відчуттів і сприймання. Структура екранної реальності, крім свого прямого призначення, активізує досвід спілкування між людьми і спілкування з іншими видами мистецтва – літературою, музикою, фотографією, театром. У наш час глобальної інформатизації та технологічного прогресу суспільства проблема соціалізації людей з особливими потребами не дарма постає надзвичайно гостро. Адже річ не лише в тому, що дитині необхідне відчуття комфорту у соціальному середовищі, вона також повинна віднайти своє місце в ньому, з тим, щоб мати можливість повністю розкрити власні можливості, а також бути корисною іншим. Враховуючи той факт, що пізнання світу людиною відбувається саме через органи її чуття, важко переоцінити важливу роль нормального функціонування останніх.

У практичній діяльності асистента педагога як один із методів підвищення соціальної активності, розвитку комунікативних здібностей особистості є *музикотерапія*. Крім того, це метод корекції функціональних рухових, психогенних або соціальних відхилень, оскільки з допомогою специфічних форм впливає на осіб із соціальними, психічними та соматичними відхиленнями; є джерелом активізуючої творчості та соціальної стимуляції, що позитивно впливає на емоційну і вольову сферу людини. Кожний із елементів музикотерапії, яку б форму вираження він не мав (інструментальну, вокальну, мовленнєву, рухову чи образотворчу) вступає в специфічний зв'язок з індивідом.

Вплив музики на, думку практиків, полягає у тому, що вона підсилює емоційне сприймання і створює особливе ставлення до певних моментів і ситуацій у житті дитини. Душевні імпульси та спонукання, що з'являються при цьому, впливають на її характер. Музика стимулює нервові центри. Від тональності та сили звуків залежить серцевий ритм і робота органів дихання, а також живлення тканин організму. Методи музикотерапії поділяють на такі, що спрямовані на емоційну активізацію, тренінгові, релаксуючі та комунікативні.

Отже, музикотерапія дозволяє дітям з особливими потребами розслабитись, поринути у власний світ, сконцентруватися на вирішенні певної проблеми. Також музика знімає стрес, який дитина переживає в даний момент часу.

Отже, внаслідок арттерапевтичної роботи створюються додаткові можливості для внутрішньоособистісної комунікації, перехід членів групи на глибші рівні взаємодії з виявом внутрішніх (зокрема неусвідомлюваних) механізмів організації поведінки, відбувається звільнення від упроваджених

домінуючою культурою і ідеологією партнерів поведінки й засвоєння тих ролей, що більше відповідають їхній глибинній природі, потребам і напрямкам розвитку.

Лялькотерапія – це розділ арттерапії, яка використовує як основний прийом корекційного впливу ляльки, яка є проміжним об'єктом у взаємодії дитини і дорослого.

Метою лялькотерапії є допомогти дитині ліквідувати хворобливі переживання, укріпити психічне здоров'я, покращити соціальну адаптацію, розвинути самосвідомість, вирішити конфлікти в умовах колективної творчої діяльності.

Світ дитини – це світ дії і діяльності, а за допомогою лялько-терапії з'являється можливість увійти в цей світ. Слід зазначити, що правильний підбір іграшок та ляльок має велике значення: це можуть бути звичайні ляльки, іграшки або лялькові будинки, які можуть зображувати членів сім'ї дитини, які надають можливість дітям безпосередньо виражати свої почуття. Коли діти розігрують сцени з ляльками, то є можливість спостерігати відношення між членами сім'ї: суперництво чи суперечки між братами або сестрами, піклування членів родини одне про одного та інше. Ляльки, які дитина може надіти на руку у корекційній роботі використовуються для того, щоб дитина могла виражати свої емоції, для опису і виразу яких у неї немає потрібних слів.

Цікавим і корисним є такий вид арттерапевтичної роботи як робота з побутовими напівфункціональними предметами, які не мають строго фіксованої функції (листи паперу, шматочки дерева, палки, мотузки та інше. Будь-який побутовий предмет, який у руках дитини виходить за межі свого утилітарного призначення та проявляє несподівані якості, котрі викликають у дитини художньо-естетичні асоціації. А процес «оживлення» різноманітних побутових предметів надає можливість дітям переносити свої проблеми, шкідливі звички на цей предметиобраз. Це також сприяє послабленню переживань, відбувається погашення негативних емоцій, які дитина відчула, тобто відбувається вербалізація внутрішньої проблеми дитини.

Виконання таких завдань надає можливість дітям діяти за таку ляльку, говорити від її імені, наділяти її чисто людськими якостями, не залежно від того, наскільки вона зовнішнє нагадує людину. У дітей є особлива якість ідентифікації з іншими людьми або предметами чи явищами оточуючої дійсності.

Оволодіння цією якістю здійснюється «через розвиток здібності приписувати свої особливості й нахили іншим, при цьому і переживати їх як свої». Розвиток здібності до ідентифікації дозволяє дитині глибше зрозуміти не тільки інших, а і усвідомити себе, своє внутрішнє «Я». Особливою формою ідентифікації є антропоморфізм, коли якості живих істот приписуються неживій матерії. Цей спосіб пізнання себе і оточуючого світу особливо притаманні дітям.

Для дитини має значення те, що вона відчула, пережила, усвідомила у дії. А дії з предметами, які «ожили», дозволяють розвивати уміння вставати на точку зору іншого. Така робота з побутовими предметами надає великі можливості для розвитку багатьох здібностей дитини: фантазії, кмітливості, спостережливості, асоціативного мислення, ритмічності, пластичності, спритності, лаконізму.

Лялькотерапія використовує також елементи музики, танцю, образотворчого мистецтва. Дітям надається можливість намалювати свою ляльку-образ, одягнути її на своєму малюнку так, як цього хоче дитина. Це зближує дитину з лялькою. За допомогою театральної ляльки у дітей з певними проблемами у розвитку формується соціальна стійкість.

Ляльки також використовуються і у логопедичній роботі. Постановка правильного вимовляння звуків припускає відпрацювання відповідних партикулярних позицій за допомогою показу та пояснення. Слід підкреслити, що діти мають схильність до наслідування, наочних форм мислення, до гри. Тому дуже ефективним є використання ляльок у процесі корекції артикуляційних розладів і розвитку дрібної моторики рук.

Слід зазначити, що арттерапія і такий її напрям як лялькотерапія, використовує наукові і прикладні результати досліджень у освітніх, виховних, корекційних і терапевтичних цілях розвитку дітей, які мають проблеми розвитку, що дозволяє більш успішно вирішувати питання, пов'язані з їх адаптацією таких дітей у оточуюче середовище.

Арттерапія і артпедагогіка є ефективними методами оздоровлення, гармонізації розвитку особистості з ООП та впливають на її інтеграцію в суспільство, потребують посиленого використання й дослідження.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2.

ПРАКТИЧНІ АСПЕКТИ ЗАСТОСУВАННЯ АРТПЕДАГОГІКИ В СУЧАСНОМУ ПРОСТОРІ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ



ЯКОВИШИН

Лекція 1

ЗАСТОСУВАННЯ АРТПЕДАГОГІЧНИХ ТЕХНІК У РОБОТІ З ДІТЬМИ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ У ВОЄННИЙ ТА ПОВОЄННИЙ ЧАС

1. Гостра травма.
2. Особливості роботи, спрямованої на подолання дітьми наслідків травмівних подій.
3. Етапи артпедагогічної роботи з дітьми, які пережили травмівні події.
4. Особливості взаємодії з дитиною в артпедагогіці.
5. Зворотній зв'язок стосовно творчої продукції дитини.
6. Матеріали для дитячої творчості.

Література:

1. Арттерапія дітей у часи війни: методичний посібник. За загальною редакцією Олени Вознесенської, Олени Луценко, Марії Перун. Київ, 2023.
2. Вознесенська О., Сидоркіна М. Арт-терапія у подоланні психічної травми: Практичний посібник. Київ: Золоті ворота, 2016. 198 с.
3. Вознесенська О. Арт-терапія як засіб психосоціального відновлення особистості. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки*: [Зб. наук. праць] / Київський національний університет імені Тараса Шевченка, 2015. Київ: КНУ імені Тараса Шевченка. № 3 (29). С. 40-47.
4. Вознесенська О., Сидоркіна М. Екологія обговорення з дітьми їх творчості. *Простір арттерапії*: [Зб. наук. праць] / УМО, 2014, ВГО «Арт-терапевтична асоціація», 2014; [Редкол.: Лушин П., Чуприков А. та ін.]. Київ: Золоті ворота, 2014. Вип. 1 (15); Вип. 2 (16). С. 170-180.
5. Вознесенська О. Можливості арт-терапії в подоланні психічної травми. *Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій*: [зб. статей] / Ін-т соціальної та політичної; Представництво Польської академії наук у м. Києві; Соціально-психологічний методичний реабілітаційний центр. Київ: Міленіум, 2015. С. 98-110.
6. Вознесенська О. Ресурси арт-терапії на допомогу вимушеним переселенцям. Практичний посібник. Київ: Human Rights Foundation, 2015. 50 с.
7. Вознесенська О., Сидоркіна М. Творча взаємодія з дитиною: Методичні рекомендації. Київ: Міленіум, 2009. 66 с.
8. Енциклопедичний словник з арт-терапії / О. Вознесенська, О.Скнар, О.Бреусенко-Кузнєцов, О.Деркач, Л. Мова та ін.; [за заг. наук. ред. О.Вознесенської, О.Скнар]. Київ: Видавець ФОП Назаренко Т. В., 2017. 312 с.

1. Важливою передумовою допомоги психічно травмованим дітям є усунення актуальних травмівних обставин, що не завжди можливо забезпечити в країні, яка веде війну, відстоюючи свою незалежність.

Тому *першим кроком* у роботі з травмою є стабілізація емоційного стану дитини чи дорослого. Це досягається через надання та пошук ресурсів і роботу з ритмами. Неможливо подолати психічну травму без накопичення ресурсів. Лише після відновлення ресурсів можна переходити до роботи з травмою. Ресурність артпедагогіки робить її потужним методом у роботі з травмою. Це перша і одна з найважливіших її властивостей. Артпедагогіка завжди надає ресурс, тому що

апелює до творчого компонента психіки, відбувається пошук можливостей самозцілення, залучення внутрішніх ресурсів людини.

Досвід переживання ресурсних станів має кожна людина, і цей досвід зберігається як зміст її пам'яті на рівні тіла. Завдання артпедагога – пробудити ресурсні переживання та використати їх в роботі з травмою. Під час терапії задіюються ресурси минулого досвіду і нові як результат процесу саморегуляції через відчуття та усвідомлення тіла. Ресурсні переживання і процеси саморегуляції пов'язані: ресурси пробуджують цілющі можливості саморегуляції, в ході якої народжуються глибокі ресурсні переживання.

Саме тому на першому етапі роботи з травмованою дитиною необхідно навчання її технікам заземлення для попередження ретравматизації, саморегуляції психоемоційного та психофізіологічного стану. Досвід використання артпедагогіки доводить її дієвість як методу відновлення особистісного ресурсу: арттерапія як засіб зцілення особистості дає широкі можливості створювати нові моделі та стратегії життя, будувати нові життєві смисли через створення власних творчих продуктів.

На початковому етапі роботи з травмованою дитиною важливим є створення «ресурсного місця», до якого вона може звернутися в будь-який момент, уявити себе там, побути там стільки, скільки необхідно задля того, аби знову відчувати себе захищеною та бути готовою продовжувати опрацювання болісних почуттів. І під час подальшої роботи з опрацювання травми варто нагадувати дитині про те, що вона може звернутися до власного ресурсного місця. Часто діти роблять це самостійно (без нагадування, завдяки дії захисних механізмів), інтуїтивно піклуючись про себе без додаткового нагадування.

Ритми також не менш важливі для стабілізації емоційного стану дитини. Тут в поміч можуть бути як ритми природи – розклад дня, зміна пір року, так і ритми, створені артпедагогом для допомоги в опануванні емоцій дитиною: регулярність зустрічей, повторювальна структура арттерапевтичних сесій, малювання фрактальних візерунків (наприклад, мандал-розмальовок), ритмічні «руханки» для заземлення, центрування, контейнерування тощо. Взаємодія з деякими матеріалами для творчості сприяє опануванню дитиною своїх емоцій – глина, тверді, графічні матеріали.

Але в будь-якому разі не треба пропонувати дитині «намалювати війну» чи травматичний досвід, що може призвести до ретравматизації. Якщо дитина відчує себе готовою до проживання та трансформації цього досвіду, вона сама звернеться до цієї теми.

Другою важливою умовою успішності арттерапії є доступність для дитини стосунків із дорослими, які здатні надавати дитині емоційну підтримку та схильні до здорового типу прив'язаності.

2. Загальними особливостями артпедагогіки, спрямованої на зцілення від травми, є:

- заохочення висловлення почуттів, пов'язаних із травмою;
- корекція негативних настанов стосовно себе та інших;
- нормалізація та зменшення стигматизації та ізоляції;

- розвиток стратегій подолання емоційних та фізіологічних реакцій, які виникли внаслідок травмивної події та викликають дискомфорт.

Травмована дитина може втратити емоційний зв'язок із дорослими, яких вони сприймає як зрадників, які не вберегли її від того, що сталося. Дитина може потребувати особливої уваги фахівців щодо подолання своїх страхів і відчуття контролю над почуттями, а також отримання можливості «замінити страх і смуток на щасливі спогади». Здатність дитини долати переживання, пов'язані з травмою, залежить від якості прив'язаності дитини до батьків.

В артпедагогіці дітям, які пережили травму, важливо:

- відчувати, що вони не самі у своєму страху і горі;
- мати можливість чути історії та бачити реакції однолітків, які були також травмовані внаслідок травмивних подій;
- мати можливість висловити свої почуття природним для них чином. Дітям не завжди вдається точно висловити свої думки та почуття вербально. За допомогою образотворчої діяльності їм зробити це простіше;
- знати, що їхня реакція на те, що відбувається, є абсолютно відповідним наслідком того, через що вони пройшли.

Артпедагогіка в роботі з травмованими дітьми має певні *переваги* перед багатьма іншими методами допомоги особистості, адже:

- створює можливості для вираження дітьми їхніх почуттів, переживань, думок і спогадів, які не можна висловити у вербальний спосіб;
- допомагає дітям розібратися в їх власному досвіді, виразити горе і переживання, пов'язані з втратами;
- дозволяє висловити багатомірні аспекти травмивної події;
- сприяє зосередженню на позитивному в страшній реальності та дає можливості не відігравати травмивну подію знову і знову;
- допомагає зрозуміти, що вони є ті, «хто вижив», а не жертви;
- творчий процес надає можливість брати участь у процесі свого власного зцілення, тобто повертає активність та «контроль» над власним життям;
- сприяє розвитку самостійності і здатності вирішувати проблеми;
- може стати довгостроковим копінг-ресурсом для дитини;
- творча діяльність допомагає долати мовленнєві бар'єри.

Навіть дуже складні та болісні почуття, пов'язані з травмою, можуть бути висловлені за допомогою творчої експресії без шкоди собі та оточуючим – руху, танцю, малюнка тощо. Різні способи використання образотворчих матеріалів дають можливість досягати седативного ефекту і зняти емоційну напругу, відреагувати травмивний досвід і досягти над ним контролю.

Важливу роль у зціленні має також можливість фізичного контакту з образотворчими матеріалами, що сприяє «оживленню» сфери фізичних відчуттів, нормальний розвиток та контакт із якою може бути порушений внаслідок травми. Образотворчі матеріали стають тим контейнером, в якому дитина може розмістити свої деструктивні й аутодеструктивні тенденції з подальшою трансформацією їх в позитивні, що робить процес зцілення безпечним. Інтуїтивно діти знаходять найбільш прийнятні для цього способи взаємодії з матеріалами. Отже, артпедагогіка сприяє емоційній регуляції через безумовне прийняття творчості дитини, створення атмосфери безпеки і довіри,

контейнерування емоцій до того, як дитина буде готовою до саморегуляції, допомогу у висловленні дітьми емоцій та їх віддзеркалення, застосування невербальної комунікації. Творчість дає можливість дистанціюватися від інтенсивних переживань та можливість обійти природні захисні механізми, які можуть спрацьовувати, коли людина намагається когнітивно опрацювати емоційно важкий досвід травмивних подій. Емоційна саморегуляція дитини є базисом та забезпечує умови для когнітивного «опрацювання» (усвідомлення та рефлексії) болісних емоцій та почуттів, оцінки їх значущості.

3. Етапи артпедагогічної роботи з дітьми, які пережили травмивні події

Як ми вже наголошували, першим кроком у роботі з травмованою військовою дитиною є надання їй підтримки у пошуку втраченого або формуванні нового «багажу» ресурсів. За наявності достатньої «кількості» ресурсів та «звернення» дитини до їх цілющого потенціалу, наслідки багатьох травм можуть «зникати» самі по собі, без додаткових втручань. Травму можна опрацювати лише маленькими «порціями», і лише за наявності для цього достатньої «кількості» ресурсів.

Артпедагогічна робота з дитиною, яка пережила травмивні події, передбачає надання їй допомоги у відновленні почуття безпеки, забезпечення чого можливе через психотерапевтичні стосунки та в процесі створення за допомогою образотворчих матеріалів «захищеного середовища». Але самі слова «безпека», «безпечне місце» ми не рекомендуємо застосовувати в роботі з дітьми, адже зараз в Україні немає безпечних місць. Краще буде застосовувати словосполучення «захищене місце», «ресурсне місце», «приємне місце».

Формування довіри у психотерапевтичних стосунках із дітьми, які пережили травмивні події, – тривалий процес, умовою якого є дотримання чітких меж та структури психотерапевтичних стосунків і безумовне прийняття дитини та її образотворчої продукції.

В узагальненому вигляді, *стратегія артпедагогічної роботи з дитиною*, яка пережила психотравмивні події, складається з таких етапів:

- стабілізація через підтримку, надання ресурсів і створення контейнеруючого (утримуючого) середовища і атмосфери безпеки, що дозволяє розвиток емоційної регуляції дитини;
- опрацювання травмивного досвіду на основі використання різних засобів самопрояву і вираження досвіду;
- особистісного відновлення, яке передбачає ревізію травмивного досвіду, корекцію самооцінки, побудову планів на майбутнє тощо.

Звісно, що розподіл на ці етапи у роботі з дітьми є умовним, а в реальності можливим є «накладання» етапів одного на інший.

4. Особливості взаємодії з дитиною в артпедагогіці

Коли ми творимо – це схоже на гру. Для дітей гра – це можливість експериментувати, тренувати якісь нові навички, самостійно знаходити рішення, приймати на себе відповідальність, розвивати характер та інтелект. Чим гра відрізняється від іншої діяльності? Вона не має практичної мети.

Вільна, жива гра спрямована не на результат, а на сам процес гри. Люди грають тому, що це приємно. В грі є лише принцип задоволення! Гра надає велику свободу у виборі власної стратегії, свободу думки. Власне, гра і розрахована на пошук та знаходження принципово нових стратегій, форм поведінки, вона не терпить стереотипів та звичних, буденних моделей. Саме настрій гри – легкість, необов'язковість, різні неочікувані можливості – надає людині свободу. У грі потрібні нестандартність, несподіванка, оригінальність. Людина стає вільною – навіть на короткий час – від звичайно притаманних дорослому у буденному житті форм поведінки, які визначаються нормами та правилами суспільства.

Тому в артпедагогіці головне – не обмежувати творчі прояви дитини! Адже дитина сама є творчістю, проявляти себе в творчій формі для неї є природним, адже вона щодня робить щось нове, незвичне для неї.

Ми пропонуємо застосовувати в артпедагогічній роботі такі *принципи взаємодії з дитиною*:

- толерантне прийняття і сприйняття, що передбачає відсутність оцінки, критики, порівняння;
- опора на позитивне, яке означає прагнення бачити краще, навіть коли все погано;
- опора на унікальність: адже кожна дитина є неповторною особистістю;
- безпечна творчість: особливо в роботі з травмою важливою є конфіденційність, а гарне самопочуття забезпечує можливості для подолання наслідків травматичних подій;
- спонтанна творчість та імпровізація: важливо надати дитині свободу у виборі матеріалів, вправ, стилів, жанрів, право експериментувати; підтримувати нею пошук власних шляхів самовираження, розкутість.

Надзвичайно важливим у роботі з травмованими дітьми є принцип обережності у ставленні до дитини, її проявів, творчості, створених нею образів та продуктів, а також уважність до її реакцій на процес, взаємодію та результат творчості. Принципово важливим є приймаюча присутність артпедагога та безумовне прийняття ним дитини.

Що допоможе артпедагогу створити середовище прийняття на артпедагогічній сесії?

Артпедагог надає дітям найкращу підтримку, якщо просто створює умови для самовираження під час творчості і поважає таїнство творчості та особистий простір дитини:

- дайте дитині можливість вдовольнити свою цікавість і спробувати пограти та зробити щось незвичне;
- створіть для дитини можливість мати свободу вибору у творчому процесі – нехай малює, що хоче, і чим хоче;
- якщо дитина створює свою роботу, то уникайте повчань та непотрібних їй порад; можна навіть сісти поруч та отримати задоволення від власного творчого процесу, чим подати дитині найкращий приклад отримання свободи самовираження; ч ти
- ставтесь до творчості дитини шанобливо і з урахуванням того, наскільки важливою є ця діяльність для неї;

- приймайте почуття дитини без критики та визнавайте її право мати власні, іноді дивні та незручні для вас, почуття.

Діти скоріше відкриються, якщо фахівець не втручається в їх творчий процес, а створює та підтримує атмосферу безпеки й розуміння. Коли діти діляться подробицями свого життя, – те, що вони за своїм бажанням довіряють дорослим, створює можливість стати ближчими до дітей і сформувати умови для подальшого взаємного довірливого спілкування і подолання наслідків травматизації.

Варто пам'ятати, що:

- те, що дитина малює, не завжди безпосередньо пов'язане з тим, що відбувається зараз в її житті;
- найсуттєвіші речі стосовно малюнка дитина досить часто не усвідомлює;
- те, що дитина висловлює за допомогою образотворчих матеріалів, не завжди може бути переказано за допомогою слів;
- процес творіння зазвичай чинить на дитину набагато сильніший вплив за той, який може справити кінцевий результат – зображені образи чи події.

5. Зворотній зв'язок стосовно творчої продукції дитини

Невдале висловлення своїх спостережень, неслухні зауваження можуть стати причиною ненавмисної шкоди і навіть ретравматизації дитини. Діти перш за все хочуть, щоб їх помічали. Все, що діти створюють, є продуктом того, ким вони є. Досить часто діти малюють та створюють те, що не можуть висловити словами, те, що знаходиться поза можливостями слів та історій, особливо це стосується травмивних подій. Саме тому для дітей важлива підтримка, іноді достатньо контакту очима під час творчого процесу, зустрічі дружніх, чуйних та розуміючих поглядів. Найкраще для дитини – погляд, який промовляє: «Я разом із тобою під час твоєї творчої подорожі, незалежно від того, що станеться, що ти намалюєш, і через що пройдеш. Я з тобою, тут і зараз». Якщо ж контакту очей для дитини недостатньо, можна надати підтримку за допомогою слів. І тут варто довіряти власній інтуїції.

Для того, щоб надати дитині живий зворотній зв'язок щодо її творчості:

- подивіться на її творчість саме як на процес, а не на результат;
- спробуйте уявити, що відбувалося з дитиною, що вона переживала в процесі творчості, замість того, щоб фокусуватися на результаті;
- намагайтесь уникати порівнянь робіт дітей між собою, якщо працюєте в групі;
- спробуйте уявити, яку сміливість проявляють діти, прагнучи висловити (в тому числі й за допомогою творчості) те, що для них важливо або те, що їх турбує, цікавить, захоплює;
- підтримуйте творчий процес дитини, а також той досвід самовираження, який вона набуває;
- пам'ятайте, що слова не завжди є потрібними, а коли вони потрібні, то часто їх треба зовсім небагато;
- звертайте увагу на емоції дитини, які вона виражає у творчості. Обговорюйте їх.

Діти самі спонтанно починають говорити про свої роботи, коли вони дійсно готові до цього та відчують потребу, і коли творчість вже допомогла їм пережити деякі непрості для них почуття.

Прохання розповісти про свій малюнок вимагає від дітей виконати досить складне, а іноді й неможливе завдання. Діти не схильні до рефлексії після творчої діяльності. Зазвичай вони описують свою творчу роботу прямо в процесі її створення, не чекаючи завершення всього процесу. Вони «живуть» в тому уявному світі, який створюють.

Артпедагогу важливо бути поруч, супроводжувати і чути коментарі дитини, щоб для свого розуміння скласти повну картину дитячого світу. Така активність підсилює дитячі переживання, дозволяє пройти крізь них в максимально природній формі, без напруження. Висловивши все під час творчого процесу, дітям буває важко повторити все після нього. Вони можуть не згадати не тільки дрібниці, а й ключові моменти історії, відображеної в творчій роботі. Для них в цьому і немає потреби, вони вже пережили цей досвід, переробили його так, як їм було доступно і потрібно в момент «тут і зараз». Отже, не слід примушувати дитину до повторів, особливо, якщо ви спостерігаєте в дитячій творчості явне відображення пережитих нею травматичних подій. Краще надати їй повноцінний супровід в процесі, підтримати її в переживанні цих подій та всіх емоцій під час творчості.

Питання: «Що ти намалював / намалювала?» чи «Що це?», може призвести до втрати довіри дитини, адже вона відчуває, що її не розуміють, вона не може донести свою думку. Такі питання засмучують та розчаровують, демонструють зневагу до її світу. Вони відбирають у дитину свободу творчості, адже тепер дитина буде намагатися зробити «правильно і зрозуміло» для дорослого. Знеціненням є і питання «Чому ти намалював / намалювала саме це?», адже часто діти малюють в потоці, слідуючи за хвилиною натхнення, і малюють речі, які не можуть пояснити. Дитина втрачає впевненість у своїй здатності спонтанно висловлюватись, і одночасно, зупиняється природна еволюція розвитку процесу творчості, відбувається завмирання, травматизація.

Артпедагог може цікавитися у дитини, що означає для неї той чи інший обраний нею колір, або як відчуває себе той чи інший персонаж чи об'єкт на її малюнку. Саме такими питаннями артпедагог сприяє формуванню у дитини переконання, що її дії є значущими для іншої людини, та розвитку рефлексії самої дитини.

Нехай вас не лякає застосування дитиною чорного (червоного чи будь-якого іншого, неприємного для дорослого) кольору. Адже через «виплескування» на папір своїх почуттів у вигляді кольорів стан дитини змінюється під час самого процесу. Якщо вона захоче, – розповість вам про те, що це було.

6. Матеріали для дитячої творчості

Важливою передумовою ефективності арттерапії є глибоке розуміння артпедагогом особливостей різних арттерапевтичних матеріалів та їхнього впливу на клієнтів, що дозволяє спиратися на специфічні фізичні властивості кожного з образотворчих матеріалів із метою розвитку емоційної саморегуляції. Маючи доступ до різних артматеріалів, дитина отримує безліч варіантів для

«практикування» саморегуляції, в тому числі, говорячи «ні» на пропозиції арттерапевта.

Важливими є фізичні властивості матеріалів, які уможливають «опрацювання» емоцій та почуттів без їх вербалізації (на невербальному рівні). У процесі фізичної взаємодії із матеріалом дитина переживає та «обробляє» емоції завдяки тому символічному значенню, яким для неї може бути наповнена ця взаємодія.

Окремо зупинимось на матеріалах для дитячої художньої творчості. Адже артпедагогіка – це не лише методики. Взаємодія з творчими матеріалами дозволяє дитині відреагувати затиснені почуття, розвиває її спонтанність, сприяє отриманню ресурсу. І не всі матеріали можуть бути безпечними через можливу ретравматизацію. Отже, почнемо із матеріалів для малювання.

По-перше, **папір**. Дитина завжди повинна мати вибір паперу різного розміру для своєї творчості.

Великий аркуш паперу може налякати травмовану дитину як великий порожній простір, а маленький може призводити до затиснення почуттів, самозаборони виражати себе через художній образ. Тому варто завжди пропонувати дитині аркуші різних розмірів.

Білий папір є нейтральною основою для малювання стосовно більшості інших барв і може сприйматися як метафора світла чи порожнечі. Водночас, «чистий аркуш» може бути символом неспроявленості, несказанності, вільного простору для вираження та уваги, запрошенням до прояву і реалізації себе. Але дитина завжди може обрати кольоровий папір для малювання. Іноді варто запропонувати травмованій дитині папір чорного кольору, на ньому можна намалювати зоряне небо, всесвіт, зимову ніч білим кольором. Завдяки таким вправам знімається страх дитини перед темрявою, чорнотою: за зимою завжди йде весна, після ночі – день. І, звісно, кольоровий папір можна використовувати для колажів, аплікації, конструювання. Якщо дитина злиться, – можна не різати, а відривати шматочки паперу для аплікації руками.

Папір може використовуватися для ліплення: його можна зім'яти або згорнути, створивши при цьому тривимірні форми. Створення тривимірного творчого продукту – це можливість побачити «інший бік», відобразити тіньові аспекти, відтворити метафору тілесності. Папір може грати символічну роль захисту: часто його використовують для створення ковдри, обгортки, предметів одягу, стін і даху будинку. Такі об'єкти підкреслюють значущість зміцнення психологічних меж і захистів особистості.

Папір можна м'яти (активізує переживання, пов'язані з напругою, гнівом) і розправляти (дія, що потребує контролю над емоціями, тому що аркуш може порватися). Дитина може надавати паперу певну форму, змінювати його рельєф; а з паперу, змоченому у воді чи клеї ПВА, можна робити тривимірні скульптури. Робота зі змоченим папером нагадує роботу з глиною, але він є більш м'яким. Ліплення з паперу сприяє вивільненню емоцій та контролю над ними через побудову меж між внутрішнім і зовнішнім, створення цілісної та конкретної форми.

Ми вважаємо, що основою роботи з травмами є **графічні матеріали для малювання** – вони тверді (не розчиняються у воді), створюють лінії, штрихи, є

основою контурів, силуетів. Завдяки цьому вони дають можливість відчутти опору, передбачуваність навколишнього світу, дозволяють контроль щодо матеріалу та створюють умови для когнітивного опрацювання травмівного досвіду.

Кольорові олівці припускають високу точність зображення; не дають можливості досягати яскравих барвистих ефектів. Малювання олівцями вимагає застосування певних зусиль і безліч рухів рукою при розфарбовуванні, що дає можливість створювати акуратні, точні, конкретні і фантастичні образи. Таким чином, розвивається дрібна моторика рук, відбувається заземлення.

Психологічні властивості **олійної (воскової) пастелі** схожі на властивості олівців, але крім того, пастель стимулює появу різноманітних образів, починаючи з легких і «повітряних» і закінчуючи важкими або пов'язаними з тілом. Пастель дає можливість малювати як тонкими чіткими лініями так й щільно зафарбувати папір. На відміну від олійної, суха пастель не вимагає зусиль і додає можливостей отримувати відтінки через змішування різних кольорів під час розтирання.

Якщо ви хочете навчити дитину опанувати свої емоції, зробити їх «слухняними» – пропонуйте їй малювання кольоровими олівцями чи олійною пастеллю. Малювання цими матеріалами дозволяє навчитися керувати своїми емоціями, почуттями, переживаннями, страхами.

Ми не виключаємо використання **фарб** в роботі з дітьми під час війни, але хочемо застерегти від цього на початковому етапі роботи, коли травма має гострий характер. Адже фарби «провокують» емоції, почуття, здатні викликати сильний емоційний відгук, що у травмованої дитини можуть призвести до певних спогадів та ретравматизації. Також на початковому етапі терапії травми фарби можуть викликати певні захисні тенденції. З іншого боку, завдяки фарбам можлива максимальна спонтанність в образотворчій діяльності, вони допомагають більш яскраво та відкрито проявити різні емоції, дослідити власні переживання, стимулювати уяву і свободу творчості. Поліфонія кольорів і відтінків дає можливість більш точно відобразити нюанси настрою, психічного стану.

Фарби в артпедагогіці травми – найчастіше застосовується гуаш та акварель – припускають використання пензликів та інших засобів для малювання, але цей матеріал погано контрольований.

Використання акварелі, наприклад, є свідченням найбільшої внутрішньої свободи особистості, яка неможлива під час переживання травмівних подій. Саме тому варто особливо обережно застосовувати техніку «акварелі по-мокрому», коли фарба розтікається, змішується без участі маленького художника. Теж стосується і технік «монотипії» чи «ебру». Гуаш припускає можливості щільного зафарбовування аркуша паперу та нанесення кількох шарів різного кольору, коли попередні вже стали сухими. Також можливо змивання попередніх шарів фарби.

Цікавою для травмованої війною дитини може виявитися і малювання гуашшю за допомогою пальчиків. Це дозволяє працювати як з гнівом і страхом, так і з огидою, відразою – емоціями, які не мають в нашій культурі екологічних форм вираження.

Окремо варто сказати про **фломастери та маркери**. У роботі з травмою ці графічні матеріали можуть бути в нагоді. Малювання фломастерами не вимагає

зусиль, вони легко залишають відбиток на папері, тому можуть використовуватися, коли дитина має певні обмеження в русі. Використання фломастерів забезпечує яскравість, виразність, вони дозволяють зображати форми з чіткими межами, дрібні деталі і легко піддаються свідомому контролю. Фломастери передбачають високий рівень контролю над емоціями, забезпечують більш високу активність свідомості і когнітивної переробки переживань, ніж пастель чи крейда, і саме тому можуть бути підтримкою в процесі побудови структури, порядку, особистісних меж. Це робить фломастери корисними в роботі з травмівними переживаннями, коли є необхідність в контролі занадто високої інтенсивності емоцій.

Красиві кольори активізують фантазію, мотивують до творчого самовираження. З іншого боку, треба враховувати, що неприродні занадто яскраві кольори в дітей можуть провокувати істеричні тенденції в поведінці. Маркери мають властивості фломастерів, але широкий кінчик для малювання. На відміну від фломастерів, дозволяють наносити колір на великі площі зображення.

Отже, якщо дитину переповнюють емоції можна просто запропонувати їй матеріали для малювання і папір. Можна сказати дитині: якщо відчуваєш ...гнів, лють, тугу, журбу, сум, роздратування, провини, огиду, смуток... спробуй їх виплеснути на папір за допомогою фарб. Фарби допомагають вивільнити ті емоції, для яких ти не можеш знайти навіть слів, чи ті, про які ти не хочеш нікому розповідати.

Розглянемо матеріали для ліплення. Ліплення – творчий процес, який найбільше сприяє опануванню наслідків психічної травми війни.

Найбільш актуальними матеріалами в артпедагогічній роботі під час війни (особливо на першому етапі стабілізації) є пластичні матеріали для ліплення – пластилін, глина, тісто, які дають можливість створювати тривимірні об'єкти і передбачають безпосередню роботу руками. Вони можуть використовуватися для роботи з агресією, фобіями, страхами та фрустраціями, чи коли дитина позбавлена можливості виражати свої почуття. Завдяки маніпулюванню цими матеріалами відбувається відреагування важких емоційних станів, знижується вірогідність аутоагресії, насильства з боку дитини стосовно інших.

Найбільш адекватним матеріалом в стані гострої травми є **глина** – природний матеріал, який не має обмежень у застосуванні. Глина стимулює виникнення конкретних образів та асоціацій, пов'язаних із тілом і його органами, і створює умови для отримання тактильних і кінестетичних відчуттів.

Відбувається контакт живої землі з чутливими долонями, біологічно активними точками на них, що робить ліплення ніби самомасажем (особливо м'яття глини) і сприяє відновленню внутрішньої рівноваги і перехід до стану спокою. Безпосередня взаємодія з глиною має седативний ефект – заспокоює нервову систему, допомагає відреагувати важкі затиснуті емоції та сприяє розслабленню, викликає приємні почуття, глибинні переживання та прилив енергії. Цей матеріал чудово «всмоктує» емоції та негативні стани, створює можливості для «заземлення». Отже, під час роботи з глиною навіть непотрібні методики та інструкції. Велике значення мають захисні властивості глини та образів з неї, які сприяють «утриманню» складних переживань, їхньому контейнуванню та трансформації в позитивні.

І що є особливо цінним – під час роботи з глиною у дитини з'являються можливості відреагувати почуття відрази, огиди, прояви яких є неприйнятними в нашій культурі. Водночас, роботу з глиною не рекомендують застосовувати для дітей, молодших за 7 років.

Пластилін є найбільш поширеним матеріалом для ліплення, він може забезпечити високу точність зображення і може використовуватися як для створення тривимірних фігур, так і для двовимірних зображень шляхом розмазування на папері чи картоні – малюнки пластиліном. Результатом ліплення з пластиліну завжди буде зниження тілесної напруги, зміна емоційного стану, можливість «зустрічі» з неприємними переживаннями.

Яскраві кольори пластиліну сприяють активізації фантазії та прояву спонтанності. Цей матеріал дає можливість відтворювати у творчому продукті будь-які теми, що посилює усвідомлення та відреагування емоцій і почуттів. Створені з пластиліну образи можна легко і в будь-який час трансформувати, що дозволяє відчувати контроль над ситуацією та на практиці здобути знання щодо права на помилку. Але треба пам'ятати, що пластилін при низькій температурі потрібно довго розминати руками аби зробити м'яким та піддатливим.

Також для ліплення можна використовувати солоне тісто, яке створюється шляхом перемішування борошна з водою та сіллю. Воно м'яке, пластичне і його безпечно використовувати з дітьми молодшого шкільного віку. Можна додати харчову фарбу, створивши варіанти різних потрібних відтінків. Тісто може позначати тіло людини і тілесну основу інших істот, проте, на відміну від глини, не викликає асоціацій із екскрементами. І створені скульптури можна висушити і після цього розфарбувати у будь-який спосіб.

Також наш досвід доводить, що в умовах війни адекватним є використання **фольги** як незвичайного матеріалу для ліплення. Фольга добре моделюється і тримає форми, й, водночас, легко рветься, потребує максимальної обережності. Вона блискуча, святкова і «ресурсна» в тому сенсі, що пробуджує ранні дитячі спогади. Застосування фольги в індивідуальній та груповій роботі сприяє розвитку творчого потенціалу і дає можливість створювати новий образ себе та ситуації.

Лекція 2

ЗОБРАЖУВАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ ТА ТАНЦЮВАЛЬНО-РУХОВА ТЕРАПІЯ У ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ З ЕЛЕМЕНТАМИ АРТТЕРАПЕВТИЧНОГО МЕТОДУ

1. Зовнішні та внутрішні фактори пробудження креативності молодших школярів.
2. Загальні уявлення про зображувальну терапію (малюнкову терапію).
3. Основні етапи ізотерапії. Структура занять з зображувальної терапії (https://youtu.be/rY_Qfo5PR4g).
4. Танець як терапія в історичному контексті. Структура заняття з танцювально-рухової терапії.
5. Завдання та функції танцювальної терапії.
6. Етапний характер танцювально-рухової роботи.

Література

1. Бойко А. Використання арт-педагогічних технологій як засобу творчого самовираження молодших школярів у позашкільних навчальних закладах. *Наукові записки*. Серія «Психолого-педагогічні науки» (Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя) / за заг. ред. проф. Є. Коваленко. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2014. № 5. С. 68-73.
2. Деркач О. Виховний потенціал арт-педагогіки як об'єкт науково-педагогічної рефлексії. *Простір арт-терапії: Мистецтво життя*: Матеріали XII Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції. (м. Київ, 27-28 лютого 2015) / За наук. Ред. А. Чуприкова, (м. Київ, 27-28 лютого 2015 р.) / За наук. Ред. А. Чуприкова, А. Найдьонової, А. Бреусенко-Кузнєцова, О. Вознесенської, О. Скар. Київ: Золоті ворота, 2015. С. 18-25.
3. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів: ЛьвДУВС, 2020. 232 с.
4. Кондрицька О. Формування у студентів педагогічних університетів цінностей особистісно орієнтованої моделі виховання засобами арт-педагогіки: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: 13.00.07 «Теорія і методика виховання». Київ, 2009. 24 с.
5. Мірошніченко Т. Запровадження арт-терапії в освітньо-виховний простір початкової школи: історико-методичний аспект. *Педагогічні науки*. 2012. Вип. 3. С. 26-30.
6. Сорока О. Арт-терапія як фактор збагачення творчості вчителя початкової школи. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка*. 2012. Вип. 64. С. 145-151.
7. Сорока О. Підготовка майбутніх учителів початкової школи до використання арт-терапевтичних технологій: теоретико-методичні основи. Тернопіль: Астон, 2015. 350 с.
8. Хлебнік С. Арт-педагогіка в підготовці соціального гувернера до соціалізації дітей з вадами розвитку. *Вісник Запорізького національного університету*. № 1 (14). 2011. С. 104-107. (Серія «Педагогічні науки»).
9. Федій О. Підготовка педагогів до використання засобів естетотерапії: теорія і практика: монографія. Полтава: ПНПУ, 2009. 404 с.

1. В арттерапії 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 арттерапії 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 арттерапевтичного методу необхідно враховувати низку факторів. Так, до *зовнішніх факторів пробудження креативності належать*: особливим чином організоване середовище, художні матеріали та атмосфера безпеки й прийняття.

До внутрішніх факторів пробудження креативності відносяться: мотивація та стани піднесення і натхнення.

Арттерапевтичний процес передбачає не тільки розкриття креативності, але й знання, розуміння того, яким чином арттерапевтичне середовище та матеріали, що використовуються в арттерапії сприяють різноманіттю творчого самовираження особистості.

Найбільш ефективно організоване арттерапевтичне середовище передбачає наявність двох зон. *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 арттерапевтичного 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 арттерапевтичного 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 арттерапевтичне середовище відіграє важливу роль у досягненні того чи іншого арттерапевтичного 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.

2. Зображувальна терапія, як арттерапевтичний метод, являє собою творче, спонтанне чи тематичне малювання. Малюнок виступає ефективним інструментом, адже завдяки ньому, особа може вільно висловити свої думки, почуття та переживання через мову образів, символів та кольорів, а також

вивільнитися від негативних переживань та «змалювати» своє ставлення до оточуючої дійсності.

Означений напрям становить фундамент арттерапії, оскільки вона передбачає малювання на всіх можливих поверхнях, починаючи від паперу, холста, закінчуючи дерев'яними та скляними поверхнями, тканиною тощо. Для малювання можна використовувати найрізноманітніші засоби, такі як фарби, олівці, масляну і художню пастель, фломастери, крейду.

Зображувальна терапія активізує важливі психічні функції (мову, сприймання, рухову координацію, мислення) та забезпечує зв'язок між ними. Психокорекційні можливості ізотерапії полягають у вивченні і дослідженні особливостей подій, ситуацій, спектру емоцій та почуттів, розвитку міжособистісних стосунків, збільшенню рівня самоприйняття. Будь-який малюнок і зображення в ньому, певним чином, виступають психологічними захистом, у яких особа акумулює свої травматичні та негативні переживання. Кожен образ та символ виконує функцію контейнерування, не даючи можливості «виходу назовні», а навпаки, дистанціює переживання суб'єкта за рахунок механізму проєкції. Символи чи образи у малюнку можуть утримувати в собі складні переживання до того часу, поки вони не будуть усвідомленими, вербалізованими та прийнятими. Також захисна функція психіки забезпечується через регрес, що відбувається завдяки зображувальній діяльності. Регресія і відображення регресивного матеріалу, а згодом робота з ним, що полягає у взаємодії з образами клієнта, призводить до поступової реінтеграції та усвідомлення змісту намальованого.

Основну увагу при трактуванні малюнків артпедагогу слід звертати на такі особливості:

- які емоції (почуття, переживання) передає малюнок;
 - що знаходиться в центрі малюнку (як правило, центральні об'єкти вказують на домінуючу проблему чи переживання особи);
 - чи є розтушування, об'єкти з тінню;
 - що виглядає дивним на малюнку;
 - як розташовані об'єкти по відношенню до країв аркуша (краї аркуша є своєрідною межею);
 - чи відповідає малюнок поточній порі року;
 - наявність підкреслення (обов'язково поцікавитися, чому воно присутнє в малюнку);
 - чи є витирання об'єктів і використання гумки для стирання (саме ці місця можуть вказувати на прихований конфлікт, «бажання щось виправити»);
 - які розміри і пропорції об'єктів (розміри вказують на перебільшення або ж знецінення таких об'єктів, зміна про порцій або спотворення форм є свідченням проблемної області, якій приділяється надмірна увага в малюнку);
 - чи є об'єкти, які повторюються;
 - як виконана робота і яке ставлення автора до неї;
 - чи є підписи у роботі та що вони можуть означати для особи.
- У більшості випадків рекомендовано розглядати ізопродукцію з її автором, звертаючи увагу на вищезгадані аспекти та співставляти символічний матеріал і мову образів із її вербальною інтерпретацією.*

3. Всі діти люблять малювати, створюючи відчутні форми навколишнього середовища і свого внутрішнього світу. Малювання або зображувальна терапія – це прекрасний метод висловити думки і емоції, які складно озвучити. Основна **мета зображувальної терапії** – витягти з підсвідомості дитини те, в чому вона не зізнається навіть самій собі, не кажучи вже про те, щоб з кимось цим поділитися. Іноді вона не підозрює про ті проблеми, що зберігаються в підкірці і заважають їй вільно насолоджуватися життям.

Для педагога малюнок є прекрасним матеріалом вивчення емоційного стану людини. Не дивно, що зображувальна терапія активно використовується в психологічній роботі з дітьми, представляючи собою універсальний інструмент аналізу і пізнання. Малюнок несе в собі безліч завуальованих відомостей, які допоможуть краще зрозуміти дитину, її думки, причини певних вчинків і мотиви.

Діти молодшого шкільного віку ще не вміють аналізувати і об'єктивно сприймати поведінкові чинники людей, особливо дорослих. У багатьох ситуаціях дитина просто не здатна розпізнати в словах оточуючих певну логіку або зрозуміти самого себе. Зображувальна терапія – це прекрасний засіб для адаптації в соціумі, вираження свого внутрішнього світовідчуття і підвищення самооцінки. Малювання вивільняє творчу енергію і особистісні переживання малюка. За допомогою ізотерапії, дитина звільнитися від скутості і замкнутості.

Які проблеми допомагає вирішити зображувальна терапія?

Терапія малюванням ставить перед собою глобальні цілі:

1. Усунення агресії. Зайва агресивність може виникнути у малюка через накопичення хвилювань і почуттів, які ще складно усвідомити. Малювання допоможе проаналізувати ці відчуття і звільнитися від надмірної напруги;
2. Профілактика або посильна допомога при лікуванні серйозних психологічних проблем;
3. Накопичення корисного для роботи педагога матеріалу, який в подальшому допоможе краще розбирати та інтерпретувати схожі проблеми;
4. Вивільнення пригнічених думок і переживань, що виникли в результаті психологічної травми;
5. Навчання дитини зосереджуватися на своїх емоціях і думках. Емоційний розвиток;
6. Вивільнення творчого початку. Розвиток когнітивних функцій.

Кожне заняття зображувальною терапією (створення малюнка) включає такі етапи:

Етап 1. Вільна активність перед творчим процесом – безпосереднє переживання.

Етап 2. Творчий процес – створення малюнка, його візуальне представлення.

Етап 3. Дистанціювання, процес розглядання малюнка.

Етап 4. Вербалізація почуттів та думок, що виникають в процесі розгляду малюнка.

Перший етап пов'язаний із сенсорними, емоційними і свідомими процесами та вільним експериментуванням з художнім матеріалом. Переважно тут вивчаються кольори та спосіб представлення малюнка. Важливим на цьому етапі є вибір матеріалу, наявність проб, відсутність вагань.

На другому етапі для більшості осіб, під час малювання, характерна демонстрація зосередженості, цілеспрямованості, захоплення процесом, збудження, винахідливості, а інколи і прояву проблеми.

Третій етап включає в себе розміщення готового малюнку на відстані видимій для особи, але його психологічний зміст полягає у частковій відстороненості людини від створеного малюнку і таким чином можливості по-іншому глянути на продукт своєї діяльності, який є проєкцією життєвої ситуації чи проблеми. Як правило, на цьому етапі почуття дитини стають глибшими та усвідомленими, наповненими новими асоціаціями та трактуваннями.

Останній, четвертий етап, пов'язаний із процедурою «Що ти бачиш?», яка передбачає детальний опис дитиною свого малюнку, адже зображене ним є картиною його внутрішнього світу, тому всі образи, символи та деталі мають свій особливий зміст і трактування. Безперечно важливо, що сама дитина побачила на малюнку і це жодним чином не нав'язано їй арттерапевтом. За необхідності арт-терапевт може звернути увагу на взаємозв'язок об'єктів та елементів між собою, їхнє місце в сюжеті і картині. Тому опис картини клієнтом забезпечує динамічні зміни структури творчої діяльності, які, завдяки характеристиці свого малюнку, можуть ідентифікувати власні переживання, що допомагає переструктуруванню внутрішнього світу клієнта.

У роботі з малюнками використовуються різні підходи. Згідно класифікації С. Кратохвіла існують такі методики малювання:

- вільне малювання (малюнок за власним бажанням);
- комунікативне малювання (малюванням в парах, але люди спілкуються тільки за допомогою образів та символів);
- спільне малювання (кілька людей або група мовчки малюють на одному аркуші);
- доповнююче малювання (малюнок по колу, де кожен учасник доповнює своїми елементами).

Завдяки спільному малюванню активізуються групові процеси, де кожен учасник може усвідомити свою групову роль. При аналізі таких малюнків особливу увагу приділяють змісту, способу подачі, кольору, формі, композиції, розміру.

У процесі застосування ізотерапії доцільно звернути увагу на техніки «Зентангл» і «Дудлінг». Їхня цінність виявляється у можливості отримати розслаблення та задоволення від процесу малювання і швидкий психокорекційний ефект.

Дудлінг (від англійського doodle – несвідомий малюнок) – це малювання за допомогою простих елементів (кружечків, гачків, ромбів, крапочок, паличок та ін.), з яких можна утворювати складні композиції. Дана техніка несвідомого малювання (каракуль) дає змогу простим елементам, поєднуючись у непрості конструкти, вражати уяву (додаткова інформація: <https://youtu.be/Ye2s2ozgHVE>).

Ще однією схожою до даної техніки малювання – є *зентангл*, проте якщо дудлінг можна поєднувати з іншими справами, то зентангл вимагає більшої концентрації і є усвідомленим. Головне завдання у дудлінгу розпочати і не зупинятися, чим процес спонтанніший і некерований, тим він результативніший.

Неважливо, що особа отримає в результаті малювання, основним завданням є отримання задоволення від процесу малювання.

Зентангл (від zen – врівноваженість, спокій і rectangle – прямокутник) – це своєрідна техніка ізотерапії, що є поєднанням медитації та малювання. Як правило, пов'язана із створенням візерунків, що не мають смислового навантаження, проте поєднуються у цілісне зображення.

Зазвичай для зентангла використовують квадрати розміром 9×9 см, що ділять на сегменти, які заповнюють різними однотипними елементами (крапочками, кружечками, ромбами тощо).

4. Танцювально-рухова терапія виникла у сорокові роки двадцятого століття завдяки новаторським зусиллям Меріан Чейс, яка працювала у лікарні Св. Єлизавети у Вашингтоні і через танець почала налагоджувати контакти з «безнадійними» пацієнтами. Із часом працівники психіатричних установ почали визнавати, що заняття з танцювально-рухової терапії, які проводились у їхніх установах, справді мали лікувальний вплив на пацієнтів.

Істотний внесок у розвиток танцювально-рухової терапії внесла теорія «м'язового панцира» Вільгельма Райха. Він вперше довів, що скутість («м'язів панцир») людини виникає в самому дитинстві і безпосередньо пов'язана зі страхом бути покараним, незрозумілим, відчуженим, а також з необхідністю постійного придушення людиною своїх сексуальних відчуттів. В результаті комплекси та затискачі накопичуються в організмі і здатні привести до різних душевних і тілесних захворювань. Вільгельм Райх, який є основоположником тілесної психотерапії, вірив, що здійснення пацієнтом спонтанних рухів тіла в комплексі з рівним спокійним диханням здатне зняти м'язову напругу і дозволити ефективно усунути затискачі та блоки, які заважають людині жити.

За однією з версій, засновницею танцювально-рухової терапії як самостійного виду психотерапії є Габрієлла Ротт – театральний режисер, дослідник новаторського напрямку в театральному мистецтві, відомий у всьому світі вчитель танцю, автор знаменитого танцю «п'яти ритмів». Внесок Габрієлли Ротт у розвиток танцювально-рухової терапії переоцінити – саме вона вигадала спеціальні вправи, що дозволяють успішно вирішити більшість психологічних проблем людини за допомогою руху. Головна ідея вправ полягає в розділенні тіла людини на сім основних зон:

- Зона номер 1 – голова та шия;
- Зона номер 2 – плечі;
- Зона номер 3 – ліктьові суглоби;
- Зона номер 4 – кисті рук;
- Зона номер 5 – таз і хребет;
- Зона номер 6 – коліна;
- Зона номер 7 – ступні.

На сьогодні танцювально-рухова терапія застосовується в державних і приватних психіатричних лікарнях, лікувальних центрах, установах і школах для людей з фізичними чи психоемоційними розладами.

Танцювальна терапія не передбачає лише вивчення певних рухів. Танцетерапевт зосереджує свою увагу на руховому репертуарі, характерному для

тієї чи іншої дитини. Він допомагає дитині розширити свій руховий діапазон, імітуючи рухи дитини, намагається увійти в її емоційний стан для того, щоб якнайглибше її зрозуміти. Рухаючись в незвичний для дитини спосіб, вона досягає певних особистісних змін.

На думку, Х. Литвин, заняття з танцювальної терапії дозволяють неповносправним дітям відчувати гармонію частин тіла, оскільки рух однієї частини тіла впливає на все тіло і ми можемо відчувати себе єдиною цілістю. Танцювально-рухова терапія дозволяє дітям «побачити» один одного, вчитись наслідувати рухи один одного та досягати соціальної взаємодії шляхом невербальних стосунків. А також відчувати різні поверхні цього світу, навчитись спілкуватися на різних рівнях, віднайти контакт із природою. Такі заняття дозволяють також пережити певний досвід, який діти беруть із життя і який буде їхню особистість. Танцювально-рухова терапія розвиває креативність, додає впевненості в житті, покращує самопочуття і настрій.

Структура заняття (за М. Чейз)

1. Розминка.

Встановлення контакту, знайомство, спроба встановити діалог через рух, емоційний розігрів.

2. Розвиток теми.

Реакція на несловесні сигнали, вправи на розвиток, збільшення, розширення руху, використання уяви, атрибутики, різноманітних технік.

3. Завершення.

Зниження темпу, спільний рух, обговорення, прощання.

Психологиня наголошує на тому, що на перших заняттях не потрібно казати дітям про те, що ви будете танцювати, адже слово «танець» більше асоціюється з тим, що дитину оцінюватимуть, а це може налякати її. Тому краще використовувати слово «рух». Наприклад: «Ми будемо рухатись як котики/як сніжинки».

Вимоги до ведучого танцювально-рухового заняття:

- відчуття власного тіла;
- вміння встановлювати контакт;
- вміння імпровізувати, швидко помічати та озвучувати образи;
- здатність до співпереживання.

Техніки, методи, методики ТРТ

Музика.

Ви підбираєте музику, яка подобається вам, а також є приємною для дітей. Це і спокійна музика, і дитячі веселі пісні, і ритмічні українські марші, і різні незвичні мелодії інших народів.

Ритуали.

Ритуали – це те, що є постійним на ваших заняттях. У вас завжди має бути привітання, основна робота та прощання. Завдяки ритуалам дитина відчуває себе безпечно, адже вона знає, чого очікувати.

А також:

Музикотерапія.

Драматерапія.

Реквізит.

Казкотерапія.

Робота з голосом.

Робота з відео.

Психогімнастика.

Індивідуальна чи групова робота.

Використання ТРТ для дітей з ООП

ТРТ працює з дітьми з порушенням інтелектуального розвитку, розладами аутистичного спектра, з порушенням зору, слуху, мовлення, з хворобами опорно-рухового апарату.

Танець – це рух, який вже має лікувальні здібності. Для людей з особливими потребами заняття з ТРТ є тим рятувальним кругом, що може допомогти їм відчувати себе частиною групи, соціуму, дати можливість виразити та проявити себе.

Найголовніше – створити безпечне середовище і дотримуватись правил проведення заняття з ТРТ.

Можливі теми та варіанти для роботи:

- ходимо по-різному;
- ім'я рухом (як наше ім'я могло б рухатись);
- настрої рухом;
- танець різних частин тіла;
- танці в підгрупах (як танцюють на різних планетах);
- дзеркало (один показує, а інші повторюють);
- креативні танці, імпровізація (танці тварин, комах, рослин, цифр, кольору, емоцій, стихій);
- скульптура;
- вправи на довіру;
- робота в парах;
- вправи на завершення (подарунок, емоція, побажання);
- завершення (рухи прощання).

Правила для танцювально-рухових занять

1. Починати зі спокійних завдань, поступово збільшуючи темп, завершення спокійне.
2. Не намагайтесь починати з кола, діти можуть обрати будь-яке місце.
3. Дайте дітям час.
4. Кожне заняття – це задоволення, наповнення енергією, приємне спілкування.
5. У супровід можна взяти приємну музику.
6. Слідкуйте за станом дитини.
7. Починайте з простих форм і поступово, з часом ускладнюйте, розширюйте, збільшуйте.
8. Чергування напруги й розслаблення.
9. Використовуйте різноманітні предмети, атрибутику.
10. Не примушуйте дітей брати участь у заняттях, робіть їх активними спостерігачами.

5. Завдання танцювально-рухової терапії: відтворення цілісності душі, тіла, думок; усвідомлення свого тіла (фізичне «Я»), створення позитивного образу;

розширення відкритості до партнерів, розвиток вміння довіряти і приймати іншого; розвиток навичок спілкування, взаємодії в групі; дослідження власних почуттів, розширення рухового репертуару; відпрацювання емоцій, на які була заборона.

Функції танцювальної терапії подамо в трактовці В. Козлова, принагідно зауваживши, що найважливішою з них він вважає катарсис (очищення).

1. Танець як спілкування (комунікативна функція) – танець в усі часи допомагав знайти почуття спільності – в парі, в групі, в культурі.

2. Танець як катарсис (рекреаційна функція) – танець як спосіб розрядки емоційного й фізичного напруження, шлях до звільнення від складних і негативних емоцій.

3. Танець як спосіб вираження (експресивна функція) – танець не тільки виражає емоції, символи та ідеї, але і здатний висловити саме цілісність людської істоти в її тотальному проживанні свого земного існування.

4. Танець як культурний знак (ідентифікаційна функція) – танець надає можливість вказати на те, хто «Я», який «Я», до якої соціальної групи, нації, культури я належу.

5. Танець як трансценденція (сакральна функція) – танець дає потокове екстатичне переживання, що виходить за межі «Его»; танець як можливість бути дуже різним, бути партнером у танці космічних сил.

6. I етап. Формування первісної несвідомої рухової відповіді, яка характеризується високою відвертістю, правдивістю, спонтанністю почуттів; при цьому часто немає рухової форми. При повторі музики несвідома рухова відповідь може бути виражена в абсолютно іншій моторній формі. Рухи членів групи на цьому етапі, як правило, спонтанні, хаотичні. Тому що несвідома рухова відповідь є результатом спонтанного емоційного відгуку, який, у свою чергу, ґрунтується на музичному творі.

Робота на першому етапі дозволяє звільнитися від невротичної ситуації, відреагувати сублімовані неприємні переживання, пов'язані з психотравмою, без її вербалізації. Несвідомий руховий відгук виявляє найбільш актуальні проблеми особистості, але не запам'ятовується, оскільки немає осмислення цього процесу.

II етап. Формування емоційного рухового образу. На цьому етапі здійснюється творча обробка спонтанного рухового матеріалу, встановлюються зв'язки між несвідомим руховим відгуком та афективним відгуком на музичний фрагмент. У результаті виникає емоційний руховий образ, який є вираженням психомоторної єдності та основою творчого розвитку особистості.

III етап. Формування абетки руху та виразної мови руху. На цьому етапі проходить запам'ятовування вдало знайдених форм. Спочатку емоційні рухові образи в усьому залежать від музичного твору, вони є виразом конкретних музичних переживань у моторній формі. Надалі вдало знайдені та вивчені моторні форми систематизуються на основі цілей, які відбувалися на тілесному рівні, на рівні рухів, сприяє інтеграції фізичного, емоційного й когнітивного компонентів структури «Я».

Обговорення дозволяє учасникам групи усвідомити, що для виконання загального завдання необхідно швидко орієнтуватися в намірах, тактиці, стані

інших людей, погоджувати свої дії з діями інших. У процесі детального обговорення можна говорити про прояв ініціативи й проблеми прийняття на себе відповідальності за те, що відбувається в групі.

На початку занять краще використовувати вправи, які дозволяють створити такий рівень відкритості, довіри, емоційної волі, згуртованості в групі й такий стан кожного учасника, який дає можливість успішно працювати, просуватися вперед у плані змісту; доцільно проводити вправи, які дозволяють учасникам забути проблеми, що не стосуються групової роботи, цілком переключитися на ситуацію «тут і тепер», звернути увагу один на одного, відчувати групу, привітатися. У результаті проведення цих вправ вирівнюється емоційний стан учасників, створюється сприятлива для роботи атмосфера. Крім того, проведені на цьому етапі вправи можуть дати матеріал, обговорення якого послужить містком для переходу до змістовних етапів роботи тренінгової групи.

На початку роботи важливо активізувати дихальні процеси. Відомо, що людина, щоб не виявити тривожність та інші небажані вияви, стримує подих і втягує живіт. При цьому вона вдихає, скорочуючи діафрагму й дуже напружує м'язи живота. Якщо стан напруги стає хронічним, то груди постійно зберігають підняте положення, подих стає поверхневим, а живіт напруженим. Зниження активності подиху зменшує надходження кисню й обмежує метаболічне продукування енергії. Кінцевий результат такого явища – зникнення афективних станів і зниження емоційного тону.

Поглиблений подих дозволяє досягти цих відчуттів, а також підвищити рівень і прохідність потоку енергії. Мається на увазі дихання животом, оскільки Лоуен вважає, що живіт — життєвий центр людини. Діафрагма, на зразок поверхні Землі, відокремлює світле від темного, свідомість від підсвідомості. Проведення енергії нижче цієї межі за допомогою дихання животом дозволяє свідомості зустрітися з підсвідомістю й інтегрувати особистість на всіх її рівнях. Це веде до пошуку відчуття рівноваги й безпеки та до повного контакту з власним досвідом у результаті зменшення переважаючого функціонування центру свідомості.

Іншим чинником «укорінювання» свідомості, є контакт тіла з підлогою, так зване «почуття опори». Оскільки поглиблений подих дозволяє увійти в контакт із внутрішнім, більше почуття опори дозволяє знайти кращу опору в реальній дійсності – міцніше стати на ноги. Розслаблення м'язів живота, які злегка напружені, як у культуриста, а також згинання колін допомагає міцніше стояти на землі не лише в прямому, але й у переносному значенні.

Лекція 3

КАЗКОТЕРАПІЯ ТА ІГРОВА ТЕРАПІЯ: СУЧАСНИЙ МЕТОД У ПРАКТИЦІ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

1. Казкотерапія як метод та психотерапевтичний засіб. Принципи казкотерапії.
2. Функції казкотерапії.
3. Основні види казок, їхня структура і тематика.
4. Види роботи над казкою, котрі мають профілактичну та корекційну спрямованість.
5. Казкотерапія як дієвий метод впливу на емоційну сферу молодших школярів.
6. Характерні особливості гри.
7. Головні завдання та принципи ігротерапії.
8. Ігротерапія як засіб психокорекції та реабілітації дітей з особливими потребами.
9. Ігри та матеріали для ігор (https://youtu.be/hsh6_UfRekI).

Література

1. Алфьорова Г. Нові підходи в корекційно-розвиваючій роботі з дітьми, що страждають ДЦП. *Дефектологія*. 2001. № 3. С. 10-14.
2. Бурчик О. Групова казкотерапія в особистісно орієнтованому вихованні дітей. *Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка*. 2005. Вип. 25. С. 203-205.
3. Василевська О. Психічне здоров'я особистості та його підтримка засобами казкотерапії. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія: Психологічні науки. 2017. Вип. 1 (2). С. 29-34.
4. Майбородюк Н. Казкотерапія у розвитку ціннісно-смислової свідомості учнів початкової школи. *Педагогіка вищої та середньої школи*. 2010. Вип. 28. С. 136-141.
5. Музичук О. Казка як засіб розвитку особистісних цінностей молодших школярів. *Проблеми сучасної психології*. 2012. № 17. С. 317-326.
6. П'ятницька-Позднякова І. Арт-терапевтичні можливості видів мистецтва. *Наукові праці Чорномор. держ. ун-т ім. Петра Могили*. 2009. Вип. 95. Т. 108. С. 36-42.
7. Формування життєтворчих компетентностей дітей і дорослих засобами казкотерапії. *Шкільна бібліотека*. 2011. № 1. С. 7-9.
8. Шик Л. Казкотерапія в роботі з дошкільниками. Харків: Основа, 2012. 240 с.
9. Яковишина Т. Лялькотерапія як напрям артпедагогіки у роботі з дітьми з особливими освітніми потребами. *Наукові інновації та передові технології*. Серія «Педагогіка». Вип. 2(30). 2024. С. 1459-1469.

1. Казкотерапія – метод психологічної корекції особистості дитини за допомогою читання / прослуховування спеціально підібраних текстів народної фантастичної прози або літературних казкових творів; один із видів бібліотерапії.

Психолог і психіатр Б. Беттельгейм у науковій праці «Чарівне і корисне: про значення і цінності казки» дослідив класичний фонд народної фантастичної прози. Вивчивши усталені казкові мотиви, вчений довів, що казки та легенди здатні допомогти дитині адаптуватись у мінливому соціокультурному середовищі, засвоїти народні традиції, перебороти страх перед дорослим життям і майбутньою самотійністю, а також виховати відповідальність.

У 1970-х метод казкотерапії почала впроваджувати у практику Д. Бретт. Дослідниця створила цикл оповідань, в яких маленька дівчинка Анна потрапляє у складні ситуації. В основі сюжетів оповідань – життєві події, що їх зазвичай переживають однолітки головної героїні.

В Україні наприкінці 20 ст. побачили світ оригінальні терапевтичні казки М. Молицької. З часом почали з'являтися подібні видання інших авторів для підготовчих освітніх закладів, дитячих бібліотек і молодших шкільних класів.

Сутність казкотерапії полягає у створенні особливого ментального простору, в якому фантазії дитини стають подібними до дійсності та сприяють доланню її страхів і комплексів. На прикладі позитивних персонажів дитина вчиться діяти правильно; негативні герої казок вказують їй на моделі неналежної поведінки.

Особливості різновидів

У систематиці казкотерапії розрізняють казки таких видів:

- терапевтична;
- релаксаційна;
- психологічно-повчальна;
- психотерапевтична.

Терапевтична казка суголосна сприйманню дитини відповідного віку. Її головний герой схожий на дитину – переживає аналогічні проблеми та емоції. Вплив терапевтичної казки на психіку дитини полягає у можливості через певні звичайні або надзвичайні події показати способи дій у різних життєвих ситуаціях, виховати таким чином готовність до дорослого життя.

Як створити терапевтичну казку

1. Необхідно обрати героя, близького дитині за статтю, віком, характером, щоб навіть його ім'я було схожим.
2. Описуємо життя героя у казці так, щоб дитина знайшла схожість зі своїм життям.
3. Відтворюємо в оповіді проблемну ситуацію, відповідну до реальної, яку переживає дитина.
4. Шукаємо з героєм способи розв'язання проблеми супроводжуємо коментарями, показом ситуації з різних поглядів.
5. Робимо висновок, долучаючи до цього дитину.

Релаксаційна казка здатна впливати на дитину, викликаючи тимчасове розслаблення і заспокоєння. Це короткий твір, розрахований для читання упродовж 3-7 хв. Основним механізмом впливу релаксаційної казки є внутрішня візуалізація: малий слухач ніби бачить себе головним героєм – учасником описуваних подій. Принципова особливість сюжету – те, що герой періодично відпочиває і відпочинок повертає йому сили. Тож казка демонструє дитині, де і яким чином брати енергію для реалізації життєвих завдань.

Психологічно-повчальна казка стимулює розумовий розвиток дитини, виконує дидактично-виховні, освітні, пізнавальні функції. Такі твори адресовані дітям, що мають труднощі в пізнанні світу, наприклад, унаслідок нерівномірного психологічного розвитку. Сюжети психологічно-повчальних казок відтворюють різні ситуації, характерні для реального життя: лікування, розставання,

перебування в дитячому садку, конфліктні ситуації тощо. Подібні сюжети спонукають до творення нового поведінкового комплексу дитини.

Психотерапевтична казка має розгорнуту і складну фабулу. Хоч події розгортаються у фантастичному світі, зводяться вони до цілком реальних ситуацій: розлучення батьків, смерть родичів, хвороба близької людини або й самого головного героя, різноманітних негативних аспектів суспільного життя тощо. Казки цього різновиду спроможні діяти у площині дитячої психіки таким чином, що посилюють адаптаційні можливості дитини, ліквідовують джерела страхів, зменшують нервові напруження.

Значення

Основний принцип казкотерапії – зцілення казкою, сприяння цілісному розвитку особистості, людської духовності. Казкотерапія знижує в дітей рівень тривожності, допомагає долати різноманітні страхи, уможлиблює адаптацію до колективу. Казкою можна приборкати дитячу агресивність, додати впевненості невпевненим і сором'язливим дітям.

Принципи казкотерапії

Таким чином, перший принцип казкотерапії – донести до свідомості дитини інформацію про базові життєві цінності у доступному, ненав'язливому, цікавому для неї вигляді.

Другий принцип казкотерапії – принцип Життєвої Сили, що є необхідною умовою для позитивних змін. На підставі другого принципу вихователі і психологи роблять усе можливе, щоб дитина вчилася знаходити і відновлювати власну Життєву Силу. Казки, які ми складаємо або добираємо, обов'язково зміцнюють віру дитини у власні сили, несуть позитивну життєву програму.

Третій принцип – принцип багатогранності, що розглядає будь-яку життєву ситуацію і казкову історію як кристал із безліччю граней або пиріг із безліччю шарів. Бачення цього дає можливість розширюватись світогляду дитини.

Четвертий принцип – зв'язок між реальностями, де, пізнаючи психічну реальність дитини, психолог допомагає їй взаємодіяти в соціальній реальності.

2. Функції казкотерапії

Казки мають вагоме значення у вихованні та розвитку дітей, виконуючи різні функції:

- діагностичну;
- прогностичну;
- виховну;
- коригувальну.

Залежно від того результату, який необхідно отримати, ставиться певна мета і вже після цього добираються казки, основні функції яких могли б допомогти в реалізації мети.

Діагностична функція відіграє важливу роль на первинному етапі казкотерапії. Вона дозволяє визначити стан дитини і поставити основну мету для подальшої роботи.

Прогностична функція казок полягає в тому, що ми можемо побачити не тільки сьогоднішню людину, але й заглянути в її майбутнє. Цієї мети ми можемо досягти, аналізуючи казки разом із дитиною, даючи відповіді на її запитання. У

кінцевому результату завдяки цій функції нам відкриються особливості поведінки дитини, бачення нею навколишнього світу і стратегії своєї подальшої поведінки.

Виховна функція допомагає нам за допомогою простих сюжетів і яскравих, барвистих образів навчити дитину простих істин, виховати в ній якості та властивості особистості, що потрібні їй в певний момент для розв'язання ситуації, що склалася, і знадобляться в подальшому житті.

Коригувальна функція є тим кінцевим результатом, який ми хочемо отримати наприкінці казкотерапії. Вона полягає в заміні «небажаної» поведінки на необхідну. Саме за допомогою корекції в стані та поведінці дитини спостерігаються зміни на краще.

3. У процесі казкотерапії використовують різні жанри та види казок. Серед жанрів можна визначити: притчі, байки, легенди, міфи, билини, казки, анекдоти та інші.

Казки залежно від своєї мети можуть бути діагностичними, коригувальними і психотерапевтичними.

Діагностичні казки застосовуються на початковому етапі казкотерапії, оскільки дозволяють діагностувати, виявити певні властивості особистості, проблеми, рівень розвитку необхідних знань про навколишню дійсність, життєві цінності тощо.

Після проведення діагностики використовуються казки, основною метою яких є корекція, тобто зміна, розвиток необхідних навичок, умінь, набуття знань, що можуть допомогти людині надалі. За допомогою коригувальної дії виявляється вплив на поведінку людини, формується позитивний стиль поведінки.

Наприклад, якщо проводиться сеанс казкотерапії із замкнутою, невпевненою в собі дитиною, у процесі діагностичної роботи з'ясовується, що причиною такої поведінки є не просто певні риси темпераменту, а дитячі страхи, то психолог, проводячи корекцію, використовує в своїй роботі такі казки, що допомогли б позбавити дитину них.

Після декількох сеансів казкотерапії дитина набуває упевненості в собі, їй легше впоратися зі своїми труднощами, спілкуватися з оточуючими.

Психотерапевтичні казки можуть застосовуватися як на завершальному етапі казкотерапії, так і на будь-якому іншому. Тобто вони можуть бути використані замість коригувальних або замість діагностичних. Основним завданням психотерапевтичних казок є дія не безпосередньо на образ мислення людини або її поведінку, а на сферу її несвідомого, тобто на її духовну складову. Вони не дають конкретних готових відповідей на запитання, що хвилюють людину, а дозволяють їй самій знайти їх.

Особливістю цього виду казок є те, що вони здебільшого використовуються в роботі з дорослими, оскільки у дитини ще бракує знань, щоб самій знайти вихід із ситуації, що склалася, вона потребує допомоги і підтримки з боку дорослих.

Казки можуть класифікуватися залежно від того, ким вони написані. Існують авторські та народні казки.

Авторські казки складають казкотерапевти, батьки або вихователі залежно від того, у чому необхідно допомогти дитині, які проблеми необхідно розв'язати, яких навичок набутти.

Народні казки – це казки різних народів світу, відомі всім із дитинства. Вони дуже важливі для дітей. Необхідно читати українські народні казки і казки інших народів, оскільки діти засвоюють із них не тільки моральні цінності, у них формується дружнє ставлення до інших народів, національностей. Ці самі казки дозволяють дитині дізнатися особливості побуту і культури інших народів.

Важливим критерієм для класифікації казок є вибір об'єктів або аудиторії, для якої вони призначені. Тут можливим є розподіл казок на *індивідуальні та групові*, спрямовані на дитячу аудиторію, підлітків і дорослих людей.

Групова казкотерапія застосовується здебільшого в дитячих садках і школах із дітьми дошкільного і молодшого шкільного віку. Група дітей повинна містити від 3 до 10 осіб. Чим більше дітей у групі, тим важче відстежити проблеми кожної дитини і подолати складнощі в інтерпретації казок. Діти цього віку орієнтуються на думку однолітків і схильні до впливу більшості. Отже, доцільніше проводити казкотерапію індивідуально або в невеликих групах.

Казки, призначені для дитячої аудиторії, підлітків і дорослих, різняться своїми метою і проблемами, що порушуються в них.

Так, наприклад, казки, що використовуються в роботі з підлітками, спрямовані на подолання комплексу неповноцінності, поліпшення взаємин з однолітками і батьками.

Казкотерапія для роботи з дітьми спрямована на подолання дитячих страхів, підвищення самооцінки, розвиток творчих здібностей, соціальної компетентності, моральних якостей тощо.

Казки необхідно добирати залежно від мети, яку ставлять психолог, педагог і батьки; від ситуації, що склалася в житті дитини, її проблем, від бажаного результату процесу казкотерапії.

Кожна «чарівна» казка неоднорідна і складається з декількох взаємопов'язаних частин.

Перша частина, початок казки, знайомить читачів із сюжетом, основною темою, готує до подальших подій. Це – вступна теоретична частина.

Її завдання – розкриття головної проблеми, висвітленої в казці; підготовка читача до відповіді про те, що читач може дізнатися з цієї казки і чого вона може навчити.

Основна частина – розвиток сюжету – відіграє практичну роль. Вона відображає позицію головного героя. У ній до кінця розкриваються:

- проблеми, які доводиться розв'язувати героєві;
- засіб (здебільшого – це казковий помічник), який допомагає героєві казки упоратися з труднощами, що виникають, і досягти поставленої перед ним мети;
- ставлення головного героя до себе, його самооцінка; ставлення до навколишнього світу і тих казкових героїв, які його оточують.

З цієї частини казок дуже важливо зробити висновок, зрозуміти й усвідомити основні проблеми і труднощі героя, допущені ним помилки, щоб, маючи справу з подібними ситуаціями в реальному житті, по можливості, не припускати таких помилок самому. У дітей, які тільки-но починають вивчати

життя, розуміння цих проблем відбувається більше на підсвідомому рівні, у дорослих же усвідомленіше, хоча компонент несвідомого, поза сумнівом, присутній.

Завершальною складовою кожної казки є розв'язання проблеми, конфлікту, що виник у другій частині. У ній герой долає всі труднощі, нагороджується долею за створене ним добро, а зло, що неодмінно присутнє в кожній казці, виявляється переможеним і покараним.

Кінець казки є найважливішим для дитини, оскільки саме наприкінці казки висловлюється її мораль і робляться необхідні висновки, що необхідно було донести до дитини зі всієї казки.

Таким чином, кожна казка є сукупністю структурних елементів, що допомагають здійснити основні функції казок і досягти поставленої мети. Поступово, проходячи з головним героєм усі етапи, дитина засвоює необхідні життєві цінності, учиться долати труднощі та розв'язувати проблеми.

Теми, що порушуються в казках

Казки з різною тематикою обираються залежно від мети казкотерапії, від віку, індивідуальних особливостей дитини та конкретної ситуації.

Основною темою дитячих казок є боротьба добра зі злом. Такі казки образно розкривають перед дитиною головну проблему протиборства доброго і злого начал, присутніх у кожному з нас. Вони вчать дітей доброти, чуйності, співчуття. З них дитина дізнається, що, здійснюючи хороші вчинки, роблячи добро не тільки близьким людям, але і навіть зовсім незнайомим, отримує винагородження, а, коли заподіюєш біль і зло, обов'язково будеш за це покараний, хай не людьми, але долею, яка незалежно від людини та її бажання розпорядиться по-своєму.

Також казки можуть бути спрямовані на боротьбу зі страхами. Ці казки застосовуються для роботи як із дітьми, так і з дорослими. Страх – це фізіологічна реакція організму на навколишню дійсність, він за своєю природою властивий кожному незалежно від його статі, віку, матеріального положення тощо.

Не можна однозначно сказати, що страх – негативне явище. Страх може, навіть, приносити користь людині, стимулюючи її життєві сили, її приховані ресурси для боротьби з різними труднощами в житті. Якщо страх є безпідставним, починає спричиняти незручності, стає всеосяжним, тоді людина неодмінно потребує допомоги. Її можна надати, використовуючи казки.

Казки, спрямовані на позбавлення від страхів, за допомогою яскравих образів і сюжетів, ненав'язливо пояснюють, що не слід боятися невідомого і незрозумілого, необхідно всього лиш придивитися до дійсності – і все стане не таким уже і страшним.

Наступною темою казок є позбавлення людини від негативних особливостей, які їй заважають, наприклад агресії.

Не варто забувати, що агресія є в кожній людині, але якщо вона виявляється в міру і тільки за потреби – це норма, якщо ж вона заважає повноцінному спілкуванню з оточуючими, адаптації до змінних умов, то необхідно працювати над собою, намагаючись поводитись інакше.

У кожній казці обов'язково присутній негативний герой, який проявляє свою агресію стосовно інших героїв. Саме на прикладі таких негативних героїв дитина розуміє, що своєю агресією можна зашкодити не тільки іншим людям (казковим героям), але, в першу чергу, собі. Тобто агресія має властивість бумеранга – повертатися в початкове положення, в цьому випадку – до агресивної людини. Коли ж людина творить добро, вона викликає у інших людей тепле і позитивне ставлення. Не дарма всі казки завершуються перемогою добра над злом.

Не менш важливими є казки, спрямовані на підвищення самооцінки дитини, що розвивають у неї впевненість у собі. Самооцінка і віра в себе безпосередньо залежать від образу мислення людини, від її уявлень про щастя і від бажання його досягти. На прикладі таких казок дитина розуміє, що, для того, щоб досягти своєї мети, не обов'язково бути найрозумнішим і найгарнішим, щастя залежить зовсім не від цього, а від віри в себе і завзятості в розв'язанні поставлених завдань.

Казки, спрямовані на розвиток у дитини сміливості, рішучості та завзятості в досягненні своєї мети, тісно пов'язані з іншими видами казок. Необхідно спочатку розібратися в причинах: чому дитина проявляє боязкість і нерішучість у своїй поведінці та спілкуванні. Причин може бути багато. Наприклад, це може відбуватися через те, що дитина боїться засудження з боку однолітків. У такій ситуації дітям необхідні казки, у яких вони могли б дізнатися, що їхні слова і вчинки не стануть предметом засудження, а їхні думки є важливими і не мають бути осміяні.

Невпевнена поведінка дитини може свідчити про деякі особливості прояву темпераменту. У такому разі дитині необхідно читати казки, безпосередньо спрямовані на розвиток сміливості та впевненості в собі. Наприклад, такі, в яких герой винагороджується за свою активність і сміливість.

Боязкість у поведінці дитини може бути пов'язана зі стресом. Багато хто помилково вважає, що таке напруження можливе тільки в житті дорослих людей, але насправді це не так. До стресових ситуацій діти теж схильні, просто через свій вік вони ще не можуть пояснити нам, дорослим, у чому полягає їхня причина. Якщо батьки помітили у дитини боязкість і невпевненість у поведінці, сором'язливість, яких раніше не помічали, то слід їй більше читати казок із позитивним змістом, з яких легко зрозуміти, що життєві труднощі не існують одвічно, усі печалі та тривоги минають, і все завершується добре.

Прихованою темою деяких казок може бути їхня спрямованість на розвиток у дитини фантазії та творчих здібностей, що особливо необхідно в ранньому віці. Прикладом може бути казка про Царівну-Жабу. Головна героїня знаходила вихід зі складних ситуацій, вона не просто виконувала те, про що її просили (наказували), а ставилася до цього неординарно, про являючи фантазію і творчі здібності.

Такі казки вчать дітей не пасувати перед труднощами, проявляти кмітливість і фантазію для розв'язання проблем. Чим більше дитина слухатиме і читатиме таких казок, тим природнішим для неї буде творчий підхід до будь-якої справи.

Діти зможуть утілити свої мрії та бажання в життя тільки в тому випадку, якщо батьки і вихователі розвиватимуть у них здібності, що допоможуть їм багато чого досягти.

Звісно, це не всі теми, що можуть порушуватися в казках, вони добираються для кожної людини індивідуально, зважаючи на потреби.

Підбиваючи підсумок, можна зробити висновок про те, що майбутнє наших дітей – цілком у руках дорослих. Тільки завдяки дорослим та їхній активності діти засвоюють необхідні для них знання і набувають основних навичок.

Розвиваючи дітей за допомогою казок, батьки та вихователі допомагають їм краще адаптуватися в навколишній дійсності, долати труднощі та проблеми, що виникають у житті.

4. Казкотерапія не є відокремленою від освітніх завдань, оскільки одночасно проводиться робота з розвитку зв'язного мовлення, в учнів формуються вміння висловлювати свої думки, будувати розповідь.

Казкотерапія для дітей часто проводиться в поєднанні з ігротерапією та (або) музикотерапією. Одним з прийомів є пропонування дитині намалювати ілюстрацію або зробити саморобку за мотивами улюбленої казки, інсценувати уривок з неї. Також можна супроводжувати читання казки приємною музикою, що підходить до неї (за емоційним настроєм, ритмічністю та інше).

О. Бурчик виділяє *види роботи над казкою, котрі мають профілактичну та корекційну спрямованість*, а саме:

1. Розповідання казки:

а) Розповідь групі нової або відомої казки від третьої особи. Так педагог, розуміючи значення певної казкової ситуації та її виховний вплив на розвиток особистості, може акцентувати на них увагу під час цього виду роботи. Це сприяє вдосконаленню особистісних якостей дитини.

б) Групова розповідь казки, відомої всій групі. У цьому випадку оповідачем є не один учень, а група. Кожний учасник групи по черзі розповідає невеликий уривок казки. Розповідь розбивається на невеликі уривки вільно і спонтанно залежно від того, яку частину розповіді бере на себе попередній оповідач. Але в процесі цієї роботи педагог контролює розповідь дітей.

Під час цього виду роботи бажано використовувати аудіо- та відеозапис, що зробить цей вид роботи більш цікавим. Як один з видів роботи можна запропонувати дітям уособити будь-який предмет або частину навколишнього середовища і від його імені розповідати казку, що дасть можливість подивитися на ситуацію з іншого боку, ставши на місце іншого.

Якщо час дозволяє, то корисним буде, щоб учні розповідали ту саму казку від імені різних героїв. Необхідно загострювати увагу учасників на тих почуттях, які переживали герої впродовж казкових подій залежно від того, від якого імені йде розповідь.

2. Створення власної казки.

а) Створення індивідуальної казки кожним членом групи. Цей вид діяльності в метафоричній формі відбиває внутрішній світ дитини і опосередковано сприяє особистісному її розвитку. Якщо запропонувати, щоб ім'я

героям дали самі діти, то це допоможе з'ясувати, як того чи іншого учня сприймають у колективі.

б) Групове складання казки. Кожен учень по черзі доповнює власним продовженням казковий твір. Процес групового складання дає змогу дізнатися, хто в групі є лідером, хто прагне привернути до себе увагу, хто хоче залишатися непоміченим, хто нав'язує своє рішення, а хто поважає думку іншого. Крім цього даний вид роботи дасть зрозуміти, наскільки згуртованим є колектив групи.

в) Написання власної казки за дві хвилини, не відриваючи ручки від паперу. Ця форма роботи, на нашу думку, вступає в суперечності із забезпеченням здоров'язбережувального середовища, оскільки, сприяючи емоційному благополуччю дитини, шкодить фізичному стану дитини, бо м'язи руки тривалий час знаходяться в тонусі й учень перебуває в стані напруження, що сприяє втомі.

3. Казкова лялькова терапія та драматизація казок. Ці види робіт не тільки можуть урізноманітнити уроки читання, а й сприятимуть зміцненню колективу, формуванню позитивного емоційного клімату в групі, розвитку творчого потенціалу учнів та розв'язанню в метафоричній формі внутрішніх проблем.

Для ефективної реалізації казкотерапії під час уроків в початковій школі слід дотримуватися таких принципів їх проведення під час тренінгу, але адаптованих під освітній процес:

1. Принцип безумовного прийняття внутрішнього світу дитини. Світ казки сприймається цілісно і безоцінювально.
2. Принцип об'єктивності. Казка розглядається у всій її багатогранності.
3. Принцип результативності. Проведення аналізу повинно мати конкретну мету: формування висновків, об'єднання колективу, досягнення виховних та навчальних цілей конкретного уроку.

5. Розглянемо, який вплив здійснює казкотерапія на різних вікових періодах:

1) у віці від трьох до шести років дитина вчиться думати про предмети і порівнювати їх подумки навіть тоді, коли вона їх не бачить. Дитина починає створювати моделі тієї дійсності, з якою має справу;

2) від чотирьох до п'яти років – це вік апогею казкового мислення. Казка спонукає дитину співпереживати персонажам, у результаті чого у неї з'являються нові уявлення про людей, предмети і явища навколишнього світу, новий емоційний досвід. На цьому віковому етапі казка, певною мірою, задовольняє три природні потреби дитини дошкільного й молодшого шкільного віку:

– потреба в автономності. У кожній казці герой діє самостійно упродовж усього свого шляху, робить вибір, приймає рішення, покладаючись лише на самого себе, на свої власні сили;

– потреба в компетентності. Герой виявляється здатним подолати неймовірні перешкоди і, як правило, стає переможцем, досягає успіху, хоча можливі тимчасові невдачі;

– потреба в активності. Герой завжди активний, діє: куди йде, кого зустрічає, комусь допомагає, з кимось бореться;

3) підлітковий вік – це найважчий і складний з усіх дитячих вікових груп. Для підлітків і дорослих емоційний аспект казкотерапії є дверима до їхнього особистісного ресурсу. Занурюючись у казку, підлітки та дорослі можуть

накопичити сили, відкрити нові можливості для творчої конструктивної зміни реальної ситуації, і, відкривши у собі ресурс, вони переключаються на події свого життя, трохи інакше усвідомлюють їх і приступають до соціального моделювання;

4) дорослість особистості. Базова проблема сучасної жінки полягає в тому, що вона реалізується за «чоловічим типом», прагне бути активною, підпорядковувати собі ситуації, події та людей, витратити свою енергію. Шляхи жіночої самореалізації пов'язані з проявом різних сил усередині жінки, джерелом яких є її іпостасі. Актуалізовані сили формують потребу. Жінка свідомо чи несвідомо починає будувати програму задоволення цієї потреби;

5) літній вік. Казкотерапію застосовують, як форму, що дає змогу виявити і вирішити психологічні проблеми людей похилого віку й сформувати творче ставлення до життя. Крім того, в людей старшого покоління з'являється впевненість у власних силах.

За визначенням Т. Зінкевич-Євстигнеєвої, у казкотерапії використовуються різноманітні жанри: притчі, байки, легенди, билини, саги, міфи, казки, анекдоти. Знаходять застосування і сучасні жанри: детективи, любовні романи, фентезі та ін. Кожному клієнтові підбирається відповідний його інтересам жанр. Кожна з цих казок має свій вплив, свою функцію.

На сьогодні відомі такі функції казок:

- тексти казок викликають емоційний резонанс як у дітей, так і в дорослих;
- концепція казкотерапії заснована на ідеї цінності метафори як носія інформації: про життєво важливі явища, про життєві цінності, про постановку цілей, про внутрішній світ автора (в разі авторської казки);
- у казці в символічній формі міститься інформація про те: як влаштований цей світ, хто його створив; що відбувається з людиною в різні періоди його життя; які труднощі перешкоди можна зустріти в житті і як з ними справлятися; якими цінностями керуватися в житті; як будувати стосунки з батьками і дітьми; як прощати.

Для створення психокорекційної казки педагогу можна використовувати такий алгоритм:

- підібрати героя, близького дитині за статтю, віком, характером;
- описати життя героя у казковій країні так, щоб дитина знайшла схожість зі своїм життям;
- помістити героя в проблемну ситуацію, схожу на реальну ситуацію дитини, і приписати герою всі переживання дитини;
- пошук героєм казки виходу з проблемної ситуації, що створилася;
- усвідомлення героєм казки своєї неправильної поведінки і становлення на шлях змін.

Психокорекційну казку можна просто прочитати дитині, не обговорюючи. Таким чином, ми даємо їй змогу побути наодинці із самою собою і подумати.

Такі казки не завжди однозначні, не завжди мають традиційно щасливий кінець, але є завжди глибокими та проникливими. Психотерапевтичні казки часто залишають людину з питанням. Це, в свою чергу, стимулює процес особистісного зростання.

Для індивідуальної або групової роботи може бути запропонована будь-яка казка, її необхідно прочитати вголос. Казкова ситуація, яка задається дитині, повинна відповідати певним вимогам, а саме:

1) ситуація не повинна мати правильної готової відповіді (принцип «відкритості»);

2) ситуація повинна містити актуальну для дитини проблему, «зашифрований» в образному ряді казки;

3) ситуації та питання мають бути побудовані і сформульовані таким чином, щоб спонукати дитину до самостійного конструювання та простежування причинно-наслідкових зв'язків.

На думку Е. Чех, існують декілька варіантів роботи з казкою:

1) розповідь казки (дає змогу виявити її спонтанні емоційні прояви, які зазвичай не спостерігаються в поведінці дитини, але в той же час діють у ній);

2) малювання казки (допомагає дитині втілювати все, що її хвилює, почуття та думки. Таким чином можна звільнитися від тривоги або іншого почуття, яке турбувало);

3) казкотерапевтична діагностика (використання ляльок у процесі консультування дає змогу провести психодіагностичне обстеження дітей. За допомогою певних казок і ляльок можна діагностувати ті чи інші проблеми дитини);

4) твір – казка (дитина фантазує, створює казку і водночас прописує власну підсвідому проблему на папері, що вже має вплив на емоційну сферу, та дає можливість викиду негативних емоцій);

5) виготовлення ляльок (відбувається включення у клієнтів механізмів проєкції, ідентифікації або заміщення, що і дає змогу досягти певних результатів. З позиції психоаналітичної теорії ляльки виконують роль тих об'єктів, на які зміщується інстинктивна енергія людини);

6) постановка казки (допомагає розкрити емоції дитини, побачити її поведінку в діяльності, рівень комунікативних навичок. Дитина, виступаючи в ролі казкового героя, розкривається на внутрішньому рівні).

6. Грі властиві певні загальні, універсальні ознаки:

Гра як активна форма пізнання навколишньої дійсності. Різноманітність її форм уводить дитину у сферу реальних життєвих явищ, завдяки чому вона пізнає якості та властивості предметів, їх призначення, способи використання; засвоює особливості стосунків між людьми, правила і норми поведінки; пізнає саму себе, свої можливості і здібності.

Гра як свідомо і цілеспрямована діяльність. Кожній грі властива значуща для дитини мета. Щоб досягти мети вона добирає необхідні засоби, іграшки, здійснює відповідні дії та вчинки, вступає у різноманітні стосунки з товаришами. Діти домовляються про тему і зміст гри, розподіляють ролі, певною мірою планують свою діяльність.

Крім загальних, гра наділена специфічними, характерними тільки для неї, ознаками

Гра як вільна, самостійна діяльність, що здійснюється за особистою ініціативою дитини. У грі дитина реалізує свої задуми, по-своєму діє, змінює за

своїми уявленнями реальне життя. Гра є вільною від обов'язків перед дорослими сферою самодіяльності та самостійності дитини, оскільки, граючи, дитина керується власними потребами та інтересами. Воля і самостійність дитини виявляється у виборі гри, її змісту, у добровільності об'єднання з іншими дітьми, у вільному входженні в гру і виході з неї тощо.

Наявність творчої основи. Гра завжди пов'язана з ініціативою, вигадкою, кмітливістю, винахідливістю, передбачає активну роботу уяви, емоцій і почуттів дитини.

Емоційна насиченість. У процесі гри діти переживають певні почуття, пов'язані з ролями, які виконують: турбота, ніжність «матері»; відповідальність «лікаря»; справедливість «вчителя» тощо. У колективних іграх вони виявляють дружбу, товариськість, взаємну відповідальність, відчують радість від результату, подолання труднощів.

Отже, гра як вид діяльності поєднує в собі як загальні для будь-якої соціальної діяльності ознаки (цілеспрямованість, усвідомленість, активна участь), так і специфічні (свобода і самостійність, самоорганізація, наявність творчої основи, почуття радості і задоволення).

7. Ігрова терапія – це психотерапевтичний метод впливу на дітей дошкільного та шкільного віку шляхом застосування ігор, іграшок та інших елементів. Рольові ігри, що становлять основу цю терапії, допомагають виявити проблеми в поведінці, психіці або розвитку дітей, навчають способам вирішення цих проблем та сприяють відновленню психічного та емоційного здоров'я.

Проводиться ігротерапія може в самих різних умовах – самостійно, вдома, в дитячих садах і школах, в кабінеті психолога або психотерапевта. Багато батьків з деякою часткою настороженості ставляться до цього методу лікування, вони не вірять, що ігротерапія для дітей є потужним засобом впливу на свідомість і почуття малюка будь-якого віку (крім старших школярів і підлітків, для них використовують інші методи психотерапії, хоча ігрові методики теж можуть бути ефективні). Щоб зрозуміти чому і як ігротерапія діє на малюка, потрібно розібратися в її основних принципах дії, а також зрозуміти, які «підводні камені» є у цієї методики.

Завдання терапії грою

Які цілі переслідує даний метод психологічної корекції? Серед основних завдань ігротерапії, яка є одним з видів арттерапії, виділяють:

- полегшення психологічних страждань дитини;
- розвиток у дитини почуття самооцінки і зміцнення в ньому власного «Я»;
- відновлення довіри до однолітків і дорослих з оптимізацією відносин з ними;
- розвиток здатності до емоційної саморегуляції;
- попередження та корекція різних деформацій при формуванні «Я-концепції»;
- профілактика і корекція відхилень у поведінці.

Структура гри:

1. Роль.
2. Ігрові дії, де роль презентується.

3. Ігрове використання предметів як заміщення реальних предметів.

4. Реальні стосунки між гравцями.

Гра ніби моделює дійсність, репетирує її, дозволяє переробити себе в ситуації, яка відбулася давно чи ще не сталася. У грі людина може самопрезентуватися символічно, тобто із задіянням несвідомих аспектів психіки.

Гра може використовуватись у груповій терапії, у соціально-психологічному тренінгу.

Гра спрямована на подолання соціального інфантилізму, замкненості, фобії, конформності, шкідливих звичок, неадекватної статевої ідентифікації.

У грі діти навчаються партнерству, екстраполюють навички на реальне підґрунтя, відбувається навчання правилам.

Принципи ігротерапії:

1. Безумовне прийняття (дитина пропонує все).
2. Недирективність (не прискорюємо процес гри, терапії).
3. Встановлення фокусу корекційного впливу на почуттях і переживаннях дитини.

Діти часто у грі компенсують свої психологічні труднощі.

Види та форми ігротерапії:

Теоретичний підхід:

- в психоаналізі;
- центрована на клієнтові;
- Ігротерапія реагування;
- побудова стосунків;
- у вітчизняній практиці;

За функціями:

- директивна і недирективна.

За формою:

- індивідуальна і групова.

За структурою:

- структурована і неструктурована.

У психокорекції часто використовується рольова гра. Її сюжет соціально спрямований. Проте вона розгортається в дії, без належних попередніх сюжетних відпрацювань. Мінімізація того, що треба робити, дає змогу учасникам гри набувати творчої самодіяльності, управління якою відбувається внутрішніми програмами їхньої психіки.

Гра проходить спонтанно. Інколи розігрування рольових ситуацій відбувається в умовах штучного створення труднощів.

Метод розігрування рольових ситуацій дає можливість побачити членів групи не лише в міжособистісних взаєминах, а й у процесі виконання певної соціальної ролі. Матеріал про поведінку суб'єкта в рольовій ситуації є надійною основою перевірки гіпотез стосовно його особистісної проблеми. Поведінка в рольовій грі дає можливість уточнити психодіагностичні передбачення і з'ясувати, як особистісна проблема деструктує стосунки, робить їх неефективними.

8. Ігрова терапія широко застосовується в соціально-педагогічній роботі з дітьми з інвалідністю. Особливості її проведення, підбір методик і технічних засобів залежить від категорії дітей з обмеженими можливостями, тому методи, які застосовуються різняться між собою.

Розглянемо особливості використання методів ігрової терапії з дітьми, які страждають на *дитячий церебральний параліч*. Ігри рухливі і малорухливі є самою прийнятною формою занять фізичними вправами з цією категорією дітей. Дитина, включаючись в сюжет гри, стає її безпосереднім учасником, веселиться і радіє, забуваючи про свої дефекти. Розмаїтість рухів, з яких складається рухлива гра, впливає на психофізичний і емоційний стан дитини, що створює позитивні передумови для корекції.

Для дітей із ДЦП у випадках збереження інтелекту пропонуються сюжетно-рольові ігри, гри-драматизації, де діти не тільки відтворюють досвід минулого і дійсного досвіду, але і моделюють новий досвід. Здатність дитини входити в роль – це важлива умова, необхідна для корекції не тільки емоційного дискомфорту, але і негативних проявів характеру.

Фахівці пропонують будувати заняття на основі тематичної гри, що складається з взаємозв'язаних ситуацій, вправ, заснованих на повторно-коловому методі для відтворення етапів рухового розвитку дітей. Використання музики вчить дітей адекватно реагувати на звуки, формувати почуття ритму, емоційно-позитивне відношення і мотивацію до діяльності.

Значення в іграх-вправах має текст, звичайно веселий, бешкетний. Такі вправи використовуються у фізкультурних хвилинках, як елемент гри руху пальців, кистей рук. Ці вправи розвивають пам'ять, увагу, легше запам'ятовуються слова і рухи.

У роботі з дітьми молодшого шкільного віку використовуються імітаційні вправи, ігри. Режим рухів будується з обліком проведених бальнеофізіологічних процедур і режиму харчування.

Е. Калижнюк рекомендує використовувати ігри на тренування уваги, спостережливості. Чергувати їх з іншими видами діяльності, використовувати ігри для розвитку голосу, тренування артикуляції. При корекційній роботі спиратися на збережений зоровий аналізатор. Важливу роль Е. Хейсерман відводить іграм у процесі реабілітації порушених функцій у дітей із ДЦП.

Отже, гра поліпшує не тільки фізичний розвиток, але і впливає на розвиток психічних процесів. Властивості гри як діяльності відбиває багатий психокорекційний потенціал. У грі виявляються не тільки порушені, але і збережені функції, з опорою на які проводиться корекція і розвиток порушених функцій.

Серед багатьох методів корекційного впливу на особистість дитини з *проявами асоціальної поведінки* треба також виділити застосування методів ігрової терапії.

Серед основних методів ігрової терапії треба відзначити методи відреагування агресії дитини за допомогою іграшкових засобів (іграшкова зброя, сюжетно-рольова гра), арттерапевтичних методів відреагування агресію проти близьких і значимих людей (малюнкові методи, методи роботи з пластиліном, глиною і піском). За допомогою гри дитина емоційно переживає негативні

конфліктні ситуації в родинних стосунках, усвідомлює і проживає образ, гнів, ненависть. Гра дозволяє не тільки пережити ситуацію на символічному рівні, але й допомагає вербалізувати внутрішні переживання і почуття, виконуючи функцію фасилітації і функцію навчання виражати власні емоції і почуття.

Структуровані ігри з введенням в сюжет обмежень і правил сприяють формуванню у дитини почуття відповідальності, соціально нормованої поведінки, поваги до інших.

Ігрову терапію можна проводити як в індивідуальній формі, так і в формі групових тренінгових занять, які сприяють ресоціалізації і реадaptaції дитини в сфері міжособистісних стосунків і спілкування.

9. Дорослі, які взаємодіють із дитиною повинні керуватися такими переконаннями:

- діти – не маленькі дорослі, а повноцінні особистості;
- діти – люди, вони здатні до глибоких емоційних переживань;
- діти – унікальні та заслуговують на повагу, дорослі повинні враховувати та поважати індивідуальність кожної особистості;
- діти – витривалі, вони здатні долати перешкоди у власному житті;
- діти мають вроджену тенденцію до зростання, вони володіють внутрішньою інтуїтивною мудрістю;
- діти здатні до позитивного управління власною діяльністю, вони творчо взаємодіють із власним світом;
- гра – природна мова дітей, вона є найбільш комфортним середовищем для їх самовираження;
- діти мають право на мовчання, а дорослий зобов'язаний поважати бажання дитини не розмовляти;
- діти накопичують позитивний життєвий досвід і проявляють його за власним бажанням, дорослі не повинні примушувати їх до показових проявів;
- особистісне зростання дитини не можна прискорити, дорослі визнають це і проявляють терпіння.

Іграшки і матеріали для ігротерапії

Вибір іграшок і ігрових матеріалів має бути свідомим, таким, що базується на серйозних логічних підставах.

Іграшки дитини – це слова, а гра – її мова. Таким чином, слід вибирати такі іграшки і матеріали, які полегшили б експресію дитини, забезпечивши їй широкий спектр ігрової діяльності. Оскільки іграшки і матеріали є у дітей частиною комунікативного процесу, слід приділити пильну увагу відбору відповідних зразків. Правилком є відбір, а не накопичення іграшок.

Іграшки і матеріали, необхідні для ігрової терапії, можна згрупувати в три великі класи:

1. Іграшки з реального життя.
2. Іграшки, що допомагають відреагувати агресію.
3. Іграшки для творчого самовираження і послаблення емоцій.

Іграшки з реального життя.

Такими іграшками є лялькове сімейство, ляльковий будиночок, маріонетки, вони можуть зображати членів реальної сім'ї дитини. Ці іграшки роблять

можливим безпосереднє вираження почуттів дитиною. Гнів, страх, суперництво між братами і сестрами, кризи, сімейні конфлікти можуть виражатися безпосередньо, коли дитина розігрує сценки з людськими фігурками. Машина, вантажівка, човен і каса особливо важливі для впертої, тривожної, замкненої дитини, оскільки з цими іграшками можна грати в невизначену гру, не виражаючи ніяких почуттів.

Іграшки, що допомагають відреагувати агресію.

У ігровій терапії діти часто переживають сильні емоції, для опису і вираження яких у них немає словесних позначень. Структуровані іграшки і матеріали, такі як іграшкові солдатики, крокодил, рушниця, гумовий ніж, можуть використовуватися дітьми для вираження гніву, ворожості і фрустрації. Стрілянина, закопування, кусання, биття і ножові удари в ігровій кімнаті прийнятні, оскільки вони виражаються символічно. Інтенсивність, з якою в ігровій кімнаті виражаються агресивні відчуття, іноді може збентежити початківця ігротерапевта. Проте часом буває необхідно встановити межі поведінки дитини, якщо, наприклад, вона починає розкидати пісок по всій кімнаті. Забиваючи цвяхи в поліно з м'якої деревини або барабанячи по вішалці, дитина відреагує почуття і в той же час зосередить на цій дії увагу і енергію, підсилюючи тим самим ступінь концентрації. У цей перелік можна включити іграшки, що зображають диких тварин, оскільки на ранніх стадіях ігрової терапії дітям важко виражати агресивні відчуття по відношенню до людей, навіть якщо це просто ляльки. Такі діти не будуть наприклад, стріляти в ляльку, що зображає тата, але стрілятимуть в лева. Іноді діти виражають ворожість тим, що кусають, жують і гризуть іграшкового крокодила.

Прикладом матеріалу, який може бути віднесений до двох категорій, є глина. Вона може служити для вираження творчого потенціалу і для відпрацювання агресивних почуттів. Глину можна м'яти, бити, кидати, енергійно розкочувати, з силою розривати на шматки. Крім того, дитина може користуватися глиною, щоб виліпити фігурки для гри.

Іграшки для творчого самовираження і послаблення емоцій.

Пісок і вода найчастіше використовуються дитиною як неструктуроване середовище для гри. Проте їх рідше можна знайти в інтер'єрі ігрової кімнати, хоча багато авторів описують воду як найбільш ефективний терапевтичний засіб у всіх ігрових матеріалах. Пісок і вода не мають структури і можуть перетворитися за бажанням дитини в що завгодно. Можливості їх застосування безмежні.

Особливе значення надається кубикам. Кубики можуть бути будинками, їх можна кидати, ставити один на одного, розкидати. Все це дозволяє дитині відчувати, що означає творити або руйнувати. Як у випадку з водою і піском, дитина може переживати почуття задоволення, оскільки не існує правильного способу гри з кубиками.

Палітра і фарби дають дитині можливість творити, бруднити, смітити, розігрувати сценки у ванні і виражати свої почуття.

Особливі зауваження при виборі іграшок

Хоча успішне вирішення головоломок може полегшити розвиток толерантності і фрустрації (відчуття адекватності), застосовувати їх не

рекомендується, оскільки щонайменше один шматочок з головоломки неодмінно загубиться. Події в ігровій кімнаті не повинні закріплювати негативний досвід дитини. Діти, страждаючи від відчуття неадекватності і відчуваючи труднощі у вирішенні головоломок, повинні мати можливість відчувати успіх і наступне відчуття задоволення.

Слід спеціально використовувати поліна, молотки і цвяхи. Поліно має бути приблизно 30 см у висоту і бути шматком дерева м'якої породи. Молоток має бути звичайного розміру. Спеціальний дитячий молоток дітей не влаштовує. Цвяхи мають бути двох розмірів: короткі товсті з великим капелюшком і довші тонкі. Короткі цвяхи не гнутимуться, і кожна дитина зможе вибрати власний рівень складності.

Всі речі, що знаходяться в кімнаті, мають бути цілими, акуратними і функціонуючими. Багато дітей приходять в ігрову кімнату з нестійкого середовища. Ця нестійкість не повинна підкріплюватися наявністю в ігровій кімнаті поламаних іграшок.

Фарби мають бути свіжими. У коробку з фарбами можна поставити маленькі кавові чашки – це полегшить змішення фарб. Невеликий жорсткий пластиковий басейн може послужити відмінною пісочницею. Періодично пісок можна збризкувати водою, щоб прибити пил.

Дітям потрібне таке місце, куди можна втекти від нагляду і сховатися. Необхідно влаштувати ігрову кімнату так, щоб якийсь об'єкт (наприклад, це може бути шафа або плита) відступав від стіни. Тоді діти можуть грати по іншу сторону плити, сховавшись від погляду ігротерапевта, коли відчують в цьому необхідність. Можливість відділення ігротерапевта дуже важлива в розвитку свободи стосунків.

У кімнаті має бути порядок. Це робить і кімнату, і стосунки прогнозованими. Коли одна і та ж кімната використовується різними працівниками, рекомендується раз на місяць призначати день для прибирання, коли всі збираються, щоб прибрatisя в ній, привести її в порядок.

Серед найбільш успішних видів ігротерапії можна виділити *лялькотерапію*, *гудзикотерапію* за рахунок їх образності, наочності і матеріальності, внаслідок чого відбувається більш глибоке входження дитини в ігрову реальність, і гру в дочки-матері тощо. Улюблене заняття всіх дітей – привласнювати лялькам імена реальних людей, що оточують їх, або героїв казок, мультиків і ін. Спостерігаючи за грою дитини, батьки можуть зрозуміти, що її турбує, що їй подобається, що викликає злість.

Сьогодні з успішністю також застосовується шахова і *музична ігрова терапія*. Ці ресурси терапії були розроблені для вирішення декількох завдань одночасно: для розуміння малюка, впливу на дитячий розум, на його емоції і почуття. Ще в арабських племенах шахи вважалися найкращим методом лікування нервових хвороб. Сьогодні навряд чи знайдуться бажаючі оскаржити благотворний вплив класичної музики на людський організм.

Гра в наш час стала кращою практикою, що сприяє розвитку дитини незалежно від її інтелектуальних і фізичних можливостей. Адже за допомогою гри дитина навчається правильно говорити, вчиться міркувати і самостійно приймати деякі рішення.

ЯКОВИШИНА Тетяна

Лекція 4

ТЕРАПІЯ ПІСКОМ АБО ПІСОЧНА ТЕРАПІЯ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

1. Історія виникнення піскової арттерапії. Переваги та завдання застосування пісочної терапії у молодшому шкільному віці (https://youtu.be/g_8423QtfCY).
2. Принципи пісочної терапії.
3. Основні компоненти пісочної терапії (<https://youtu.be/MZLjAb1Jzz4>).
4. Символічне значення матеріалу, що використовується в пісочній терапії.
5. Корекційно-розвивальний та дидактичний напрями роботи в пісочній терапії.

Література

1. Газолишин В. Відчуття втрати часу в кризовій ситуації. Пісочна терапія. *Практична психологія та соціальна робота*. 2010. № 11. С. 24-25.
2. Галайдіна Г. Мандри у пісочному царстві. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2017. № 7/8. С. 14-16.
3. Грабенко Т., Зінкевич-Євстигнеєва Т. Чудеса на піску. Київ: Ред. загальнопед. газ., 2004. 128 с.
4. Гречишкіна А., Коваленко Н. Пісочна психотерапія. *Палітра педагога*. 2010. № 5. С. 10-14.
5. Дмитрішина Н. Чудеса малювання піском. *Психолог дошкілля*. 2013. № 2. С. 49.
6. Дубинська О. Пісочна терапія. Профілактика негативних станів учнів. *Психолог*. 2015. Листоп. (№ 11). С. 12-13.
7. Іваннікова С. Пісочна терапія. Розмаїття поглядів і підходів. *Психолог*. 2012. № 7. С. 40-42.
8. Карабаєва І. Педагогічна пісочниця. Метод особистісного зростання дошкільників. *Психолог*. 2012. № 2. С. 20-22.
9. Корнійчук М. Корекційне заняття з використанням піскової терапії. Дитина з особливими потребами. *Інклюзивна освіта. Дефектологія. Корекційна робота*. 2015. № 3. С. 13-16.
10. Малишевська І. Підготовка майбутнього вчителя початкових класів до використання природотерапії у роботі з учнями початкової школи: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Київ, 2011. 254 с.
11. Мірошніченко Т. Підготовка майбутніх учителів початкових класів до використання засобів естетотерапії у навчально-виховному процесі: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04. Полтава, 2014. 237 с.
12. Павленко Т. Пісочна терапія у роботі з учнями. *Шкільному психологу. Усе для роботи*. 2015. № 9. С. 21-22.
13. Сорока О. Теоретичні і методичні засади підготовки майбутніх учителів початкової школи до використання арт-терапевтичних технологій: дис. ... докт. пед. наук: 13.00.04. Тернопіль, 2016. 534 с.
14. Федій О. Пісочна терапія у просторі професійної діяльності сучасного вчителя початкових класів. *Вісник Житомирського ун-ту імені Івана Франка* / гол. ред. П. Саух. Вип. 43. Житомир: ЖДУ, 2009. С. 96-101.
15. Шевченко К. Щоб навчатись, розвиватись – будемо в пісочку гратись. Світ чудес на піску. *Психолог*. 2006. № 21. С. 25-36.

1. Пісочна терапія – це ключ до внутрішнього світу дитини, один з засобів виразити переживання, досліджувати світ, збудувати стосунки.

Уперше принцип «пісочна терапія» був запропонований Карлом Густавом Юнгом. На його думку, цей текучий матеріал символізує життя у всесвіті, а окремі піщинки – це люди й інші живі істоти.

Вважається, що витoki «піскової терапії» – у книзі відомого письменника фантаста Г. Уеллса «Ігри на підлозі» (1911). У ній він описує, як його сини, граючи з мініатюрними фігурками, знаходили вираження і полегшення труднощів у відносинах з членами сім'ї і один з одним. Саме ця книга надихнула дитячого психіатра Маргарет Лоуенфельд, що заснувала Лондонський Інститут Дитячої Психології, поставити на полиці свого кабінету мініатюрні фігурки. Перша ж дитина, що побачила ці фігурки, перенесла їх у пісочницю, що стояла поруч, і стала грати з ними в піску. Саме це і поклало початок «техніці побудови світу» – діагностичної і терапевтичної методик, детально розробленої та описаної Маргарет Лоуенфельд.

Слід зазначити, що в середині XIX ст. вітчизняний педагог К. Ушинський наголошував на розвивальних можливостях роботи дітей з природними матеріалами, зокрема й піском. Він писав: «Діти не люблять іграшок нерухомих, закінчених, добре зроблених, яких вони не можуть змінити за своєю фантазією... краща іграшка для дитини та, яку вона може змусити змінитись найрізноманітнішим чином... для маленьких дітей найкраща іграшка – купа піску»

Пісок – ідеальне розвиваюче середовище, де можна творити без страху, щонебудь зламати або зіпсувати. Основоположна ідея пісочної терапії Sand Play полягає в тому, що дитина, переносячи на площину пісочниці свої фантазії і переживання, може контролювати самостійно свої спонукання, виражаючи їх в символічній формі.

Мета пісочної терапії – не міняти і не переробляти дитину, не учити її спеціальним поведінковим навичкам, а дати їй можливість бути такою, якою вона є.

Пісочниця – це маленька модель навколишнього світу. Під час гри з піском дитина може виразити свої відчуття і переживання. За допомогою гри її легко почути і зрозуміти дорослим. Розігруючи різні життєві сюжети в пісочниці, дитина символічно вирішує свої проблеми, позбавляється комплексів, страхів і переживань.

Перенесення традиційних педагогічних занять в пісочницю має такі переваги:

- 1) істотно посилюється бажання дитини дізнаватись щось нове, експериментувати і працювати самостійно;
- 2) відбувається розвиток «тактильної чутливості» як основи розвитку «ручного інтелекту»;
- 3) розвиваються всі пізнавальні процеси (сприйняття, увага, пам'ять, мислення), а також мова і моторика;
- 4) удосконалюється розвиток предметно-ігрової діяльності, що в подальшому сприяє розвитку комунікативних навичок дитини;
- 5) пісок, як і вода, здатний «заземляти» негативну енергію.

Педагогічна пісочна терапія – інноваційна технологія особистісно орієнтованого навчання та виховання молодших школярів, метою якої є активізація навчально-пізнавальної діяльності учнів, розвиток їх емоційно-чуттєвої сфери, створення умов для індивідуально-творчого вияву особистості у процесі роботи в пісочниці.

Ми вважаємо, що використання цієї технології в освітньому процесі початкової школи має низку *переваг*, а саме:

- практично кожна дитина, незалежно від свого віку, соціального досвіду, може брати участь у роботі з піском, яка не вимагає жодних спеціальних умінь, здібностей до такого виду діяльності;
- педагогічна пісочниця виступає своєрідним «мостом» між педагогом та учнем. Це особливо цінно при виникненні труднощів у спілкуванні з приводу складних особистісних проблем, встановленні довірливих стосунків у діаді «вчитель – учень», налагодженні контактів при роботі з «важкими» дітьми;
- педагогічна пісочниця є засобом переважно невербального спілкування. Особлива її цінність становить для дітей із заниженою самооцінкою, підвищеною тривожністю і сором'язливістю, яким складно словесно описати свої переживання, думки, погляди, які помітно втрачають інтерес до навчання;
- у більшості випадків робота в пісочниці викликає в дитини позитивні емоції, допомагає подолати апатію і безініціативність, сформуванню активну життєву позицію, сприяє стимуляції навчально-пізнавальної діяльності, знижує втомлюваність, негативні емоції.

Привнесення в пісочну терапію казкотерапевтичного підходу (Т. Зінкевич-Євстигнеєва) дозволяє педагогу розглядати пісочницю як:

- середовище для створення казок (таємниця народження міфу, казки відбувається набагато легше коли дивишся на реальні речі, ніж на білий папір);
- посередника встановлення контакту між дорослим та дитиною (особливо ефективно на перших етапах діяльності педагога);
- засіб усунення комплексу «поганого митця», який є досить характерним для учнів початкової школи, особливо на уроках письма: дитина працює з готовим матеріалом;
- «поле», яке дозволяє педагогу глибоко відчувати внутрішній світ дитини (споглядач ніби торкається Душі дитини, її світогляду, він стає свідком таїнства внутрішніх змін, що відбуваються в дитини під час гри та занять у пісочниці).

Таким чином, виокремлюють такі *завдання пісочної терапії у роботі з молодшими школярами*:

- активізація навчально-пізнавальної діяльності учнів;
- створення психологічно комфортних умов для розвитку, навчання й виховання дітей молодшого шкільного віку;
- формування позитивної навчальної мотивації;
- розвиток просторової уяви, образно-логічного мислення, сенсорно-перцептивної сфери, дрібної моторики рук та кінестетичної чутливості;
- формування навичок позитивної комунікації, вербальної і невербальної активності в ігровій діяльності;
- забезпечення сприятливих умов розкриття творчого потенціалу особистості;

- формування цілісного, сильного і здорового «Я» дитини, забезпечення рівноваги між внутрішнім світом переживань і зовнішнім соціальним світом, гармонізація загального психоемоційного стану учня, зниження тривожності;
- встановлення довірливих стосунків у діаді «вчитель – учень», «учень – учень», покращення психічного самопочуття суб'єктів педагогічного процесу.

2. Принципи педагогічної пісочної терапії

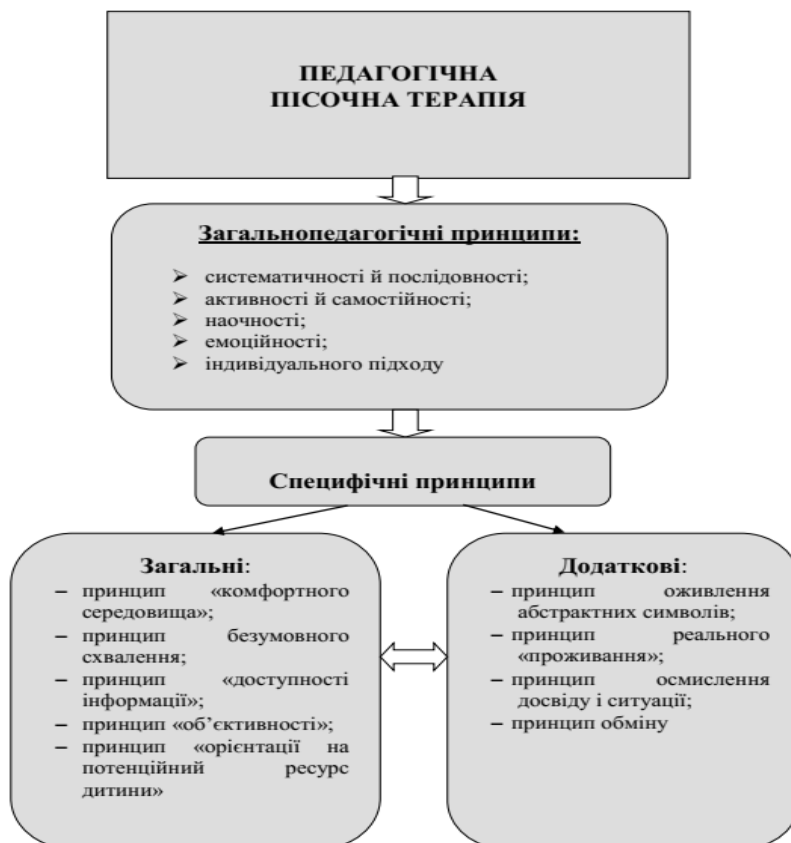


Рис.1.1. Принципи педагогічної пісочної терапії

Принцип систематичності і послідовності полягає у формуванні знань, умінь і навичок учнів з урахуванням попередніх знань при вивченні нового матеріалу, в реалізації наступності при вивченні окремих тем, забезпеченні логічних зв'язків між засвоєнням способів дій і знань. Цей принцип передбачає системність у роботі вчителя з використанням пісочниці.

Реалізація *принципу активності й самостійності* в процесі роботи з педагогічною пісочницею сприяє активізації навчально-пізнавальної діяльності молодших школярів, формуванню позитивного ставлення до навчання, інтересу до навчального матеріалу.

Принцип наочності передбачає використання в пісочній терапії різноманітних засобів наочності, які сприяють ефективнішому засвоєнню навчального матеріалу. Це можуть бути: природні й штучні матеріали, картки із зображенням цифр, пластмасові або дерев'яні літери, геометричні фігури, мініатюрні фігури людей, транспорту, рослин, тварин тощо.

Важливим принципом проведення пісочної терапії є *принцип емоційності*. Він полягає у активізації позитивних емоцій у дітей, що в свою чергу, є необхідною умовою розвитку внутрішніх мотивів учіння, формування інтересу й

бажання пізнавати навколишній світ. Найчастіше взаємодія з піском викликає у дітей приємні відчуття та емоції, які сприяють активізації навчально-пізнавальної діяльності, формуванню почуття впевненості в своїх силах.

Одним із ключових принципів роботи в пісочній терапії є *принцип індивідуального підходу*, який ґрунтується на врахуванні рівня розумового, психічного розвитку школяра, його знань і вмінь, особливостей пізнавальних інтересів, потреб і схильностей, а також визначенні індивідуально-творчої траєкторії розвитку дитини.

Окрім загальнопедагогічних принципів пісочної терапії є специфічні, які в свою чергу, поділяються на загальні й додаткові. Коротко охарактеризуємо їх.

Загальні принципи.

Принцип «комфортного середовища» полягає у створенні сприятливих і безпечних умов для роботи в пісочниці. Умовами забезпечення комфортного середовища є, по перше, рівень партнерських взаємин дорослого з дитиною на суб'єкт-суб'єктних засадах, по-друге, відповідні чинники середовища (м'яке освітлення, зручна пісочниця, розташування дитини щодо вчителя та ін.).

Принцип «безумовного схвалення» передбачає прийняття дитини такою, якою вона є: життєвого досвіду, суперечностей, цінностей, мотивацій, бажань.

Принцип доступності інформації полягає у формулюванні звернень, завдань, рекомендацій вчителя у зрозумілій для дитини формі, відповідно до вікових та індивідуальних можливостей.

Принцип об'єктивності дозволяє педагогу побачити проблему (якщо вона є) «зверху», розглядати її в системі життєдіяльності та взаємин дитини.

Принцип орієнтації на потенційний ресурс дитини передбачає опору на приховані можливості й здібності молодшого школяра та їх розкриття.

Додаткові принципи.

1. Оживлення абстрактних символів: літер, цифр, геометричних фігур, мініатюрних фігурок і природних матеріалів. Реалізація цього принципу дозволяє сформуванню відчуття реальності того, що відбувається.

2. Реальне «проживання», програвання різних ситуацій разом із героями казкових ігор. На основі цього принципу здійснюється взаємний перехід Уявного в Реальне і навпаки.

3. Осмислення досвіду і ситуації. Розігруючи ситуацію в пісочниці, дитина має можливість поглянути на неї зі сторони. Це, у свою чергу, дає можливість співвіднести гру з реальним життям, осмислити, що відбувається, знайти способи розв'язання проблеми.

4. Обмін. У пісочній грі дитина та педагог легко обмінюються ідеями, думками, відчуттями, що дозволяє побудувати партнерські взаємини.

Отже, педагогічна пісочна терапія є інноваційною технологією впливу на особистість молодшого школяра з метою розвитку позитивної мотивації до навчальної діяльності, формування комунікативних навичок, стабілізації емоційно-чуттєвого стану, надання можливості творчої самореалізації в освітньому середовищі сучасної початкової школи. Використання вчителем початкових класів означеної технології сприятиме розв'язанню основних завдань особистісно орієнтованого навчання і виховання учнів на засадах партнерства, взаємоповаги, довіри.

3. Головним принципом, покладеним Дорою Калф в основу роботи, є «створення вільного і захищеного простору», у якому пацієнт – дитина чи дорослий – може виражати і досліджувати свій світ, перетворюючи свій досвід і свої переживання, часто незрозумілі або тривожні, у зримі і відчутні образи. «Картина на піску, може бути зрозуміла як тривимірне зображення будь-якого аспекту душевного стану. Неусвідомлена проблема розігрується в пісочниці, подібно драмі, конфлікт переноситься з внутрішнього світу в зовнішній і робиться зримим» (Дора Калф, «Sandplay», 1980).

У процесі проведення пісочної арттерапії виділяють **три стадії гри з піском**: хаос, боротьба і вирішення конфлікту.

На стадії «хаосу» дитина бере велику кількість іграшок, безладно розставляє їх на піску, часто перемішує.

Подібні дії відображають наявність тривоги, страху, сум'яття, недостатньо позитивної внутрішньої динаміки. Через «хаос» відбувається поступове «проживання» психоемоційного стану і звільнення від нього. Багаторазове повторення психотравмуючої ситуації, дозволяє змінювати емоційне ставлення до неї. Стадія «хаосу» може займати від 1 до декількох занять. Можна помітити, як від картини до картини зменшується кількість використовуваних фігурок і з'являється сюжет.

Стадію «боротьби» можна спостерігати у складних дітей, підлітків, дорослих. На пісок несвідомо переносяться внутрішні конфлікти: агресія, образи, тривога, нездужання, реальні конфліктні взаємини та ін. Істоти в пісочниці вбивають один одного, відбувається сутичка, війна, важке протиборство. Через деякий час може з'явитися герой або сили, які наводять лад і відновлюють справедливість.

На стадії «вирішення конфлікту» можна спостерігати більш благополучну картину: мир, спокій, повернення до природних занять.

Для роботи використовуються два дерев'яних підноса з піском розміром приблизно 60x70x10 (простір, який одномоментно може бути легко охоплено поглядом). Один піднос наповнюється сухим піском, а інший використовується, якщо дитина хоче працювати з вологим піском. Внутрішня поверхня підносів забарвлюється в блакитний колір – таким чином, дно підноса може зображати море або річку, а також служить символом несвідомого. Також необхідно безліч різноманітних фігурок, з яких дитина вибирає те, що притягує або, навпаки, лякає або відштовхує її. У ході заняття дитині спочатку пропонується вибрати фігурки, які привертають увагу, і побудувати з них композицію на піску. Після того, як вона це зробила, дитину просять дати назву побудованому, і розповісти про це історію.

У роботі з піском, також як і в роботі зі сновидіннями, *важлива серія робіт*. Перші картини часто показують ситуації, що відображають те, що відбувається у зовнішній реальності. Але незабаром виникають символи, які вказують на внутрішні проблеми творця композицій. Граючи, він все глибше занурюється в себе і робить внутрішню ситуацію зримою. Одночасно, в процесі створення символічних картин посилюється зв'язок між свідомістю та глибокими

несвідомими шарами психіки, що несуть у собі потенціал для зростання, зміни, і зцілення.

Сьогодні «пісочницю» активно використовують як допоміжний матеріал, що забезпечує можливість глибокого самовираження, в різних психотерапевтичних напрямках – арттерапії, ігрової терапії, в дитячому психоаналізі, гештальт-терапії. Однак як самостійний напрям з добре розробленою теоретичною базою і багатим емпіричним матеріалом, пісочна терапія існує тільки в рамках юнгіанського підходу.

Пісок і вода знаходяться один з одним в певних відносинах. Обидві ці речовини існують з незапам'ятних часів, позбавлені будь-яких меж і перебувають у постійному русі. Окремо вони нескінченно переміщуються і течуть під впливом гравітації і атмосферних процесів. Перебуваючи в рідкому вигляді, вода позбавлена будь-якої певної форми. Пісок є щільною субстанцією і також не має форми.

Основний набір використовуваних в пісочній терапії предметів включає кілька сотень мініатюр. Вони поділяються на кілька категорій, кожна з яких включає низку підгруп.

Усі предмети повинні бути досить міцними, щоб не руйнуватися від невмілого поводження і впливу водою. Особливо красиві й тендітні предмети вимагають дбайливого звернення, і при їх використанні дітьми слід вжити додаткових заходів, для того щоб не допустити їх пошкодження. Завжди є небезпека того, що колекція мініатюр виявиться занадто великий і її розміри не дозволять задовольнити нагальні потреби клієнта. Так само як і в житті, неможливість в сформованих умовах задовольнити певні потреби є чинником особистісного зростання і покликана спонукати клієнта до зміни і реалізації свого творчого потенціалу.

Кожна з цих категорій включає живі істоти, що живуть у тому чи іншому середовищі – на землі, у воді або в повітрі. Хоча поняття «вогонь» у цей перелік не входить, клієнт може окреслити зв'язок обраних ним предметів з вогнем – тварин, відьом, духів, демонів чи ритуальних об'єктів. Арттерапевт може доповнити набір використовуваних ним мініатюр всім, що є важливим йому і його клієнтам.

Люди: повинні бути різного віку і статі. Необхідно також мати кілька фігурок немовлят, дітей, матерів, батьків, бабусь і дідусів. Повинні бути представлені різні професії і види спорту; представники первісних і племінних структур, причому, по можливості, цілими сім'ями; фантастичні персонажі легенд і казок, включаючи відьом і чаклунів, боги і богині різних народів, а також ангели.

Наземні тварини: ця підгрупа повинна включати зображення диких тварин – ссавців, гризунів, земноводних, плазунів, черв'яків, мешканців джунглів, рівнин, пустель, гірських тварин (в тому числі домашніх тварин різних видів), доісторичних тварин – таких як динозаври, тварин із мультфільмів.

Летючі тварини: ця група включає в себе птахів, що мешкають на воді і на суші, диких і домашніх, птахів – персонажів мультфільмів, доісторичних птахів (птеродактиль, археоптерикс), а також комах – мурах, мух, москітів, жуків, коників, павуків і метеликів.

Водні мешканці: до цієї підгрупи відносяться всілякі види риб, включаючи мешкають в тропічних широтах, – акул, рибу-меч, дельфінів і китів, а також моржі і морські котички, восьминоги, краби, молюски, морські коники.

Житла і будинки з меблями: ця підгрупа повинна бути представлена ​​характерними для різних народів різноманітними будинками, – від маленьких і скромних до великих і багато прикрашених, а також печерами, наметами або шатрами, будівлями лікарень і в'язниць. У набір повинні входити меблі для кухонь, ванних, спальень, віталень, а також садові й лікарняні меблі. Домашнє начиння і продукти: горщики і сковорідки, тарілки, чашки, блюдця, ножі, виделки, ложки, а також різні продукти в достатній кількості.

Дерева та інші рослини: ця підгрупа повинна включати різні види дерев, по можливості якомога більш достовірно передають їх деталі, квіти тощо (іноді можна використовувати і реальні рослини).

Об'єкти небесного простору: сонце, місяць, зірки, веселка, хмари, блискавка.

Транспортні засоби: ця підгрупа включає різні види транспорту, призначені для переміщення по землі (велосипеди, автомобілі, вантажівки, танки), воді (човни, вітрильні судна, кораблі) і повітрі (літаки, вертольоти, ракети, парашути).

Об'єкти середовища проживання людини: паркан, дорожні знаки та обладнання; мости, ворота, портали тощо.

Об'єкти особливого роду: маски, знаряддя праці, вулкани, ваги правосуддя, маятник, вази, годинники, музичні інструменти, піраміди, яйця, багаття, пам'ятники і надгробки, саркофаги, релігійні об'єкти, дзеркала, скриньки, коробки і пляшки, зброю.

Аksesуари: тканини, фотографії, вовну, нитки, гудзики, ланцюжки, цвяхи, шурупи, ювелірні вироби, монети, портфелі.

Природні об'єкти: кристали і мінерали, каміння, кістки, скам'янілості, шматки металу і дерева, сухі рослини, жолуді, насіння, черепашки, пір'я, відполіровані водою шматки скла, пташині гнізда.

4.Символічне значення матеріалу, що використовується в пісочній терапії

Символічне значення матеріалу, з якого виготовлені предмети, що використовуються в пісочній психотерапії, мають не менш важливе значення чим вибір самих предметів для пісочної психотерапії. Коли предмети – фігурки є включені в пісочну композицію, то вони стають символами не тільки тих предметів, яких вони мають означати, але й якостей тих предметів, і тому матеріал передає, а часто і підсилює зміст того, про що ідеться в пісочній композиції.

МЕТАЛ. В багатьох культурах метал розглядається як ембріон, який зародився в череві землі. Різні метали асоціюються з різними планетами і різними богами. Золото асоціюється з Сонцем, а срібло з Місяцем, свинець з Сатурном, залізо з Марсом, мідь і бронза з Венерою, а ртуть з Меркурієм.

КАМІНЬ. Каміння в багатьох культурах символізують кістки Матері Землі, а також надійність, безсмертя і вічність. Камінь часто асоціюється з основою

оскільки його закладають в фундамент споруди та будують наріжні стіни з каменю. Камінь часто символізує і з пуповиною яка поєднує землю і небо. Вертикально стоячий камінь символізує фалічний символ і центр світотворення.

СКЛО І КРИСТАЛИ. Кристали утворюються глибоко під землею під дією високої температури і тиску на протязі багатьох тисяч років. Кристали є символом цілющої властивості психотерапії, оскільки справжню красу кристалу ми можемо побачити тільки тоді, коли його видобувають з великих глибин землі. Тому, тільки внаслідок глибокої психотерапевтичної роботи може бути ефект і тільки тоді відбувається процес кристалізації. Скло символізує чистоту стосунків та намірів, які виникають в психотерапії. Оскільки скло є продуктом діяльності людини, то тільки при взаємній психотерапевтичній роботі і психотерапевта, і пацієнта може виникнути хороший терапевтичний альянс. І скло і кристал символізують взаєморозуміння і духовний досвід.

МІНЕРАЛИ. Це мінерали які відшліфовують і вони справляють сильне враження, оскільки нагадують дорогоцінність, символізують приховані цінності. Саме те що вони є розрізані і відшліфовані символізує відкриття захованої в предметі краси, багатий потенціал і природне начало.

ДЕРЕВО. В багатьох народів дерево розглядається як *prima material* з якої було створено все. Обробка деревини з використанням інструментів символізує впорядкування хаосу. Дерево асоціюється з колискою, ліжком, або домовиною. Насіння дерева (жолуді, кедрові горіхи, каштани...) символізують ріст, енергію життя і процес формування особистості.

РАКОВИНИ. Раковини всіх форм символізують зв'язок з водою і Місяцем. Часто раковини символізують жіночу сексуальність, оскільки зовні нагадують жіночі статеві органи. Слимак вилізає з раковини як немовля яке народжується з утроби матері. Перли формуються в тілі молюска який живе в раковині. Загалом, раковини розглядаються як символ сексуальності, плодючості і народження фізичного і духовного.

ПІР'Я. Пір'я символізує істину і нагадує про потаємне бажання людина – літати. Асоціюються з небом та вітром. Важливим є наявність пір'я різних птахів, різного розміру та кольору.

ПЛАСТИКОВІ ФІГУРКИ І ПРЕДМЕТИ. Пластмаса символізує сучасне суспільство, його бажання справити враження на оточення з метою продати з найбільшою користю той чи інший товар. В пісочній терапії застосовується предмети з гуми, полімерів, каучуку всі вони мають приблизно таке ж символічне значення.

Зазвичай мініатюрні предмети розташовуються на полицях. Вони можуть бути згруповані за категоріями (люди, тварини, будинки тощо.). Деякі педагоги ставлять предмети різних категорій упереміш один з одним, для того, щоб дитина комбінувала їх на свій розсуд, вибираючи і включає їх у свою композицію. Коли предметів настільки багато, що вони не вміщаються на полицях, можна користуватися прозорими пластиковими ємностями, розміщуючи в них предмети певного типу. Так, наприклад, в одній ємності можуть перебувати риби, в іншій – домашні тварини, в третьому – коні, в четвертій – немовлята, у п'ятому – дерева тощо. Це дозволяє заощадити простір і пошук потрібних клієнтові предметів, а також полегшує прибирання. Після роботи, розбираючи пісочну композицію,

інколи не має часу на те, щоб очистити всі предмети від піску. Простіше помити предмети, що знаходяться в пластиковому контейнері, ніж щоразу стирати пил і пісок з полиць, де стоять сотні предметів.

5. Для організації роботи з піском в умовах початкової школи використовують таке обладнання: пісочниця (дерев'яний ящик); чистий, просіяний пісок; колекція мініатюрних фігурок заввишки не більше ніж 8 см. До набору іграшок входять: людські персонажі, будівлі, тварини, машини, рослини, споруди, природні предмети (гілочки, каміння, кістки та ін.), символічні предмети (ящики зі скарбами, коштовності та ін.), казкові герої, жива зелень, пластикові або дерев'яні літери і цифри, різні геометричні фігури тощо.

Корекційно-розвивальний напрям використання педагогічної пісочної арттерапії був орієнтований на розвиток пізнавальної, емоційної, вольової сфер дитини, соціалізації особистості, розвиток дрібної моторики рук і кінестетичної чутливості, корекцію та профілактику психоемоційних порушень шляхом включення дитини у різні форми ігрової діяльності та спілкування. Для розв'язання окреслених завдань пропонують учням виконати такі дії: маніпуляція з піском, опис своїх відчуттів під час взаємодії з піском; створення візерунків відбитками пальчиків, кулачків, усією поверхнею долоні, ребрами долоні тощо; створення відбитків слідів різних тварин; зображення на піску власних негативних емоційно-почуттєвих станів, які потребують корекційного впливу (страх, тривога, образа, злість, гнів тощо), робота з ними (знищення, перетворення на позитивні тощо).

Слід зазначити, що у процесі малювання на піску дитина позбавляється емоційної напруги, що є важливим у період адаптації до шкільного навчання, знижується рівень тривожності, розвивається впевненість у власних силах.

Дидактичний напрям роботи в пісочній терапії полягав у формуванні в учнів предметних компетентностей (математичної, комунікативної, читацької, природознавчої та ін.). Так, на уроках математики проводять дидактичні ігри на формування просторових уявлень, узагальнення й систематизації знань учнів про геометричні фігур. На уроках письма та читання для підсилення стійкості уваги, бажання дітей пізнавати нове використовували ігри з циклу «Пісочна грамота».

Застосування цих дидактичних пісочних ігор сприяє активізації в учнів пізнавальних процесів, формуванню інтересу до навчальної діяльності, розвитку комунікативних навичок, вихованню довірливих стосунків у діаді «вчитель – учень».

Останній напрям, *креативний*, використання пісочної терапії реалізують через систему завдань на розкриття творчого потенціалу особистості, розвитку творчих здібностей, нахилів здобувачів відповідно до індивідуальної траєкторії формування особистості. Так, на уроках природознавства пропонували учням завдання на ознайомлення з навколишнім світом:

- створити ландшафт різних природних зон, обігравання їх;
- змодельовати в пісочниці кліматичні зони та життя в них у різних куточках нашої планети;
- створити «живі» картини на піску на теми «Мій дім», «Моя вулиця», «Моя дорога до школи», провести ігри-екскурсії по рідному місту чи селищу.

На уроках малювання, художньої праці, на заняттях у групі продовженого дня у піску пропонують учням такі завдання: створити аплікації з кольорового піску, викласти візерунки, створити композиції із використанням природного матеріалу, штучних рослин. Прикладом творчих завдань є моделювання з піску казкових сюжетів з використанням дрібних предметів, розповідь казок та оповідань за змістом.

ЯКОВИЩИНА Тетяна