

3. Сисоев П.В. *Современные учебные Интернет-ресурсы в обучении иностранному языку// ИЯШ. – 2008. – №6. – с.85.*

4. [http://biology.org.ua/files/presentation\\_about\\_presentation.ppt](http://biology.org.ua/files/presentation_about_presentation.ppt).

УДК 17.026.3:[378.091.12.011.3-051:373.3]

Сакалюк О.П.

## **АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ ТЕХНІКИ ЯК ВАЖЛИВИЙ ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ЕМПАТІЙНОЇ КУЛЬТУРИ МАЙБУТНІХ УЧИТЕЛІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ У ПРОЦЕСІ РОБОТИ З ПОТЕРПІЛИМИ ВІД НАСИЛЬНИЦЬКИХ ДІЙ НЕПОВНОЛІТНИМИ**

*Стаття присвячена висвітленню проблеми застосування арт-терапевтичних технік у формуванні емпатійної культури майбутніх учителів початкової школи. Виокремлені найпоширеніші види арт-терапії. Розглядається роль арт-терапії у роботі педагогів з потерпілими від насильницьких дій неповнолітніми. Подані до уваги арт-терапевтичні техніки по наданню допомоги потерпілим від насильства дітям, відзначена необхідність широкого вибору образотворчих матеріалів для проведення арт-терапевтичної роботи.*

**Ключові слова:** емпатійна культура учителя початкової школи, арт-терапія, колаж, ебру, лайф-коучинг.

*Статья освещает проблемы применения арт - терапевтических техник в формировании эмпатийной культуры будущих учителей начальной школы. Выделенные распространенные виды арт - терапии. Рассматривается роль арт - терапии в работе педагогов с жертвами насильственных действий несовершеннолетними. Представленные во внимание арт - терапевтические техники по оказанию помощи пострадавшим от насилия детям, отмечена необходимость широкого выбора изобразительных материалов для проведения арт - терапевтической работы .*

**Ключевые слова:** эмпатийная культура учителя начальной школы , арт - терапия , коллаж , эбру , лайф- коучинг.

*The article deals with the problem of the application of art - therapeutic techniques in shaping the empathy culture of the future elementary school teachers . Allocated the most common types of art - therapy. Explores the role of art - therapy in the work of teachers with victims of violence minors. Submitted to the attention of art - therapeutic to assist children victims of violence, noted the need for a wide array of art materials for art - therapeutic work .*

**Keywords:** empathy culture of the elementary school teachers, art - therapy, collage, ebru , life coachin .

Соціально-економічні та політичні зміни в українському суспільстві, досягнення світової думки в Україні, гуманізація вищої школи у відповідності з Законодавством України – Законом "Про освіту"(1991), "Про вищу освіту" (2002), а також умовами реалізації "Національної доктрини розвитку освіти України у ХХІ столітті" (2001) вимагають якісно нового підходу у вирішенні проблеми формування емпатійної культури майбутніх учителів початкової школи. Сьогодні вимагає високоякісної підготовки фахівця, здатного не лише до творчої професійної самореалізації та професійного становлення як суб'єкта професійної діяльності гуманістичного спрямування, а й спроможного залучити молоде покоління до глибокого пізнання мистецтва[6 ].

Насильство у сім'ї заявляє про себе на повний голос. Дослідження, які проводилися в Україні підтверджують надзвичайну гостроту проблеми і поширення різних форм насильства над неповнолітніми. Останнім часом зростає кількість випадків вчинення насильства над дітьми, про які стає відомо. Неповнолітні часто соромляться або бояться розповісти про те, що над ними знущаються. Тому в процесі соціально-психологічної адаптації молодших

школярів має велике значення готовність учителя початкової школи до застосування арт-терапевтичних технік в роботі з неповнолітніми, що постраждали від насильства.

**Мета статті** визначити *особливості застосування арт-терапевтичних технік у підготовці майбутніх учителів початкової школи* до роботи з дітьми, які постраждали від насильства; удосконалення рівня емпатійної культури педагогів під час спілкування з молодшими школярами, над якими вчинили насильницькі дії.

Майстерність педагога починається з вивчення особистості школяра, з діагностики його якостей, здібностей і поведінки, а емпатійна культура - основа педагогічної майстерності, це культура розуміння і відчуття стану дитини до якої вчинили насильство.

Здійснення професійної діяльності вимагає від майбутнього вчителя початкової школи, крім спеціальних знань і досвіду, сформованості таких моральних якостей, як душевність і чуйність, уважність і комунікабельність, тактовність і ввічливість, чесність і правдивість, щедрість і великодушність, моральна чистота, взаємодопомога і взаємоповага, терпимість і наполегливість, рішучість і витримка, а також співчуття і співпереживання, тобто емпатійної культури.

Проблема розробки та впровадження інноваційних форм і методів соціальної реабілітації дітей та молоді, до яких належить і арт-терапія, постала в центрі уваги багатьох дослідників. Заслужують на увагу праці О.Вознесенської, Л. Кунельської, М. Мауковської, А. Панової, Г.Побережної, Н.Полякової, О.Холстової, М.Фурсова, А. Чуприкова.

Загальні аспекти арт-терапевтичної техніки вивчали провідні психіатри, такі як: П. Сімон, Г. Принсхорн, В. Моргенталер, Г. Роршах та ін. Важливий внесок у розвиток арт-терапії, як особливої наукової дисципліни, внесли: Е. Крамер, М. Наумбург, Я. Квітковська, Дж. Райн. Такі вчені, як А.Хілл, Е. Адамсон, М.Хатун, Д. Джонс, Р. Олт, вважали себе першими арт-терапевтами і доводили, що заняття арт-терапією сприяють звільненню від монотонності життя і народжують почуття надії у людей, що зіткнулися з важкою хворобою.

Актуальна арт-терапія в педагогіці та психології, адже всі люди стикаються з проблемою міжособистісних відносин. Арт-терапія не тільки дозволяє висловити свої страхи, емоції і почуття, а й дозволяють адаптуватися до життя в суспільстві, зрозуміти навколишній світ, навчитися розуміти інших людей. Багато хто під час занять відкривають творчі здібності і таланти, про існування яких не знали.

**Арт-терапія** може розглядатися як одне з відгалужень психотерапії мистецтвом поряд з музичною терапією, драма терапією і танцювально-руховою терапією[5]. На нашу думку, арт-терапія - це синтез декількох галузей наукового знання (мистецтва, медицини і психології). І ЛЕвченко вважає, що «у лікувальній і психокорекційній практиці арт-терапія – сукупність методик, видів мистецтва у своєрідній символічній формі, що дозволяють за допомогою стимулювання художньо-творчих (креативних) проявів людини здійснити корекцію порушень психосоматичних, психоемоційних процесів[4, с. 164-165].

Термін "*арт- терапія*" ( терапія творчістю ) походить від англійського art (мистецтво ) і грецького theapeia ( турбота, лікування), його розуміють як турботу про психологічне здоров'я та емоційному самопочутті людини за допомогою творчості. У 1938 році його вперше застосував художник Адріан Хілл. Працюючи з хворими на туберкульоз, він зауважив, що творчі заняття відволікають пацієнтів від переживань і допомагають справлятися з хворобою[1].

Піонери арт-терапії спиралися на ідеї З.Фрейда[8, с.94] про те, що внутрішнє "Я" людини проявляється у візуальній формі кожного разу, коли вона спонтанно малює і ліпить, а також на концепцію К.Юнга [9] про персональні та універсальні символи. Центральна фігура в арт-терапевтичному процесі – не пацієнт (як хвора людина), а особистість, яка прагне до саморозвитку і розширення діапазону своїх можливостей.

Нове зростання інтересу до терапії творчістю, зокрема, до арт-терапії, відзначається приблизно з середини ХХ століття, коли вона стала все більш широко використовуватися в якості різновиду терапії зайнятості переважно у психіатричних і загальносоматичних госпіталах[3]. Зараз цей напрямок в лікуванні стрімко розвивається і його використовують і як окремий вид терапії, і як допоміжний. Зокрема, 3-4 квітня 2014 року відбулася XI Міжнародна міждисциплінарна науково-практична конференція «Простір арт-терапії: **ресурси зцілення**» в м.Києві за співучасті Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, Інституту

психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, Київського міського будинку учителя, медико-психологічного факультету Національного медичного університету ім. О. О. Богомольця, Національної медичної академії післядипломної освіти ім. П. Л. Шупика, Державного вищого навчального закладу «Університет менеджменту освіти» НАПН України та Всеукраїнської громадської організації «Асоціація лікарів-психологів». Метою проведення конференції було створення інформаційного поля для конструктивного спілкування фахівців з арт-терапії та сприяння підвищенню рівня теоретичних знань, удосконаленню практичних вмінь та навичок фахівців у сфері арт-терапії.

У науково-педагогічному розумінні арт-терапія розглядається як метод розвитку та зміни особистості, групи чи колективу за допомогою різних видів і форм мистецтва та творчості. Хоча творчі цілі й мають велике значення, перше місце в арт-терапії все ж таки відводиться терапевтичним цілям.

**Основні завдання арт-терапії** - самовираження, розширення особистого досвіду, самопізнання, внутрішня інтеграція особистості (різних її аспектів та компонентів) та інтеграція з зовнішньою реальністю (соціальної, етнічної, культурної).

**Види та техніки арт-терапії.** Види арт-терапії, представлені у психології, педагогіці та медицині, відповідають існуючим видам мистецтв. Серед них, найпоширенішими є:

**Малювання** - одна з основних технік арт-терапії. Діти, які пережили насильство, важко ідуть на контакт і розповідають про свої потаємні переживання і страхи, але зобразивши їх на папері, вони звільняються від свого тягаря. До того ж, ніхто не спонукає говорити про свій малюнок, а отже, і розповідати про свою проблему вербально. Малювати можна чим завгодно, але слід пам'ятати, що нервовій дитині краще використовувати крейду, тому що акварель, яка розтікається, може спровокувати тривогу. А якщо людина закомплексована, то краще малювати аквареллю - це допоможе їй відчути себе розкутою. Для проведення арт-терапевтичної роботи важливе місце займає обладнання. Необхідно мати широкий вибір різних образотворчих матеріалів. Поряд з фарбами, олівцями, восковими крейдою або пастеллю часто використовуються також журнали, кольоровий папір, фольга, текстиль, глина, пластилін, спеціальне тісто - для ліплення, пісок з мініатюрними фігурками - для "гри з пісочницею", дерево та інші матеріали. Папір для малювання повинна бути різних форматів і відтінків. Необхідно також мати кисті різних розмірів, губки для зафарбовування великих просторів, ножиці, нитки, різні типи клеїв, скотч тощо.

Спонтанне малювання і ліплення є різновидом діяльності уяви, а не проявом художнього таланту. Образотворче творчість є мостом між світом фантазії і реальністю. Воно включає в себе елементи того й іншого, дозволяючи створити якийсь синтез, який ні дитина, ні дорослий не можуть створити без допомоги художніх засобів.

Для **ліплення** використовуються пластилін, глина, тісто. Учні можуть виліпити свій страх, подивитись і поламати, а потім створити протилежний стан - радості, щастя.

**Колаж** виконується з газетних і журнальних вирізок, природних матеріалів, фотографій, кольорового паперу. При виготовленні колажу не виникає напруги, пов'язаної з відсутністю художніх здібностей, саме тому він дозволяє кожному одержати успішний результат.

**Бібліотерапія.** Вибір книг, орієнтованих на коло проблем окремого учня чи класу. Після прочитання відбувається спільний аналіз змісту. Зокрема, **казкотерапія**, в основі якої лежить психокорекція засобами літературного твору - казки, прийнятний для роботи зі старшими дошкільниками та молодшими школярами, які мають проблеми у розвитку.

**Музикотерапія** - це вид арт-терапії, де музика використовується в лікувальних або корекційних цілях. В даний час музикотерапія є цілим психокорекційним напрямом, що має в своїй основі два аспекти впливу: психосоматичний (лікувальний вплив на функції організму) і психотерапевтичний (корекція відхилень в особистісному розвитку, психоемоційному стані) [4, с. 165]. Музикотерапія є складовою арт-терапії як одного з видів немедичної терапії, що займається профілактикою та лікуванням психологічних розладів та недугів засобами музичного мистецтва, а не через медикаментозний вплив. Музикотерапія - один із засобів корекції емоційних відхилень, страхів, рухових та мозкових розладів, відхилень в поведінці. "Музика є невід'ємною частиною у профілактиці та корекції негативних наслідків стресу. Музикотерапію часто виокремлюють як самостійний вид терапії. Це один з ефективних засобів підвищення соціальної

активності, комунікативних здібностей особистості, її адекватної соціалізації у суспільстві” [7, с.73].

**Танцювальна арт-терапія.** Тіло є ніби екраном, на якому відображаються всі емоційні переживання, страхи, невдоволення. Вони фіксуються у вигляді відповідних м'язових напругах, затискачах. Впливаючи на тіло, можна впливати на емоційний стан. Тому так важливо, щоб тіло мало можливість на «самовираження».

**Драматерапія.** Театральні постановки на різну тематику сприятливо впливають на пам'ять, волю, уяву, почуття, увагу та мислення. У спектаклі можуть обіграватися ситуації з життя молодших школярів, їх взаємини та конфлікти з іншими людьми.

**Лялькотерапія** як метод арт терапії дуже популярна серед фахівців з дитячої психології. Застосування лялькотерапії на практиці дозволяє допомогти дитині з різноманітними психологічними труднощами. Особливо ефективне використання методів і технік лялькотерапії в роботі зі страхами у дітей. Улюблена лялька важлива і дуже багато що означає для малюка, а тому її використання може істотно допомогти дитині впоратися зі страхом. Улюблену ляльку дитини можна використовувати в невеликій виставі, сценарій якого безпосередньо пов'язаний з проблемою дитини і завершується добре.

**Фототерапія** - це метод використання фотографій для надання психологічної допомоги. Фотографія дає можливість попрацювати з спогадами, різними переживаннями, дозволяє людині краще зрозуміти себе, навчитися самовиражатися у творчості.

**Кольоротерапія** заснована на дії кольору на нервову систему дитини. Існує два напрямки кольоротерапії: безпосередній вплив на мозок людини та створення необхідного кольорового лікувального середовища навколо особистості.

**Пісочна терапія** вклює створення різноманітних форм з піску, вибір і аранжування мініатюрних предметів і фігурок, що нагадує одну з форм сучасного мистецтва — предметну скульптуру. Створення композицій із піску не вимагає особливих умінь. Роботи можуть бути як дуже простими, так і дуже складними, єдиний критерій успішної роботи — її аутентичність — неповторність, динаміка, тобто все те, що викликає в глядача емпатійні відгуки.

**Маскотерапія.** Маска ліпиться на обличчі. Спочатку на шкіру наноситься крем, на який викладається перший шар паперу, а зверху приклеюється другий. Потім вона знімається й висушується, а далі розмальовується.

**Ебру** – техніка малювання на рідкій поверхні або воді, це спосіб самовираження, який ніколи не втрачає свого містичного чарівності з моменту виникнення задуму і до появи зображення на папері. Ебру- це малюнок однією рідиною на поверхні іншої. Це можливо тільки, якщо у цих рідин різний поверхневий натяг. Зображення, створене на воді, можна переводити на папір, тканину, дерево, скло і кераміку. Так неповторний малюнок стає прикрасою інтер'єру, одягу і аксесуарів.

**Лайф-коучинг** — це мистецтво створення середовища за допомогою бесіди й поведінки, яке полегшує рух людини до бажаної мети, так, щоб цей рух приносив задоволення. Коучинг – це процес створення вчителем початкової школи умов для всебічного розвитку особистості школяра. Лайф-коучинг не вчить, а допомагає вчитися, активізує внутрішній потенціал дитини. Незалежний коуч допомагає розвинути ідеї (бачення, стратегії), вибрати оптимальне рішення і зреалізувати їх.

**Бодіарт-терапія** – метод психотерапії, який з'явився на світ у результаті синтезу психології, філософії, етнографії та мистецтва. Тонка робота з тілом під час малювання м'яко змінює стан в душі та тілі, знімаючи накопичений негатив. Повертає в ресурсний стан легкості й радості. Приводить в рух життєву енергію в зонах застою.

Арт-терапія є найбільш давньою та природною формою корекції емоційного стану, яку майбутній вчитель початкової школи може використовувати для зняття накопиченої психічної напруги, для того, щоб заспокоїти учня, до якого вчинили насильство. Творчість дитини, реалізована у процесі арт-терапії, дає можливість висловити та відтворити внутрішні почуття, переживання, сумніви, конфлікти та сподівання, у символічній формі переживши ще раз важливі події, адже спонтанна образотворча діяльність здатна виражати неусвідомлюваний зміст психічного життя[2].

Таким чином, формування емпатійної культури - це виконання особистістю тих основних

завдань, які допомагають проникати за допомогою почуттів у душевні переживання молодших школярів, співчувати їм, співпереживати. Емпатійну культуру важко виховати, але також важко й зруйнувати. Вона зближує людей у спілкуванні, доходючи до рівня довірливого, інтимного спілкування.

Майбутнім учителям початкової школи важливо звертатися до різноманітних інноваційних методик роботи із дітьми, до яких вчинили насильство. Серед них варто застосовувати арт-терапію, що насамперед необхідна дітям, котрі не можуть без зусиль висловити свої думки, переживання, емоції, адже виразити їх засобами творчості легше, ніж розповісти про них. Застосування арт-терапії підвищує пізнавальну активність дітей, сприяє сенсорному та руховому розвитку, концентрує увагу. Крім того, арт-терапія дозволяє здійснювати більш ефективний вплив на формування емоційної сфери, спонукає до подальшого розвитку компенсаторних властивостей збережених функціональних систем.

#### **Переваги методу арт-терапії в тому, що він:**

- 1) надає можливість для вираження агресивних почуттів у соціально прийнятній манері. Малювання, живопис фарбами або ліплення є безпечними способами розрядки напруги;
- 2) прискорює прогрес у терапії. Підсвідомі конфлікти і внутрішні переживання легше виражаються за допомогою зорових образів, ніж у розмові під час вербальної психотерапії;
- 3) дає підстави для інтерпретацій та діагностичної роботи в процесі терапії. Творча продукція з огляду на її реальність не може заперечуватися. Зміст і стиль художньої роботи надають терапевту неоціненну інформацію, крім того, сам автор може внести зміни в інтерпретацію своїх власних творінь;
- 4) дозволяє працювати з думками і почуттями, які здаються непереборними. Іноді невербальний засіб виявляється єдиним інструментом, розкриває і проясняє інтенсивні почуття і переконання;
- 5) допомагає зміцнити терапевтичні взаємини. Педагогічна взаємодія в художній творчості можуть прискорити розвиток емпатії та позитивних почуттів;
- 6) сприяє виникненню почуття внутрішнього контролю і порядку;
- 7) розвиває і посилює увагу до почуттів;
- 8) підсилює відчуття власної особистісної цінності, підвищує художню компетентність. Побічним продуктом терапії мистецтвом є задоволення, що виникає в результаті виявлення прихованих умінь та їх розвитку.

#### **Література**

1. *Арт-терапия. [електронний ресурс].- Режим доступу: <http://samopoznanie.ru/schools/art-terapiya>.*
2. *Власюк М. Арт-терапия: лікування мистецтвом/М. Власюк//-.2009.- <http://osvita.ua/school/teacher/2624>.*
3. *Історія виникнення арт-терапії.[електронний ресурс].-Режим доступу: <http://yandex.ua/clck/jsreidir>.*
4. *Левченко И.Ю. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: Учебник для вузов / Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова, Т.А. Добровольская. - М.: Академия, 2001. – 248 с. -С.164-165.*
5. *Методи арт-терапії. [електронний ресурс].-Режим доступу: <http://xreferat.ru/77/2658-1-metodi-art-terap.html>.*
6. *Національна доктрина розвитку освіти України у XXI столітті. - <http://univd.edu.ua/index.php?id=99&lan=ukr>.*
7. *Побережна Г.І. Музична терапія як предмет удосконалення психокультури / Г.І.Побережна// Проблеми педагогіки мистецтва. Сер.:Музична педагогіка і мистецтвознавство.–Зб.статей. Вип.1.–Ялта: РВВ РВНЗ КГУ, 2007.-С.73.*
8. *Фрейд З. Майбутнє однієї ілюзії //З.ІФрейд/Сутінки богів. - М., 1990.- С.94.*
9. *Юнг К.Г. Об архетипах коллективного бессознательного / К.Г. Юнг// Архетип и символ. - М.: Ренессанс, 1991.*