

## **АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ ТЕХНІКИ В РОБОТІ З ДІТЬМИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ В УМОВАХ ТРЕНІНГУ**

**Постановка проблеми.** Актуальність даної тематики полягає в тому, щоб відкрити величезні ресурси арт-терапії у роботі з дітьми молодшого шкільного віку. Дати розуміння терапевтичної ефективності інтермодальної арт-терапії, що передбачає використання цілого комплексу арт-терапевтичних технік, що сприятиме ефективній соціалізації, адаптації та компетентності дітей молодшого шкільного віку. Важливим аспектом даної статті є також розширення психологами інструментарію роботи з особистістю, яка з одного боку є відносно постійною в часі та ситуації, а з іншого боку, є суб'єктом впливу зовнішніх та внутрішніх факторів.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** На сьогоднішній день даній проблематиці присвячується велика кількість досліджень, що спрямовані на вивчення лікувально-корекційних, навчальних, профілактичних та інших можливостей арт-терапії у роботі з дітьми. Теоретико-методологічні аспекти в області арт-терапії розкривались такими дослідниками як А. Копитін, Е. Крамер, М. Наумбург, Д. Уеллер і багато інших. Проте, звернення до практики арт-терапії, а також до теоретичних уявлень представлені в рамках культурно-історичної концепції Л. Виготського і продовжені Ф. Васшпоком, А. Леонтєвим, М. Мамардашвілі.

М. Кісельова, А. Копитін, О. Медведєва, И. Левченко, Т. Добровольська, Л. Лебедєва, А. Сізова демонструють ряд досліджень, що розкривають можливість використання арт-терапії в освіті, як важливого розвиваючого засобу. Різноманітні аспекти проблеми дитячого образотворчого мистецтва досліджені вітчизняними вченими, а саме, В. Бехтерєвим, Ю. Болдирєвою, Л. Венгером, Л. Виготським, В. Мухіною, Ю. Полуяновим, С. Степановим, Д. Узнадзе та ін. Їхні дослідження вказують на необхідність і ефективність взаємодії з дітьми, особливо молодшого шкільного віку.

**Мета статті** — розкрити значимість та особливу ефективність використання арт-терапевтичних технік у роботі з дітьми молодшого шкільного віку.

**Виклад основного матеріалу.** Молодший шкільний вік починається у 7 років. За цей час діти закінчують свій перший «університет». Однак на відміну від студентів справжнього університету, дитина навчається відразу на всіх факультетах. Вона осягає, у доступних їй межах, величезну кількість інформації, та при цьому можуть спостерігатися порушення емоційно-вольової, поведінкової та соціальної сфери дитини.

В першу чергу неабияке значення для гармонійного формування дитини має сім'я, оскільки сімейне виховання має дві незамінні властивості: індивідуалізацію виховання й широкий розвиток почуття. Для дитини ласка, любов, ніжність є однією з насущних потреб [5].

Успіхи та невдачі дітей у навчанні перебувають під постійним контролем учителя, батьків, вихователя групи продовженого дня та ін. На перший план в організації поведінки молодших школярів виступають вимоги школи, вчителя. Вони поширюються значною мірою і на позашкільний час (виконанням дітьми домашніх завдань). Одні поводяться цілком адекватно цим вимогам, інших вимоги гальмують і викликають надмірну стриманість, деякі не приймають вимог і навіть намагаються діяти всупереч їм. Діти, які не були в дитячих садках, нерідко губляться в нових умовах, не відразу знаходять підстави для контакту з учителем та однокласниками. Звідси стає зрозумілою важливість індивідуального підходу до дітей у керуванні процесом їх входження в шкільне життя, з його новим для них змістом, формами і об'єктивними вимогами, які повинні стати суб'єктивними вимогами учнів до себе самих, внутрішніми регуляторами їх поведінки.

Важливу роль у становленні такої саморегуляції поведінки молодшого школяра відіграє оцінювання, а згодом і самооцінювання дій і вчинків.

Дитина в цьому віці спрямована на інтелектуальні заняття, спорт тощо. З'являється у структурі молодших школярів его (Я) і суперего (над-Я).

Е. Еріксон називав цей вік латентним "шкільним віком". В цьому віці дитина оволодіває елементарними культурними навичками, навчається у школі, провідною діяльністю стає досягнення знань, зростає здатність дитини до логічного мислення і самодисципліни, а також до спілкування з ровесниками у відповідності до встановлених правил. З'являється внутрішнє прагнення до навчання і успіхів у ньому. У дітей цього віку з'являється любов до праці. Діти намагаються дізнатись, що із чого одержується і як воно діє. Інтерес до цього має підкріплюватись і задовольнятись оточуючими людьми.

Небезпека на цій стадії розвитку дитини, на думку Е. Еріксона та інших, у можливості появи почуття неповноцінності або некомпетентності. Механізм їх появи пов'язаний з тим, що у молодших школярів центром зосередження стає випробування себе, в результаті чого відбувається диференціація дітей, впевнених у собі і невпевнених. Саме у невпевнених починає розвиватись неповноцінність. За Е. Еріксоном центральною подією у молодших школярів є психосоціальний конфлікт — любов до праці проти почуття неповноцінності. Деякі психологи відзначають, що з 6 до 8 років у дітей зростає бажання спілкуватися з іншими дітьми і дорослими. У 4—5 класах деякі діти стають упертими і неслухняними. Ці зміни відбуваються під впливом багатьох факторів. Деякі з них пов'язані із стихійним формуванням Я-концепції, Я-образу і самоповаги [4].

Тут на допомогу батькам та учителям може прийти такий вид роботи психолога як тренінг з використанням технік арт-терапії. Тренінг як форма групової та індивідуальної роботи з дітьми молодшого шкільного віку надійно ввійшли в наше життя та є досить затребуваними. Серед великої кількості визначень тренінгу, найбільш вдалим є визначення С. І. Макшанова: «Тренінг — це багатофункціональний метод навмисних змін психологічних феноменів людини, групи з ціллю гармонізації особистості».

Ціль тренінгу — це початок змін в учасників та в групі — отримання безпосередніх ефектів. Ці зміни можуть стосуватись когнітивних структур

учасників, їх особистісних характеристик, установок, поведінкових моделей, цінностей та смислів [2].

Процесуальною складовою тренінгу є вплив, який здійснюється тренером на учасника. Даний вплив реалізується тренером з використанням різного інструментарію. «Тренерська валізка» складається з методичних засобів, які допомагають тренеру досягнути запланованих результатів. Чим більш змістовним, багатим та різноманітнішим буде набір тренерських інструментів, тим більш яскравим, насиченим та ефективним буде тренінг, тим більше можливостей отримує тренер для роботи з групою [2].

Особливо актуально це у роботі з дітьми молодшого шкільного віку. Оскільки, саме мистецтво відіграє важливу роль у творчому розвитку особистості дитини. Використання арт-терапевтичних технік в процесі навчання та виховання створює можливості для гармонізації емоційних і логічних компонентів діяльності дітей молодшого шкільного віку, реалізації їх творчого потенціалу. Тому працюючи, з такою категорією клієнтів варто використовувати найрізноманітніші методи творчої терапії, такі як: танцювальну, музикотерапію, етнотерапію. Хоча найчастіше, в контексті арт-терапії використовується мистецтво візуального ряду (малюнок, живопис, ліплення, аплікація тощо).

В загальному визначенні арт-терапія — це зцілення засобом будь-якої художньої творчості. Дослідники даного напрямку стверджують, що арт-терапія апелює до внутрішніх ресурсів особистості, що походять з творчих можливостей людини. А використання арт-терапевтичних технік дає можливість пробудити в дитини творчість, креативність, різносторонність, багатогранність.

Арт-терапія є незамінною в тих ситуаціях, де вербальний спосіб комунікації неможливий або небажаний. Так дитина молодшого шкільного віку не завжди словами може виразити свої емоції, переживання, бажання; не завжди дитина хоче поділитись з оточуючими своїми страхами, побоюваннями. Тому саме арт-терапія використовуючи зовсім інший спосіб передачі

інформації (мову візуальної, пластичної, аудіальної експресії) дає змогу встановити контакт з дитиною та глибше зрозуміти її, для подальшого моделювання її адаптивної поведінки.

Педагогічні аспекти використання образотворчого мистецтва з метою прицільного впливу на особистість дитини були предметом дослідницької уваги як теоретиків (Ю.Б. Борев, Є. І. Ільїн, О. М. Олексюк, Б. П. Юсов та ін.), так і практиків (І. П. Волков, І. П. Глінська, Г. Кершенштейнер, В. А. Лай, Б. М. Йєменський, В.О.Сухомлинський та ін.).

Серед найрізноманітніших методів впливу тренера на особистість дитини, саме методи арт-терапії справляють на людину чи не найефективнішу дію, бо завдяки своїй універсальності плідно розвивають її емоційно-чуттєву сферу, поглиблюють знання, інтенсифікують візуальний і сенсорний досвід, формують загальну та естетичну культуру.

Головна якість мистецтва полягає в тому, що це також унікальний спосіб передачі людського досвіду. Мистецтво пропонує людині можливість ознайомитись: це — засіб фіксації досвіду, який не нав'язується. Крім того, мистецтво дає унікальну можливість втілювати щось, що не має плоті, — відчуття, переживання. [2].

В процесі виконання завдань тренінгу засобами арт-терапії у дітей молодшого шкільного віку проходить важлива внутрішня робота, що дозволяє психологу побачити раніше приховані аспекти, вивести на рівень усвідомлення важливі концептуальні аспекти, дозволяє оцінити ті ресурси, які є в дитини, отримати значний пласт цінної інформації.

Першим аналогом групової арт-терапевтичної роботи, яка проводилась в кінці XIX - на початку XX століття в галузі художньої педагогіки, можна назвати роботу австрійського художника Ф. Чізека, який зацікавившись «дитячим мистецтвом», став активно його пропагандувати і використовувати при проведенні художніх занять із дітьми. Враховуючи те, що кожна дитина має певні здібності до образотворчої діяльності, Ф. Чізек спонукав дітей до вільного самовираження. Він вважав, що основне завдання педагога

заключається в тому, щоб створити в студії сприятливу атмосферу для творчості, налагодити з пацієнтами теплі відносини і переконати їх у безумовній значимості їхньої роботи.

Подібний підхід до художньої освіти був характерним для цілої низки педагогів арт-терапевтів, таких як Г. Рід, В. Ловенфельд. Вони розглядали заняття дітей образотворчою діяльністю як інструмент розвитку їхньої емоційної сфери, мислення, креативності. Послідовницею Ф.Чізека була М. Річардсон, можливо, найяскравіша прихильниця «дитячого мистецтва» у Великобританії. У своїй роботі з дітьми вона використовувала техніку «малювання з закритими очима», вважаючи, що це допомагає встановити контакт зі своїм внутрішнім світом і сприяє спонтанному творчому самовираженню [1].

Використання саме малюнкової теорії відкриває перед психологом великі ресурси в роботі з учасниками тренінгу та в цілому з групою для отримання запланованих ефектів. За спостереженнями А. І. Копитіна, в деяких випадках, коли особистість відмовляється створювати малюнок або створювати якийсь художній образ, ефективним є використання різноманітних образотворчих матеріалів, маніпуляція ними. Така діяльність здійснює на клієнтів стимулюючий вплив, розвиває в них здібність до прояву ініціативності, самостійності, концентрації уваги, дає вихід афектам та інші позитивні результати. Велике значення має те, що маніпуляція образотворчими матеріалами пов'язані з процесами міжособистісної комунікації, встановленням та розвитком психотерапевтичних образотворчих навичок [3].

На сьогодні практика застосування малюнка в тренінговій програмі з дітьми досить поширена. Г. Ферс у своїй роботі «Тайный мир рисунка» говорить про те, що малюнок дозволяє прослідкувати «подорож» душі та визначити її стан у момент створення малюнка.

Можливими техніками використання малюнка в груповій роботі:

1. Малюнок по колу, групова динаміка, система взаємовідносин;
2. Спільний малюнок на задану тему чи на вільну тему;

3. Портрети, автопортрети, знайомство;
4. Настрій;
5. Малюнок снів, фантазій, страхів;
6. Асоціативне малювання[2].

В арт-терапії можна використовувати велику кількість матеріалів. Це правило актуальне при малюванні. Кожен матеріал має свій характер, свої особливості, які необхідно враховувати. Арт-терапевти рекомендують використовувати акварель, пастель, гуаш тощо. Не рекомендовано використовувати фломастери, дерев'яні олівці.

Папір для малювання також обирається тренером у залежності від того, які завдання ставляться. Для діагностичних цілей можна використовувати формат А4, для терапевтичного ефекту варто обирати формати А3 до ватмана. Якщо є потреба можна використовувати папір різного кольору, газети, картон тощо.

Сценарій тренінгу (для дітей молодшого шкільного віку):

**1.«Назви лагідно» (5хв.)** Діти стають колом. Кожна дитина передаючи м'ячик сусідові, який стоїть праворуч, називає його ім'я в лагідно-пестливій формі. М'ячик переходить із рук в руки по колу.

**2.Активно виконують рухи:**

Руки вгору – погойдали. Це дерева в лісі.

Опустили, помахали. Збив росичку вітер.

Руки в сторони – змахнули. Летимо мов птахи.

Приземлились відпочити. Руки-крила склали. Чути спів птахів.

-Де це ми з вами опинились?

Ідемо як ведмеді, стрибаємо як білочки, ричимо як вовки, звиваємось як вуж, стрибаємо як жаба, біжимо як лисичка.

**3.А тепер пограємо у гру, яка називається «Лото»**

Спочатку розбираємо чотири задані категорії : ПАВУКИ, РАКИ, ЗВІРІ, МОЛЮСКИ. (Кожній дитині роздаються картки, діти розглядають картки і по-

черзі демонструють картинку іншим учасникам, розповідаючи про те, що там зображено. Всі разом визначаємо до якої категорії дана тварина належить).

#### **4.Вправа «Зла тварина»**

Уявіть себе розгніваною, агресивною твариною: ТИГРОМ, ВОВКОМ, ЛЕОПАРДОМ. Продемонструємо мімікою, рухами тіла, голосом її поведінку та емоції.

-Що ти відчував коли був злою твариною?

-Що хотілось робити найбільше?

-Чи хотілось тобі штовхатись, наскакувати на інших?

-Чи легко було спинитись і вийти з ролі злої тварини?

5. **«Море хвилюється раз.** Море хвилюється два, море хвилюється три. Хутчіше на місці замри. (Діти намагаються завмерти в статичних позах, хто ворухнувся стає ведучим).

6. **«Права дитини»** Розглядаємо тематичні картки і обговорюємо їх.

7. **Стілець** (розставляємо стільці, на 1 менше, ніж учасників. Грає музика. Як тільки музика зупинилась гравцям необхідно сісти на стілець, хто не встиг, сідає в колі).

8.**Творче заняття «Моя зірка»** (кожному учаснику дається макет зірки, він обирає кольоровий картон, який йому найбільше сподобався вирізає і прикрашаємо крупами.). Обговорення кожної зірки.

**Висновки.** Таким чином, застосовуючи на практиці техніки арт-терапії, ми прийшли до висновку, що вони допомагають дитині розкрити свій внутрішній потенціал, подолати страхи, тривоги, налагодити стосунки з оточуючими. Арт-терапія в загальному розумінні допомагає дітям краще адаптуватися в шкільному колективі, творчо підходити до вирішення завдань, долати конфлікти.

#### **Література**

1. Банкул Л. Д. Гармонізація емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку засобами арт-терапії // Банкул Л. Д., Сорока О.В. – Тернопільський



національний педагогічний університет імені В. Гнатюка. – Соціальна педагогіка, №7, 1997. – 12 С.

2. Колошина Т. Ю. Арт-терапевтические техники в тренинге: характеристики и использование. Практическое пособие для тренера / Т. Ю. Колошина, А. А. Трусъ. — СПб. : Речь, 2010. – 189 с.

3. Практическая арт-терапия: Лечение, реабилитация, тренинг / Под ред. А.И. Копытина. – М.: «Когито-Центр», 2008. – 288 с.

4. Скрипченко О. В. Вікова та педагогічна психологія / О.В. Скрипченко. – К.: Бібліотека українських підручників, 2010. – 345с.

5. Фесюкова Л. Б. Як виховати генія / Л. Б. Фесюкова. – Х. : Вид-во «Ранок», 2010. – 192 с.

**Грицюк І. М.**

### **АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ТЕХНИКИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА В УСЛОВИЯХ ТРЕНИНГА.**

*В статье приведены примеры проведения тренингового занятия с использованием методов арт-терапии. Раскрываются особенности проведения подобного вида занятий с детьми. Приведены доводы того, что использование арт-терапевтических техник дает возможность пробудить у ребенка творчество, креативность, разносторонность.*

***Ключевые слова:** арт-терапия, тренинг, младший школьный возраст, арт-терапевтические техники.*

**Hrytsiuk I. M.**

### **Art-therapy techniques in working with children of primary school age in the context of the training.**

*The article gives examples of training sessions using the methods of art therapy. The peculiarities of this type of activities with children. Presented arguments that the use of art therapy techniques makes it possible to awaken a child's creativity, creativity, versatility.*

*Keywords: art therapy, training, primary school age, art therapy techniques.*

**Грицюк Ірина Михайлівна** — кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри практичної психології та безпеки життєдіяльності Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки, м. Луцьк, Волинська область.