**Арт-терапія в школі**

Одним із стратегічних завдань освіти в Україні, згідно з державною національною програмою «Освіта», є формування освіченої, творчої особистості, становлення її фізичного, психічного й морального здоров’я. Розв’язання цього завдання передбачає обов’язкове психолого-педагогічне обґрунтування змісту й методів навчально-виховного процесу, а також потребує від учителів переосмислення свого ставлення до дитини, її потреб, прагнень та бажань.

Є шлях, який допоможе вчителеві пізнати та зрозуміти внутрішній світ дитини — це доволі незвичне для шкільних аудиторій поєднання творчості, мистецтва та елементів психотерапії, адже творчість, як визначав видатний український психолог В. Роменець, — це засіб самопізнання й засіб саморозвитку, це дивовижне дзеркало, у якому відображаються найтонші намагання й очікування людини, найпотаємніші її думки, уся велич її духу, її неповторного «Я» [14].

Опанування вчителем деяких посильних психотерапевтичних прийомів та форм роботи дозволить цілеспрямовано, свідомо та систематично піклуватися про учнів.

Арт-терапія – це засіб вільного самовираження й самопізнання, заснований на мобілізації творчого потенціалу особистості, що дає високий позитивний емоційний заряд, формує активну життєву позицію, упевненість у своїх силах. Існує значна кількість арт-терапевтичних технік у роботі з дітьми різного шкільного віку. Їх використання у виховному процесі сучасної школи допоможе налагодити ефективну комунікативну взаємодію з учнем у ході художньо-творчої діяльності, більш глибоко пізнати внутрішній світ кожної дитини, відчути її неповторність, особистісну своєрідність, визначити домінуючі потреби та інтереси, діагностувати емоційний, психічний стан школяра, побудувати навчально-виховний процес на основі особистісно-орієнтованого підходу.

Питанню впровадження арт-терапевтичних технік приділяли велику увагу науковці та провідні педагоги: із музикотерапії – Г. Батищева, Т. Борисова, Л. Гаврилова; ізотерапії – О. Вознесенська, О. Деркач, А. Захаров; лялькотерапії – Н. Зинов’єва, І. Медведєва, Н. Михайлова.

У своїй роботі використовую досвід учителя-методиста Степанівської загальноосвітньої школи №1 Сумської районної ради з казкотерапії Арнаутової Ніни Олексіївни. Поділяю її думку, що в навчальному процесі казки, виконуючи організаційні, змістовні, контролюючі, мотиваційні функції, сприяють кращому запам’ятовуванню нового матеріалу, допомагають своєчасно виявити прогалини в знаннях[2].

У процесі використання елементів арт-терапії під час навчально-виховного процесу я маю можливість отримати інформацію про розвиток та індивідуальні особливості кожного учня. У ході спостереження за школярами під час навчальної та позакласної діяльності дізнаюся про їх інтереси, цінності, спостерігаю за внутрішнім світом, що допомагає відчути неповторність кожного вихованця, а також виявити проблеми, що підлягають спеціальній корекції.

Так, на уроках літературного читання використовую елементи арт-терапії (прослуховування та обговорення аудіо казок [3], ідентифікація дитини з улюбленим героєм оповідання, використання елементів театралізації, ізотерапії: намалювати родове дерево родини Лесі Українки, улюбленого героя казок І.Франка, листівку до тексту «Як давно в Україні з’явився жовто-блакитний прапор?» та ін.) 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, дружного колективу. Застосовую різноманітні засоби художньої виразності: звуконаслідування або імітація звуків реального світу – щебет, посвист, шум дощу і т.д., для того, щоб викликати асоціації в учнів, навчити знаходити порівняння, епітети, фразеологізми. Створюю умови, за яких кожен учень переживає успіх у тій чи іншій діяльності, самостійно справляється з поставленими завданнями.(додаток 1)

На своїх уроках використовую репродукції картин відомих художників: Т.Г.Шевченка, К.Білокур, М.Приймаченко, І.Левітана, І.Рєпіна. Твори живопису, як джерела яскравих вражень, впливають на емоції дітей. Картини допомагають зосередити увагу на певній темі, привчають до послідовності у викладі думок. Урок можна провести у формі заочної подорожі, ознайомивши дітей із відомими полотнами художника. Вивчаючи поезію Лесі Українки, має сенс звернутися до дітей із проханням проілюструвати її твори. Важливо, щоб цикл "сприйняття – осмислення – відтворення" був безперервним. Під час розгляду картини Т.Г.Шевченка «Батьківська хата» пропоную учням 4 класу уявити та домалювати те, що вони уявляють за межами картини. Унаслідок роботи з картинами відбувається активізація уяви й мислення дітей, збагачення їхньої емоційної сфери, поглиблення світогляду учнів тощо. (додаток 2)

На мою думку, одним із завдань учителя на уроках математики є розвиток логічного мислення, що потребує постійної розумової діяльності, зосередженості, уважності, а беручи до уваги психологічні особливості дітей молодшого шкільного віку, можна припустити, що це може призвести до їх розумового перевантаження. У дитини знижується працездатність, проявляються негативні емоції, погіршується самопочуття. Вона скаржиться на головний біль. Тому при виявленні в дітей перших ознак перевтоми я роблю перерви, під час яких учні виконують нескладні фізичні вправи. Подобаються школярам віршовані фізкультхвилинки на використання таблиці множення, рахунку чисел, розминки в картинках, динамічні паузи тощо. (додаток 3)

Під час виконання самостійних та контрольних робіт я вважаю, що доречним буде музичний супровід. Так, музика Й. Баха, В. Моцарта, Л. Бетховена справляє позитивну антистресову дію. Зазвичай це спокійний музичний твір, що дає змогу учням розслабитися.

На розвантаження, відхід від «зазубрювання» начального матеріалу, зміну підходів до оцінювання та педагогічну свободу вчителя, перехід до іншої філософії освіти спрямовує свій курс Міністерство освіти і науки України. Результатом копіткої роботи науковців та педагогів, громадського обговорення є оновлені навчальні програми для 1-4 класів [1], спрямовані на більш динамічне вивчення навчального матеріалу із зазначеної дисципліни, розуміння та аналіз вивченого, уміння висловлювати власну думку, набуття обчислюваних навичок та ін.

Ще В. Сухомлинський стверджував про застосування арт-терапії під час навчання дітей: «Музика – уява – фантазія – казка – творчість – така доріжка, ідучи якою, дитина розвиває свої духовні сили. Музична мелодія збуджує в дітей яскраві уявлення. Вони – ні з чим не порівняний засіб виховання творчих сил розуму» [15, с. 357].

Підбір музичних творів здійснюю не тільки до уроків читання та математики, але й до уроків з курсу «Природознавство» за календарно-обрядовими та природничо-часовими принципами, відповідно до яких у художніх текстах, музичних творах розкриваються пори року, види діяльності людини, з ними пов'язані традиційні народні свята та обряди. Під час вивчення вище зазначених тем поєдную корекційно спрямований музичний матеріал, художні твори, рухи імітаційного, ритмічного характеру. Наприклад, музичні твори П.Чайковського «Пори року» та М. Лисенка «Зима і Весна» допомагають дітям як найкраще зрозуміти поняття «Пори року». А з народними святами допоможуть краще розібратися народні українські пісні та обрядовий фольклор. Тему «Які рослин є символами України» досить гарно розкривають твори В. Івасюка «Балада про мальви», М. Лисенка «[Зацвіла в долині червона калина»](https://uk.wikipedia.org/wiki/%D0%97%D0%B0%D1%86%D0%B2%D1%96%D0%BB%D0%B0_%D0%B2_%D0%B4%D0%BE%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D1%96_%D1%87%D0%B5%D1%80%D0%B2%D0%BE%D0%BD%D0%B0_%D0%BA%D0%B0%D0%BB%D0%B8%D0%BD%D0%B0), «Не тополю високую вітер нагинає». Структуру та послідовність використання засобів арт-терапії постійно змінюю, варіюю залежно від теми, змісту та мети уроку, але майже завжди вона передбачає:

* попередню бесіду, яка вводить дітей в тему уроку й формує потрібний словник;
* поєднання: музика, слово, рухи, ігри, інсценізації тощо;
* предметно-практичну діяльність (малювання, ліплення, аплікація, моделювання);
* різноманітну творчу діяльність (малювання графічне й словесне, образно-ігрова творчість, гра на дитячих музичних інструментах, придумування кінцівок до казок, оповідань, складання сенканів, асоціативного куща, гронування).

Окремої уваги потребує вивчення питання створення колажів у початковій школі, а саме у 3-4 класах. Адже колажування, як і будь-яка візуальна техніка, дає можливість розкрити потенційні можливості дитини, спирається на позитивні емоційні переживання, пов’язані з процесом творчості. Крім того, для виготовлення колажу дітям не потрібні спеціальні художні здібності, оскільки ця техніка дає змогу кожному одержати успішний результат. У процесі вивчення навчального матеріалу з курсу «Я і Україна» у 3 класі дітям пропоную завдання на створення колажу з таких тем: «Упізнай мене!» (підбірка власних фотографій учнів у різні вікові періоди), «Яке коріння у твого родовідного дерева?» (малювання родовідного дерева), «Улюблене свято» тощо

У своїй професійній діяльності приділяю велику увагу питанню адаптації першокласників до умов навчально-виховного процесу школи. Важко не погодитися з тим, що контроль за процесом адаптації учнів перших класів до шкільного життя здійснюється як з боку шкільного психолога, так і вчителя. Можна сказати, що результатами шкільної дезадаптації є труднощі в навчанні: стійка неуспішність; ускладнення стосунків із однокласниками чи вчителями; небажання ходити до школи; симптоми соматичних захворювань (головний біль, біль у животі, порушення сну, апетиту, гнітючий настрій, підвищена стомлюваність тощо); емоційні порушення, що проявляються в зниженні товариськості, емоційної стійкості, самоконтролю, соціальної сміливості та збільшенні показників емоційної збудливості, тривожності, а також неуважності на уроках, нездатності до тривалого зосередження.

Тому при роботі з першокласниками використовую такі елементи атр-терапії:

* «малюємо настрій» – ізотерапія;
* кольоротерапія;
* «Снігове містечко» – сніготерапія. Сніг можна використовувати для творчого самовираження як індивідуально кожній дитині, так і в групі, що працює на згуртування дитячого колективу;
* музикотерапія: завдяки використанню музикотерапії в дітей формуються навички спілкування, адекватного вираження почуттів, що сприяє встановленню й розвитку міжособистісних взаємин з однолітками й дорослими;
* проективні малюнки «Школа тварин» (С. Панченко), «Я в школі» (Р. Овчарова), «Мій клас», «Що мені подобається в школі» (А. Лєскова-Савицька) та ін.[12]. Цей метод дозволяє дитині відчути й зрозуміти самого себе, виразити вільно свої думки й відчуття, звільнитися від сильних переживань, бути самим собою, вільно виражати мрії й надії. Проективний малюнок може використовуватися як в індивідуальній формі, так і в груповій роботі;
* казкотерапія;
* релаксаційні вправи: у результаті дитина володіє собою, контролює свої деструктивні емоції і дії. (додаток 4)

Застосування досвіду протягом трьох років показує ефективність застосування арт-терапії в роботі з дітьми початкових класів. Арт-терапія створює позитивний емоційний настрій в класі. Полегшує процес комунікації з однолітками, батьками, педагогами, іншими дорослими. Спільна участь у художній діяльності сприяє створенню відносин взаємного прийняття. Зміцнює культурну ідентичність дитини. Дозволяє звернутися до тих реальних проблем які, з якихось причин скрутно обговорювати вербально. Дає можливість на символічному рівні експериментувати з різними почуттями, досліджувати і виражати їх у соціально прийнятній формі, дозволяє опрацювати пригнічені думки і емоції.

Робота над малюнками, картинами сприяє творчому самовираженню, розвитку уяви, естетичного досвіду, практичних навичок образотворчої діяльності, художніх здібностей в цілому.

Також дана терапія полегшує адаптацію першокласників до навчання в школі. Суттєво знижуються труднощі в навчанні, швидше згуртовується класний колектив, знижується пов'язані з навчанням стомленість, негативний емоційний стан та їх прояви.

Я глибоко переконана, що використання арт-терапії в початкових класах має потужній потенціал у створенні психологічно комфортного педагогічного середовища, що у свою чергу сприяє гармонізації розвитку особистості через здатність самовираження й самопізнання . Використання арт-терапевтичних технологій в навчально-виховному процесі початкової школи сприяє підвищенню в учнів інтересу до навчальної діяльності, розвитку творчого потенціалу школярів. В учнів покращується самооцінка, зникають неадекватні форми поведінки, налагоджуються способи взаємодії з іншими учнями.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1.Наказ МОН України «Про затвердження змін до навчальних
програм для 1-4-х класів загальноосвітніх
навчальних закладів» від 05.08.2016 № 948. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [http://shkos.at.ua](http://shkos.at.ua/)

2.Арнаутова Н.О. Казкотерапія для дітей. Дидактичні казки для учнів 1-4кл. – Арнаутова Н.О. – 2016. - 48 с.

3.Аудіо-казки онлайн. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [http://derevo-kazok.com.ua](http://derevo-kazok.com.ua/)

4.Бойченко Т. Як виростити дитину здоровою: Посібник для батьків учнів молодшого шкільного віку. – К.: Прем’єр-Медіа, 2001. – 204 с.

5.Ващенко О.М., Люріна Т.І., Романенко Л.В.. «Фізкультхвилинки у початкових класах». Київ : 2002. - 48 с.

6.Вознесенська О. Особливості арт-терапії як методу // Психолог. — 2005. — № 39. — С. 5–8. 2.

7.Вознесенська О. Простір арт-терапії: можливості й перспективи // Психолог. — 2005. — № 39. — С. 2–4.

8.Деркач О. Малюємо школу: діагностика шкільної дезадаптації першокласників засобами арт-терапії / О. Деркач // Мистецтво та освіта. – 2010. – № 4. – С. 15-18.

9.Деркач О. Арт-терапія на допомогу вчителю, соціальному педагогу, практичному психологу. — Вінниця, 2006.

10.Зинкевич-Евстигнеева Т. Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии / Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Кудзилов. – СПб. : Речь, 2004. – 144 с.

11. Киселева М. В. Арт-терапия в работе с детьми / М. В. Киселева. – СПб. : Речь, 2006. –160 с.

12. Лебедева Л. Д. Арт-терапия в педагогике / Л. Д. Лебедева // Педагогика. – 2000. – № 9. –С. 27-34.

13. Лескова-Савицкая А. А. Проблема адаптации первокласников к школе / А. А. Лескова- Савицкая – Одесса, 2001. – 60 с.

14.Роменець В. А. Психологія творчості. — К.: Либідь, 2004. [Електронний ресурс]. – Режим доступу : [http://www.teacherjournal](http://www.teacherjournal/). com.ua/

15.Сухомлинський В.О. Вибрані твори: [у 5 т.] / В.О. Сухомлинський. – К.: Рад. школа, 1977.- Т. 4. – 640 с.

16. Федій О. А. Підготовка педагогів до використання засобів естетотерапії: теорія і практика : [монографія] / О. А. Федій. – Полтава : ПНПУ, 2009. – 404 с.

17.Федорова Т.А. Арт-терапія допомагає класному керівникові. Математика в школах України №7-8 березень 2015.

18.Шевчук Л. Від допитливості до інтересу. Формування пізнавальної активності шестирічок через гру / Л. Шевчук // Початкова освіта. – 2006. – № 20. – С. 3–6.