

УДК 615.85 – 053.5

Т. В. Мірошніченко

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ ПОТЕНЦІАЛ ЗАСОБІВ ЕСТЕТОТЕРАПІЇ У РОБОТІ З МОЛОДШИМИ ШКОЛЯРАМИ

© Мірошніченко Т. В., 2015
<http://orcid.org/0000-0002-0368-1265>
<http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.33348>

У статті здійснено обґрунтування необхідності впровадження в сучасний навчально-виховний процес початкової школи інноваційної гуманістично зорієнтованої технології – естетотерапії. Виявлено психолого-педагогічний потенціал арт-терапії як складової естетотерапії у роботі з молодшими школярами з метою зниження тривожності, агресивності, страхів, сором'язливості, гіперактивності учнів, а також профілактики та подолання психологічного дискомфорту у навчальній діяльності.

Визначено доцільність використання терапевтичного впливу музики як засобу створення позитивного емоційного фону на уроці, а також наведено види діяльності з використанням музикотерапії: рецептивне слухання музики, музикомалювання, проведення рухливих музичних ігор та ін. Розкрито особливості використання вчителем початкової школи методів вокалотерапії, танцювально-рухової терапії та інноваційної технології гармонійного розвитку «ПіснеЗнайка».

Встановлено, що широке застосування вище вказаних засобів естетотерапевтичного впливу у професійній діяльності вчителя початкової ланки освіти спрямоване на досягнення основних навчально-виховних, розвивальних, діагностичних, корекційних, психотерапевтичних та оздоровчих завдань.

Ключові слова: естетотерапія, засоби естетотерапії, арт-терапія, музикотерапія, вокалотерапія, танцювально-рухова терапія, молодші школярі.

Мирошниченко Т. В. Психолого-педагогический потенциал средств эстетотерапии в работе с младшими школьниками

В статье осуществлено обоснование необходимости внедрения в современный учебно-воспитательный процесс начальной школы инновационной гуманистически ориентированной технологии - эстетотерапии. Выявлены психолого-педагогический потенциал арт-терапии как составной эстетотерапии в работе с младшими школьниками с целью снижения тревожности, агрессивности, страхов, застенчивости, гиперактивности учеников, а также профилактики и преодоления психологического дискомфорта в учебной деятельности.

Определена целесообразность использования терапевтического воздействия музыки как средства создания положительного эмоционального фона на уроке, а также приведены виды деятельности с использованием музыкотерапии: рецептивное слушания музыки, музикорисования, проведение подвижных музыкальных игр и др. Раскрыты особенности использования учителем начальной школы методов вокалотерапии, танцевально-двигательной терапии и инновационной технологии гармоничного развития «ПеснеЗнайка».

Установлено, что широкое применение вышеуказанных средств эстетотерапевтического влияния в профессиональной деятельности учителя начальных классов направлено на достижение основных учебно-воспитательных, развивающих, диагностических, коррекционных, психотерапевтических и оздоровительных задач.

Ключевые слова: эстетотерапия, средства эстетотерапии, арт-терапия, музыкотерапия, вокалотерапия, танцевально-двигательная терапия, младшие школьники.

Miroshnichenko T.V. Psycho-pedagogical potential of means of esthetotherapy in work with junior pupils.

In the article the reasoning of necessity of introduction in modern educational process of primary school innovative humanistic oriented technologies – esthetotherapy is done. Psycho-pedagogical potential of art therapy as a part of esthetotherapy in work with junior pupils in order to reduce anxiety, aggression, fear, shyness, pupils' hyperactivity while preventing and overcoming of psychological discomfort in educational activities is discovered.

The expediency of using therapeutic effects of music as a means of creating a positive emotional background on the lesson is determined and activities with the use of music therapy: receptive listening of music, music drawing, conducting of mobile music games and others are presented. The features using by teacher of primary school vocals therapy techniques, dance-movement therapy and innovative technologies of harmonious development "PisneZnayka" are revealed.

It is established that the wide use of above mentioned means of esthetotherapeutic impact in the professional activity of primary school teachers is aimed at achieving of main educational, developmental, diagnostic, correctional, psycho therapeutic and health problems.

Key words: esthetotherapy, means of esthetotherapy, art therapy, music therapy, vocals therapy, dance-movement therapy, junior pupils.

Постановка проблеми. Модернізація системи освіти в Україні передбачає оптимізацію педагогічного процесу, потребує оновлення і збагачення його змісту на засадах гуманізації та демократизації, виводить на перший план проблему формування гармонійної людської особистості, розвитку її інтелектуального,

емоційно-чуттєвого, індивідуально-творчого потенціалу, починаючи з перших етапів навчання. Гуманізація освіти має передусім створювати сприятливі психогігієнічні й соціально-психологічні умови діяльності учнів, ретельно враховуючи їхні вікові та індивідуальні особливості, виявляючи здібності, заохочуючи і стимулюючи їхній всебічний розвиток. Саме у початковій школі відбувається формування життєвої, освітньої компетентності дитини, закладаються підвалини її успішного особистісного розвитку впродовж усього навчання в загальноосвітньому закладі.

Нині початковій школі потрібен учитель-фасилітатор, який уміє бачити внутрішній світ дитини, захищати, оберігати індивідуальність кожного вихованця, підтримувати прагнення до пізнання, формувати почуття задоволення й насолоди від навчально-пізнавальної діяльності. Одним із ефективних шляхів вирішення окреслених завдань є впровадження в навчально-виховний процес інноваційної гуманістично зорієнтованої технології *естетотерапії*, що передбачає створення психологічно-комфортного освітнього середовища шляхом актуалізації естетико-терапевтичного потенціалу традиційних засобів психолого-педагогічного впливу (казка, гра, музика, танок, спілкування та ін.). За рахунок позитивного емоційно-естетичного збагачення особистості та надання їй можливості творчого розвитку досягається терапевтична мета – відновлення природної гармонії дитини з навколишнім світом, створення оптимальних умов організації навчально-пізнавальної діяльності молодшого школяра.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Естетотерапевтичні ідеї гармонізації особистості мали місце у поглядах видатних зарубіжних (Й. Герbart, О. Декролі, Я. Коменський, Я. Корчак, Дж. Локк, М. Монтеcсорі, Й. Песталоцці, Ж.-Ж. Руссо, С. Френе, Р. Штайнер, та ін.) та вітчизняних (П. Каптерєв, М. Корф, П. Лєсгафт, А. Макаренко, С. Русова, В. Сухомлинський, К. Ушинський, Я. Чепіга) педагогів-гуманістів.

Проблема формування особистості сучасної дитини та дорослого засобами естетотерапії відображена у працях сучасних учених, зокрема із педагогіки (М. Алексєєва, Л. Аметова, А. Гришина, М. Гузєва, О. Деркач, У. Дутчак, Л. Короткова, Л. Лебедева, І. Лисєнкова, О. Сорока, Н. Сучкова, Н. Шумакова та ін.); з психології: О. Вознесєнська, Т. Глухова, І. Голубєва,

І. Давидова, С. Куракіна, Д. Романовська, О. Тапіліна, Д. Хомяков, О. Янгічер, Т. Яценко та ін.); в медицині (О. Іонов, О. Копитін та ін.).

Проблемі підготовки майбутніх фахівців початкової ланки освіти до впровадження окремих елементів естетотерапевтичних технологій у навчально-виховний процес присвятили наукові праці О. Деркач, Л. Лебедева, І. Малишевська, О. Сорока та ін. Питання професійно-педагогічної підготовки майбутніх педагогів до використання засобів естетотерапії набула ґрунтовної розробки у дослідженнях О. Федій.

Мета статті – здійснити аналіз психолого-педагогічного потенціалу таких видів естетотерапевтичного впливу, як арт-терапія, музикотерапія, вокалотерапія, танцювально-рухова терапія та розкрити методіку використання означених методів з метою створення особливих психологічно комфортних умов у навчально-виховному процесі початкової школи.

Виклад основного матеріалу. Естетотерапевтична концепція формування й розвитку гармонійної особистості ґрунтується на ідеї гуманної особистісно орієнтованої педагогіки та адаптації найбільш відомих психотерапевтичних технологій (арт-терапія, природотерапія, терапія спілкуванням, казко терапія тощо) до проблем дитячого віку та тих негативних соціальних новоутворень, що їх відчуває сучасний школяр в умовах інформаційного середовища [5].

Останнім часом актуальності набувають проблеми використання педагогічного потенціалу арт-терапевтичних засобів впливу (музика, театр, малюнок, танець та ін.) з метою гармонізації розвитку особистості, профілактики та корекції емоційно-поведінкових розладів, розвитку творчого потенціалу особистості. Через різноманітні форми мистецької діяльності відбувається корегування емоційно-психічного стану людини, розвиток творчих здібностей, здійснюється профілактика зміцнення фізичного, психічного і духовного здоров'я особистості.

Виокремлення серед численних естетотерапевтичних засобів впливу на учнів повинно здійснюватися з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей учнів початкових класів. Цей принцип є одним із основних педагогічних принципів навчання. Саме у молодшому шкільному віці відбувається інтенсивний розвиток пізнавальних психічних процесів,

мотиваційної, емоційно-чуттєвої сфери, індивідуально-психологічних властивостей.

Особливий інтерес у контексті нашого дослідження викликає наукова позиція Л. Лебедевої [2], яка розглядає підходи до використання арт-терапії в школі як педагогічної технології. В її наукових доробках представлений підхід традиційного використання образотворчого мистецтва та продуктів образотворчої діяльності в якості терапевтичного фактора. Нам імпонує позиція науковця про те, що в арт-терапевтичній роботі необхідно спиратися на здоровий потенціал особистості, внутрішні механізми саморегуляції та зцілення.

Розглядаючи особливості застосування арт-терапевтичних технік у виховній роботі вчителя початкових класів, О. Деркач пропонує використання проєктивних графічних тестів у процесі діагностики шкільної дезадаптації першокласників. Серед них слід назвати проєктивні малюнки «Школа тварин» (С. Панченко), «Я в школі» (Р. Овчарова), «Мій клас», «Що мені подобається в школі» (А. Лєскова-Савицька), «Колірний тест відносин» (А. Еткінд) [1] та ін.

Значний потенціал має арт-терапія щодо психолого-педагогічної корекції. У процесі арт-терапевтичної роботи 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 спрямована на зниження тривожності, агресивності, страхів, сором'язливості та гіперактивності учнів. З метою подолання психологічного дискомфорту молодших школярів доречним є використання таких арт-терапевтичних методик, як «Спонтанне малювання», «Анонімний подарунок», «Малюнок музики», «Чарівні фарби», «Техніка овочевих печаток», «Малювання клубком», «Глиняні каракулі» тощо.

Заслужовує на увагу позиція І. Зязюна щодо запобігання виникнення ситуацій, що викликають негативні стани необхідні *«розрядка від негативних емоцій за допомогою утворення вогнищ захисного збудження, якими можуть бути музика, спілкування з природою, працетерапія, читання книжок (бібліотерапія), гумор»*. На думку науковця, всі ці способи дають можливість

«не лише зняти напруження, оптимізувати настрій, а й залучати учнів до духовних цінностей, близьких учителю, навчаючи їх керуватися такими самими способами» [3, с. 39].

Використання арт-терапевтичних технологій в роботі вчителя початкових класів може відбуватися в контексті будь-якого уроку як складова частина художньо-творчої спонтанної діяльності, або при проведенні різноманітних занять художньо-прикладного характеру в окремо визначений позанавчальний час. Арт-терапевтичні завдання, що можна запропонувати молодшим школярам, можуть бути найрізноманітнішими: від звичайного малювання, аплікації, ліплення до колажування, виготовлення ляльок, створення «живих» картин в пісочниці, інсценізацій (драматизацій) тощо.

Одним із найефективніших видів естетотерапевтичного впливу на особистість молодшого школяра є музика. Необхідність і доцільність включення музикотерапевтичних методів і прийомів у навчально-виховний процес початкової школи виправдовується такими положеннями: по-перше, музика – вид мистецтва, що має терапевтичний, профілактичний вплив на формування особистості молодшого школяра; по-друге, музика – ефективний засіб профілактики нервово-психічних порушень в учнів; по-третє, музика – це засіб психолого-педагогічної корекції негативний проявів у поведінці.

Сучасний науковець О. Савченко вказує на доцільність використання музики з метою створення позитивного емоційно-терапевтичного фону на уроці, зокрема: музичні позивні окремих уроків; використання українських мелодій під час фізкультхвилинок; виконання деяких видів самостійних завдань під тихе звучання музики (ліплення, малювання, опис природного явища, складання творів за уявою) [4, с. 161].

В умовах навчально-виховного процесу початкової школи доцільно використовувати такі види діяльності з використанням музикотерапії:

1. Рецептивне слухання музики базується на пасивному сприйнятті музики. Музика використовується як фон до основного виду діяльності (читання, написання твору, виконання творчої роботи тощо). Тихе звучання музики може супроводжувати деякі види самостійних і контрольних робіт.

Орієнтовний музичний матеріал: А. Вівальді «Пори року»: «Літо», «Зима»; П. Чайковський «Пролісок», з фортепіанного циклу «Пори року»,

«Вальс квітів»; К. Дебюсі «Море», «Місячне сяйво»; М. Глінка «Мелодичний вальс»; Р. Шуман «Мрії».

2. Музикомалювання – спонтанне поєднання малювання з музикою, що виявляється як діяльність, що сприяє формуванню здорових психічних структур. Практичний матеріал: Р. Паулс «Колискова»; Е. Гріг «Весною»; муз. О. Галахова цикл «Я малюю і співаю»: на сл. Г. Андрєєвої «У дворі», на сл. О. Карганової «Намалюйте завитушки», «Урок малювання»; муз. М. Степаненка «Веселка», «Білочка» тощо.
3. Слухання музики з метою розвитку творчої уяви, художньо-образних уявлень, творчої активності. Музичний матеріал: П. Чайковський «Пори року»; Е. Гріг «Ранок», «Пташка», «Пісня Сольвейг»; В. Косенко «За метеликом», «Дощик», «На узліссі» та ін.
4. Проведення на уроці рухливих музичних ігор з метою усунення психоемоційного напруження, виховання навичок адекватної групової поведінки; драматизація під музику.

Одним із ефективних видів музикотерапії – є вокалотерапія. Слід вказати на деякі особливості використання цього методу у роботі з учнями: по-перше, означений метод практично не має вікових обмежень та протипоказань у застосуванні; по-друге, активне використання якого у навчально-виховній роботі вчителя початкових класів сприяє підвищенню резервних можливостей організму; по-третє, враховуючи терапевтичний вплив вокального звуку через вібрації частот, можна цілеспрямовано впливати на діяльність відповідного органу в організмі людини. Так, наприклад, ученими доведено, що звук «А» позитивно впливає на верхні дихальні шляхи, верхні відділи легень, звук «І» – на головний мозок, гіпофіз, звук «Є» – на гортань, щитовидну залозу тощо. Відтак, можна стверджувати про доцільність включення вокалотерапії у навчальний процес як своєрідної музично-звукової гімнастики.

У контексті вокалотерапії практичного значення набувають вокалотерапевтичні вправи, що можна проводити з дітьми молодшого шкільного віку, зокрема: на уроках навчання грамоти: «Музичні знайомства», «Вітер», «У лісі», «Вітер виє»; на уроках природознавства: «Квітка», «Дикі тварини», «Пташині співи», «Весняний вітер», «Голоси природи», гра «Ми озвучуємо фільм про природу» тощо; на перервах: «Звукові хвилі», «Пролісок» та ін.

У рамках нашого дослідження заслуговує також визначення і обґрунтування естетотерапевтичного потенціалу іншого різновиду музичної терапії – танцювально-рухової терапії. Прикладом використання даного методу в початковій школі є застосування різноманітних рухових вправ, ігор як на уроках, так і позаурочний час. Цікавими та змістовними можуть стати для учнів початкової школи такі ігри та вправи:

- на зняття психоемоційної напруги («Кухарята», «Дракон», «Дзеркало», «Зоопарк» та ін.);
- на розвиток рухових здібностей («Мурашки», «Цвіркуни, бабки, метелики», «Кактус та верба» та ін.);
- на розвиток комунікативних навичок («Травинка», «Дзеркало рухів», «Зрозумій мене» та ін.);

Прикладом інтеграції педагогічної музикотерапії, вокалотерапії і танцювальної терапії є технологія «ПіснеЗнайка», що спрямована на фізичний, психічний, інтелектуальний та духовний розвиток учнів. Інноваційна методика ґрунтується на поєднанні таких галузей науки як педагогіка, психологія, медицина. Естетотерапевтичний потенціал «ПіснеЗнайки» полягає у створенні комфортного середовища для розкриття й реалізації творчого потенціалу кожної особистості, гармонізації стосунків у діаді «вчитель – учень», «учень – учень», задоволенні від прослуховування та проспівування мелодійних пісень, внаслідок чого виникає позитивне тло для засвоєння навчального матеріалу, виховних установок.

Музикотерапевтична технологія «ПіснеЗнайка» ґрунтується на сучасних дослідженнях нейропедагогіки, яка пропагує врахування вікових та природних особливостей розвитку дітей молодшого шкільного віку в навчально-виховному процесі. Це навчання в грі з використанням співу та рухової активності.

Здійснений аналіз психолого-педагогічного потенціалу естетотерапевтичних засобів свідчить, що використання його у навчально-виховному процесі ефективно впливатиме на досягнення таких підцілей початкової школи, а саме:

- *навчальних*: формування комунікативних умінь, формування в учнів ключових предметних компетенцій та ін.;

- *розвивальних*: розвиток мовлення, уяви, волі учнів, творчих і пізнавальних здібностей та ін.;
- *виховних*: виховання гуманної, творчої активної особистості, формування в учнів загальнолюдських цінностей (взаємоповага, взаємодопомога, патріотизм, людинолюбство, працелюбство, бережливе ставлення до природи тощо);
- *діагностичних*: діагностика шкільної дезадаптації, вивчення характеру міжособистісних відносин, особистісних якостей учнів та ін.;
- *психотерапевтичних*: створення психологічно комфортного середовища для гармонійного розвитку молодших школярів та ін.;
- *корекційних*: корекція порушень емоційно-вольової сфери, профілактика й корекція поведінкових, нервово-психічних порушень в учнів тощо;
- *оздоровчих*: стабілізація психоемоційного стану учнів, зняття емоційного напруження, зміцнення фізичного, психічного, духовного здоров'я молодших школярів тощо.

Зазначимо, що володіння вчителем системою знань про мету, завдання, зміст, принципи естетотерапевтичної діяльності, психолого-педагогічні можливості засобів естетотерапії, особливості їх використання у освітньо-виховному процесі початкової школи сприятиме оптимальному вибору ефективних засобів і методів естетотерапевтичного впливу відповідно до поставлених завдань.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Таким чином, цілеспрямоване, систематичне використання засобів естетотерапії на уроках та в позаурочний час позитивно впливатиме на інтелектуальний, особистісно-соціальний, фізичний розвиток учнів і є одним із шляхів оптимізації навчально-виховного процесу школи I ступеня. Упровадження в навчально-виховний процес школи I ступеня засоби естетотерапевтичного впливу сприятиме не тільки розв'язанню комплексу педагогічних завдань (освітніх, виховних, розвивальних, корекційних, терапевтичних тощо), а й удосконаленню професійних якостей вчителя, зростанню його педагогічної майстерності, творчої активності.

Перспективним напрямом подальших досліджень є розробка структурно-функціональної моделі процесу формування естетотерапевтичної компетентності майбутнього вчителя початкової ланки освіти.

Література

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

2. Лебедева Л. Д. Педагогические основы арт-терапии / Людмила Дмитриевна Лебедева. – СПб. : ЛОИРО, 2000. – 150 с.

3. Педагогічна майстерність : підручник / І. А. Зязюн, Л. В. Крамущенко, І. Ф. Кривонос та ін. ; за ред. І. А. Зязюна. – 3-тє вид., допов. і переробл. – К. : СПД Богданова А. М., 2008. – 376 с.

4. Савченко О. Я. Дидактика початкової школи / Олександра Яківна Савченко. – К. : Генеза, 2002. – 368 с.

5. Федій О. А. Естетотерапія : навч. посіб. / О. А. Федій. – 2-ге вид. перероб. та доп. – К. : Центр учбової літератури, 2012. – 304 с.