

Ю. Панасенко,
аспірантка
Харківського національного педагогічного
Університету Імені Г. С. Сковороди
Y. Panasenko,
Graduate student
Kharkiv National Pedagogical University
named after H. S. Skovorody

АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЕФЕКТИВНИЙ ЗАСІБ В ПЕДАГОГІЧНІЙ РОБОТІ НА УРОКАХ МУЗИЧНОГО МИСТЕЦТВА

ART THERAPY AS AN EFFECTIVE TOOL IN PEDAGOGICAL WORK IN MUSIC LESSONS

***Анотація.** У статті обґрунтовано поняття арт-терапія як ефективний засіб в педагогічній роботі на уроках музичного мистецтва. Розкрито зміст арт-терапії, як ефективний засіб в педагогічній роботі на уроках музичного мистецтва на прикладі вправи «Асоціативні ряди».*

***Ключові слова:** арт-терапія, педагогічна практика, мистецтво, музичне мистецтво.*

***Abstract.** The article substantiates the concept of art therapy as an effective tool in pedagogical work in music lessons. The content of art therapy is revealed as an effective tool in pedagogical work in music lessons using the example of the exercise "Associative rows".*

***Keywords:** art therapy, pedagogical practice, art, musical art.*

Постановка проблеми та її зв'язок з важливими завданнями. Враховуючи швидкі зміни в українському суспільстві, зростає вимога у модифікації підготовки майбутніх вчителів та викладачів музичного мистецтва, які спроможні на високому рівні запроваджувати сучасні технології у професійну діяльність, забезпечувати повноцінний та цілеспрямований психолого-педагогічний розвиток дітей. «Арт-терапія» має багатогранний аспект значущості в сучасній музичній педагогіці. Це зумовлює більш детальніше дослідити її становлення як ефективний засіб в педагогічній роботі на уроках музичного мистецтва.

Аналіз наукових публікацій. Розгляд становлення та розробки аспектів арт-терапії в педагогічній практиці представлено у роботах О. Вознесенської [2], І. Головатюка [3], Л. Калініної [4], А. Ковінько [5], Л. Підлипної [6], О. Смілянець [7], О. Сороки [8], О. Федій [10], та ін.

Мета. Обґрунтувати поняття арт-терапія та розкрити її як ефективний засіб в педагогічній роботі на уроках музичного мистецтва на прикладі вправи «Асоціативні ряди».

Виклад основного матеріалу. Невидимою лінією, що об'єднує два світи: світ реальності та фантазії, є мистецтво. Саме у творчості легше виразити свої почуття та емоції. Тож саме тому набуває великої популярності метод лікування за допомогою арт-терапії.

Арт-терапія — це терапія мистецтвом, яка застосовує елементи творчості, що допомагають впоратись дитині із її страхами, внутрішніми конфліктами та тривогами.

Засновником арт-терапії як окремого напрямку в науці вважається британський художник А. Хілл. Творчість Хілла поєднувала в собі елементи імпресіонізму та експресіонізму, проте мала і риси традиційних художніх напрямів.

У 1938 році, під час лікування від туберкульозу в санаторії Мідхерст, художник Адріан Хілл, малюючи довколишні об'єкти, зауважив, що це заняття – малярство – допомагає йому одужувати. Вже наступного року арт-терапію було застосовано в санаторії, а А. Хілл почав викладати малюнок і живопис іншим пацієнтам.

Адріан Хілл виявив, що практика мистецтва не тільки допомагає пацієнтам відволіктися від своєї хвороби або травми, але і сприяє звільненню від психічних розладів. У 1942 році художник вперше застосував термін арт-терапія, а вже у 1945 році опублікував свої ідеї в художній книзі «Мистецтво проти хвороб». Згодом саме він став президентом Британської асоціації арт-терапевтів [3, с 276-278].

В арт-терапії головним є сам процес. А у роботі з дітьми важливо саме за допомогою гри та творчості проявляти те, що турбує її всередині: через тип фарби, кольори, сюжет, який вона хоче зобразити тощо. Малюнок для дитини – це безпечний простір для самовираження. Вчитель має забезпечити максимально допустимий рівень свободи виконання діяльності і вибору матеріалів та інструментів для роботи. При цьому важливо заохотити дитину довіряти власному сприйняттю і досліджувати свої творіння як самостійно, так і за допомогою когось, якщо ви працюєте у групах.. Тобто арт-терапія допомагає витягнути творчий потенціал, що є в кожного на різному рівні підсвідомості. Тому все частіше використовують арт-терапію, як ефективний засіб в педагогічній роботі на уроках музичного мистецтва або мистецтво.

Так, як педагогічна робота є важливою складовою навчального процесу, тому практикуючому та майбутньому вчителю музичного мистецтва важливо пам'ятати та дотримуватись правил арт-терапії, щоб краще впроваджувати її. Серед основних правил виділяють: забезпечення дитині свободу та варіативність; не допомагати дитині творити, кожна дитяча робота красива і «правильна»; давати можливість дитині створювати в уяві нові унікальні образи і вільно переносити їх на папір; обігрувати малюнки, оживляти героїв, допомагати дітям створювати історії, лише тут невелика допомога може бути доречною, якщо діти не справляються самостійно.

На уроках музичного мистецтва цікаво поєднувати два види арт-терапії: терапія малюванням та музикотерапія. **Терапія малюванням цікава тим, що малювати можна будь-чим, але слід враховувати те, що вибір того чи іншого матеріалу може бути пов'язаний з особливостями стану та особистості дитини.** Наприклад якщо учень нервує, тоді краще користуватися крейдою, бо акварель може розтікатися, що може спровокувати тривогу. Крейду легше використовувати і тоді дитина переміщує це

відчуття на життя. А якщо дитина закрита, то краще малювати аквареллю - це допоможе їй відчути себе впевненою. Олівець і папір - це основні засоби арт-терапії. Зазвичай робота починається саме з олівців. Маючи цей мінімальний набір, учень може малювати, складати казки, писати вірші. Гумку бажано взагалі не використовувати, щоб на малюнку було добре видно "підправлені" місця (саме там і треба шукати проблеми, тому що вони викликають труднощі в створенні малюнку). Однак, стирання теж добре видно - іноді папір протирається до дірок! Приміром, якщо, ви малювали автопортрет, а на ньому ліве плече може бути намальовано однією лінією, а праве змальовано кілька разів - саме воно періодично болить у того, хто створив малюнок. Колір важливий, бо по ньому можна читати емоційне ставлення до намальованого предмету, а також емоційний стан в даний момент. Приміром, учень або учениця на малюнку сім'ї всіх розфарбувала по-різному, і лише себе і бабусю - однаково. Швидше за все, вони дуже близькі. Або дитина малює "все чорним", хоча у неї набір з олівців 36 кольорів. Це може вказувати на пригніченість, важкі переживання в даний момент. Фарби більш експресивні, ніж олівці та фломастери. Вони дають більше свободи у виборі відтінку, в русі руки, у розмірі малюнка. Сучасні фарби легко відпираються і не заподіюють шкоди здоров'ю, якщо потраплять на шкіру. Всіх дітей можна умовно поділити на тих, хто більше любить малювати, і тих, хто більше любить ліпити. Пластилін відмінно допомагає випустити накопичену напругу (тягнути, м'яти, рвати) і дозволяє розташовувати фігурки в просторі, а не на площині, грати з ними, переставляти і експериментувати. Пастель або воскова крейда дуже яскрава, дає свободу штрихам і відмінно підходить тим, хто не хоче возитися з фарбами, але любить насичені кольори.

Під музикотерапією розуміють практику використання звуків та мелодій, що допомагають відновити рівновагу емоційного стану та фізичного. *Музикотерапія* сприяє поповненню знання учнів про навколишній світ, плекає любов до музики, навчає слухати та розуміти, як і про що вона розповідає.

Музикотерапія існує у двох основних формах: активній та рецетивній (пасивній). Рецетивна музикотерапія може проводитися у формі пасивного й активного прослуховування. Учням пропонують прослухати спеціально підібрані музичні твори, а потім обговорити переживання, спогади, думки, асоціації, фантазії, мрії, що виникли у них під час прослуховування. Програма музичного репертуару будується на основі поступової зміни настрою, динаміки і темпів з урахуванням різного емоційного навантаження. Музичні твори краще представляти у такій послідовності: на початку має бути спокійна, приємна мелодія, що відрізняється розслаблюючою дією. Потім музика має змінюватися на більш динамічну, драматичну, напружену. І на закінченні підбирається музика, що повинна зняти напругу, створити атмосферу затишку та спокою. [3, с. 276 - 278].

Робота над музичними творами, малюнками, картинами або ліпленням передбачає упорядкування форм, ритмів кольору концентрує увагу на відчуттях. Заняття музичним мистецтвом створює багаті можливості для експериментування з кінестетичними і слуховими відчуттями, розвиває здатність до їх сприйняття,

розвиває художні здібності та підвищує самооцінку. Сприятливим продуктом музикотерапії є почуття задоволення, яке виникає в результаті виявлення прихованих талантів та їх розвитку [3, с. 276-278].

Тож прикладом поєднання двох арт-терапій є вправа «Асоціативні ряди», яка демонструє саме активну музикотерапію.

Метою цієї вправи, є допомога учневі прожити свої емоції від прослуханої музики використовуючи засоби образотворчої діяльності, а також усвідомлювати та аналізувати власний емоційний досвід. Для цього використовують 5 – 7 аркушів для кожного учня, олівці, кольорова воскова крейда, фарби, пензлики, баночки для води. Час на виконання цієї вправи 45 хвилин. В цій вправі потрібно спочатку пропонується учневі прослухати музику, а потім зобразити 5 – 7 образів, які відображують його чи її емоції, переживання від прослуханої музики. Потім діти розкладають свої малюнки від найбільш вираженого, важливого для них до найменш значимого. Після цього йде обговорення робіт. Діти повинні відповісти на запитання, які допоможуть їм проаналізувати свої емоції, відчуття, переживання які вони зобразили на малюнках. Їм потрібно розповісти про що ці зображення які він чи вона намальовали та назвати кожен з образів, що намальовано на папері. Розказати, що учень або учениця відчували в процесі роботи та що вони відчують дивлячись на свою роботу.

Таким чином дитина вчиться виражати себе через мистецтво, відтворювати свої емоції, переживання, відчуття, та вміти їх аналізувати.

Висновки та перспектива подальших розробок. Підсумовуючи, можемо констатувати, що арт-терапія розглядається : як терапія мистецтвом, яка застосовує елементи творчості, що допомагають впоратись дитині із її страхами, внутрішніми конфліктами та тривогами.

В арт-терапії головним є сам процес. А у роботі з дітьми важливо саме за допомогою гри та творчості проявляти те, що турбує її всередині: через тип фарби, кольори, сюжет, який вона хоче зобразити тощо. Малюнок для дитини – це безпечний простір для самовираження. Вчитель має забезпечити максимально допустимий рівень свободи виконання діяльності і вибору матеріалів та інструментів для роботи.

При цьому важливо заохотити дитину довіряти власному сприйняттю і досліджувати свої творіння як самостійно, так і за допомогою когось, якщо ви працюєте у групах.. Тобто арт-терапія допомагає витягнути творчий потенціал, який закладений в кожного на різному рівні підсвідомості. Так, як педагогічна робота є важливою складовою навчального процесу, тому практикуючому та майбутньому вчителю музичного мистецтва важливо пам'ятати та дотримуватись правил арт-терапії, щоб краще впроваджувати її. На уроках музичного мистецтва цікаво поєднувати два види арт-терапії: терапія малюванням та музикотерапія. Музикотерапія існує у двох основних формах: активній та рецептивній (пасивній). Тож прикладом поєднання двох арт-терапій є вправа «Асоціативні ряди», яка демонструє саме активну музикотерапію. Метою цієї вправи, є допомога учневі

прожити свої емоції від прослуханої музики використовуючи засоби образотворчої діяльності, а також усвідомлювати та аналізувати власний емоційний досвід.

Сьогодні арт-терапія має широкий спектр її видів та є вкрай затребуваною й необхідною у музичній педагогіці. Тож можна вважати, що арт-терапія має все для утворення сильних можливостей у формуванні особистості. Здійснюється, це при сприянні розвитку уваги до почуттів, збільшення власної особистісної цінності та художньої компетенції.

Література

1. Булатов. М. О. Категорії. Філософський енциклопедичний словник / В. І. Шинкарук (гол. ред.) та ін. Київ : Інститут філософії імені Григорія Сковороди НАН України : Абрис, 2002. С. 742 .
2. Вознесенська О. Л. Арт-терапія як засіб психосоціального відновлення особистості. Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки : Збірник наукових праць. Вип. № 3 (29). Київ. КНУ імені Тараса Шевченка. 2015. С. 40–47.
2. Головатюк І. Г. (2017) Теоретичні основи застосування арт-терапії у процесі професійної підготовки фахівців // Молодий вчений / Педагогічні науки № 7 (47) липень. С. 276-278
3. Калініна Л. А. (2009) Використання лялько-терапії як напряму арт- терапії у корекційній роботі з дітьми, які мають проблеми у розвитку // Наукові праці : науково-методичний журнал «Педагогіка». Вип.95. Миколаїв: Видавництво ЧДУ ім.Петра Могили. С.25–30.
4. Ковінько А. В. Арт-терапія як технологія розвитку творчого потенціалу молодших школярів. // Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. Збірник наукових праць. Вип. 51 (104). Запоріжжя: КПУ, 2016. С.368-374.
5. Підлипна. Л. В. Терапія мистецтвом. 2-гу вид., оновл. Івано-Франківськ: ОППО; Снятин: ПрутПринт, 2009. 136 с.
6. Смілянець О. І. Корекція девіантної поведінки підлітків засобами арт- терапії : Збірник наукових праць. Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України, за ред. академіка С. Д. Максименка. Київ, 2009. С. 464–473.
7. Сорока О. В. Теоретичні і методичні засади підготовки майбутніх учителів початкової школи до використання арт- терапевтичних технологій: дис. ... д-ра пед. наук: спец. 13.00.04. Тернопіль, 2016. С. 534.
8. Трансформація // Літературознавча енциклопедія: у 2 т. / авт.-уклад. Ю.І. Ковалів. Київ : ВЦ «Академія», 2007. С. 497.
9. Федій О. А. (2009). Музикотерапія в професійній діяльності сучасного педагога // Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки. №11 (174). С. 282-292.
10. Шагар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків : «ПРАПОР», 2007. С. 640.