

музичного мислення майбутніх учителів музики / Н. Г. Мозгальова // Творча особистість учителя: проблеми теорії і практики. 2003. Вип. 10. С. 196–201.

5. Ройтенко Н. О. Концептуальні засади педагогічного супроводу вокального розвитку майбутніх учителів музичного мистецтва / Н. О. Ройтенко // Наукові записки / Ред. кол.: В. Ф. Черкасов, В. В. Радул, Н. С. Савченко та ін. Випуск 155. Серія: Педагогічні науки. Кропивницький: РВВ КДПУ ім. В. Винниченка, 2017. 306 с. С. 101–104.

6. Сизова Е. Р. Организация и содержание профессиональной подготовки музыканта-педагога в условиях современного социума / Е. Р. Сизова. М.: АПК и ППРО; Челябинск: ЧГИМ, 2007. 170 с.

7. Фельдштейн Д. И. Психология взросления: структурно-содержательные характеристики процесса развития личности / Д. И. Фильштейн. М.: Флинта, 1999. 672 с.

8. Фурсенко Т. Ф. Педагогические условия подготовки будущего учителя музыки и художественной культуры / Т. Ф. Фурсенко // Проблемы современного педагогического образования. Ялта: РВВ КГУ, 2011. Вып. 32. Ч. 1. С. 110–118.

REFERENCES

1. Vasylenko, L. M. (2003). *Vzayemodiya vokal'noho i metodychnoho komponentiv u protsesi profesijnoyi pidhotovky maybutn'oho vchytelya muzyky*. [Interaction of vocal and methodical components in the process of professional training of future music teachers]. Kyiv.

2. Lapkhanova, N. S. (2000). *Formirovaniye professional'no-tsennostnykh oriyentatsiy u studentov universiteta: na primere yestestvenno-geograficheskogo fakul'teta*. [Formation of professional-value orientations among university students: on the example of the natural-geographical faculty]. Kurgan.

3. Lysenko, A. V. (2005). *Psikhologo-pedagogicheskiye usloviya formirovaniya professional'no-tsennostnykh oriyentatsiy budushchego uchitelya muzyki*. [Psychological and pedagogical conditions for the formation of professional and value

orientations of the future music teacher]. Maikop.

4. Mozhalova, N. H. (2003). *Do pytannya pro motyvatsiyu muzychnoho myslennya maybutnikh uchyteliv muzyky*. [On the question of motivation of musical thinking of future music teachers]. Kuiv.

5. Roytenko, N. O. (2015). *Kontseptual'ni zasady pedahohichnoho suprovodu vokal'noho rozvytku maybutnikh uchyteliv muzychnoho mystetstva*. [Conceptual principles of pedagogical support of vocal development of future teachers of music]. Kropivnutytskyi.

6. Sizova, Ye. R. (2007). *Organizatsiya i sodержaniye professional'noy podgotovki muzykanta-pedagoga v usloviyakh sovremennogo sotsiума*. [Organization and content of professional training of a musician-teacher in the conditions of modern society]. Chelyabinsk.

7. Feldshteyn, D. I. (1999). *Psikhologiya vzrosleniya: strukturno-soderzhatel'nyye kharakteristiki protsessа razvitiya lichnosti*. [Psychology of growing up: structural and content characteristics of the process of personality development]. Moscow.

8. Fursenko, T. F. (2011). *Pedagogicheskiye usloviya podgotovki budushchego uchitelya muzyki i khudozhestvennoy kul'tury* [Pedagogical conditions for the preparation of a future teacher of music and art culture]. Yaita.

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

БІТЬКО Наталія Георгіївна – викладач кафедри теорії музики та вокалу Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського.

Наукові інтереси: професійна підготовка майбутніх учителів музичного мистецтва.

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

BITKO Natalia Georgiivna – Lecturer at the Department of Music Theory and Vocal Theory of the K. D. Ushinsky South Ukrainian National Pedagogical University.

Circle of scientific interests: professional training of future music teachers.

Стаття надійшла до редакції 07.04.21 р.

УДК 159.942.3-053.4:78

DOI: 10.36550/2415-7988-2021-1-195-159-163

БОРЩЕНКО Наталія Олександрівна –

аспірантка факультету мистецтв імені Анатолія Авдієвського Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6063-5695>

e-mail: natasju@yahoo.com

ВИКОРИСТАННЯ ЗАСОБІВ АРТ-ТЕРАПІЇ У ФОРМУВАННІ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Постановка та обґрунтування актуальності проблеми. Початок ХХІ століття характеризується небувалим прогресом науки і техніки, розвитком новітніх інформаційних технологій, а разом з тим і

суспільними труднощами в адаптації до них, збільшенням тривоги через світову пандемію коронавірусу. Внаслідок глобальних та незворотних змін в житті людей з'являються стреси, дискомфорт, емоційні переживання,

надмірна втома, депресія. Невпевненість у власних силах, страх за своє майбутнє та майбутнє підростаючого покоління – сталі ознаки надмірного емоційного напруження, притаманного більшості населення в сучасному світі.

З кожним днем у суспільстві все більше набуває значення думка щодо важливості цілеспрямованого формування психічного та емоційного здоров'я особистості. Ця проблема загострюється, починаючи з дошкільного віку, оскільки саме в дитинстві закладаються основи становлення особистості, одним з найбільш цінним здобутком якого є емоційне благополуччя. Саме для збереження морально-духовного світу дитини актуальним постає питання формування емоційної стійкості дошкільників, що потребує пошуку, розробки та впровадження психотерапевтичних та педагогічних засобів коригування емоційних станів, пов'язаних із соціальним навантаженням.

Унікальним видом людської діяльності є мистецтво, що відображає дійсність у конкретно-чуттєвих образах, поєднуючи два протилежні світи: світ фантазії та реальності. У науковій літературі існує твердження, що досить часто таємні бажання, підсвідомі почуття та емоції людини легше відображаються у творчості, ніж у словесній формі [3, с. 90]. Ще В. Сухомлинський у своїх працях неодноразово підкреслював, що мистецтво, як «час і простір, в якому живе краса людської душі», «випрямляє душу» подібно гімнастиці щодо випрямлення тіла [8, с. 544]. Спираючись на думки визначного українського педагога, вважаємо, що провідне місце у вирішенні проблеми збереження психічного здоров'я дошкільників та формування їх емоційної стійкості має займати арт-терапія – терапія мистецтвом.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Збереження психічного здоров'я, формування емоційної стійкості та розвиток гармонійної особистості засобами арт-терапії – проблема, яка вивчалася багатьма науковцями (І. Біла, Г. Васянович, Г. Ващенко, З. Кісарчук, К. Василенко, В. Верховинець, В. Діденко, Т. Іванова, Н. Худякова, Н. Тарабріна, Ю. Косенко, О. Лавріненко, М. Лещенко, О. Олексюк, О. Отич, Л. Паньків, О. Рудницька, С. Русова, В. Сухомлинський). Актуальність та ефективність використання різних видів арт-терапії в навчально-виховному процесі закладів дошкільної освіти з метою формування емоційної стійкості дитини, її творчого розвитку, вільного самовираження і самопізнання підтверджується широким

спектром наукових праць із музикотерапії (Г. Батищева, Л. Гаврилова, В. Драганчук, У. Дутчак, Н. Євстігнеєва, Т. Крижанівська, В. Петрушин, Г. Побережна, О. Хижна, С. Шушарджан та ін.), ізотерапії (О. Вознесенська, О. Деркач, А. Захаров, Л. Мардер, С. Харенко та ін.), танцювально-рухової терапії (Н. Авраменко, Г. Волкова, І. Вольпер, В. Паробій, І. Шептун та ін.), бібліотерапії (Ю. Дрешер, Т. Ключенко, В. Мурашевський, В. Мясичев, В. Невський, М. Рубакін та ін.), пісочної терапії (Т. Грабенко, Н. Дикань, О. Зайва, Т. Зінкевич-Євстігнеєва, М. Кисельова, Л. Лебедева, Н. Маковецька, Н. Сакович, Л. Шик, Н. Юрченко та ін.), лялькотерапії (Н. Зинов'єва, І. Медведєва, Н. Михайлова, О. Федій, Т. Шишова та ін.), казкотерапії (О. Бреусенко-Кузнєцов, І. Вачков, А. Гнезділов, Д. Соколов, О. Тихонова та ін.). З різних позицій науковці доводять доцільність застосування арт-терапевтичних технік у професійній діяльності педагогів та вихователів закладів дошкільної освіти. Водночас, проблема формування емоційної стійкості дошкільників засобами арт-терапії залишається малодослідженою, потребує глибокого осмислення, обґрунтування та практичного вирішення.

Мета статті полягає у висвітленні проблеми формування емоційної стійкості дітей дошкільного віку засобами арт-терапії та виявленні шляхів практичного використання арт-терапевтичних технік в освітньо-розвивальному середовищі закладів дошкільної освіти для збереження психічного здоров'я дітей – найважливішого чинника розвитку особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження. Перші згадки про арт-терапію як засіб лікування людської душі мистецтвом можна знайти ще за часів існування первісної людини. На думку багатьох дослідників, вже тоді наскельні малюнки відображали не лише розвиток культури та суспільного ладу свого часу, а й прагнення пізнати сенс буття, вищу мету людського існування [4, с. 25].

Вагому роль у житті первісної людини займав рух, а ритм і танець використовувався як засіб комунікації ще задовго до виникнення мови. З наукової літератури відомо, що за допомогою невербальних засобів комунікації передається більша частина інформації, в тому числі приховані почуття, емоції [2, с. 68]. Розвиток хореографічного й театрального мистецтва, ймовірно, пов'язаний із становленням перших релігійних уявлень первісних людей, оскільки звернення до духів і богів супроводжувалося цілими ритуальними діями, в яких надзвичайно

оригінально були інтегровані всі види мистецтв, починаючи із розпису тіла, виготовлення ритуального посуду та священних печер.

Як стверджують дослідники, згадки про використання музики з терапевтичною метою виявляються у давньоєгипетських папірусах, давньогрецьких трактатах та, навіть, у текстах Біблії [4, с. 25]. Так, у Давньому Єгипті за допомогою музики зцілювали душевнохворих: спеціально організовані подорожі в човнах по Нілу із застосуванням гри на музичних інструментах мали надзвичайно цілющий та заспокійливий ефект. Давні китайці вважали, що музика рятує від усіх недуг, навіть невідкладних лікарям. А в одному з племен Східної Африки лікар відвідував хворого із маленьким дзвіночком у руці, в який він час від часу мелодійно дзвонив, створюючи заспокійливу атмосферу.

Проте, незважаючи на давність існування арт-терапії, сьогодні цей напрям лікування та профілактики психічного здоров'я людей активно розробляється не лише у психотерапії, а й у педагогіці та соціології.

Уперше термін «арт-терапія» був використаний лікарем Андріаном Хілом у 1938 році при описі роботи з хворими туберкульозом і незабаром отримав широке розповсюдження в різних галузях наук. У науково-педагогічному розумінні арт-терапія сьогодні розглядається як метод розвитку та корекції емоційного стану особистості, групи чи колективу за допомогою різних видів і форм мистецтва та творчості. Важливо зазначити, що головним завданням арт-терапії є не розвиток творчих здібностей, а досягнення терапевтичної мети [3, с. 90]. Становлення нового напрямку розвитку арт-терапії – педагогічного, полягає в певній «соціальной терапії» особистості та корекції стереотипів індивідуальної поведінки засобами художньої діяльності [7, с. 28]. Педагогічний напрям арт-терапії має неклінічну спрямованість, розрахований на потенційно здорову особистість, а також пов'язаний зі зміцненням психічного здоров'я дитини й виконує здебільшого профілактичні та корекційні функції [6, с. 28].

Особливість використання арт-терапевтичних методик у педагогічній практиці дошкільного виховання з точки зору формування емоційної стійкості дітей полягає у розв'язанні низки діагностичних, психотерапевтичних, виховних, розвивальних, корекційних завдань. Розглянемо їх більш детально.

У процесі арт-терапевтичної роботи педагог має можливість отримати інформацію

про розвиток та індивідуальні особливості кожної дитини. У ході спостереження за дітьми під час всього навчального процесу вихователь може більше дізнатися про їхні інтереси, цінності, побачити внутрішній світ, відчутти неповторність кожного вихованця, а також виявити проблеми, що підлягають спеціальній корекції. Саме в процесі арт-терапевтичних занять легко виявляється характер міжособистісних стосунків, визначаються внутрішні, глибинні проблеми особистості. Таким чином, арт-терапевтична робота дозволяє діагностувати різні аспекти емоційної стійкості дітей.

Оскільки в процесі творчої діяльності створюється атмосфера емоційної теплоти, доброзичливості, емпатійного спілкування, визнання цінностей особистості іншої людини, її почуттів, переживань тощо, у дітей з'являється стійке відчуття психологічного комфорту, захищеності, радості, успіху, в результаті чого мобілізується цілющий потенціал емоційної сфери дитини, а отже, реалізується лікувальний потенціал арт-терапії.

При виконанні арт-терапевтичних завдань у груповій, колективній формах роботи вихованці вчаться працювати й взаємодіяти в колективі, набувають навичок коректного спілкування, взаєморозуміння, взаємоповаги, взаємодопомоги, що позитивно впливає на формування міцного, дружного колективу, морально-етичних загальнолюдських цінностей. У процесі спільної арт-терапевтичної роботи створюються відкриті, довірливі стосунки як з однолітками, так і з педагогом. Таким чином, арт-терапевтична робота сприяє вихованню гармонійно розвиненої особистості, її здатності до взаємодії з оточуючим світом.

Завдяки використанню різноманітних форм художньої експресії створюються умови, за яких кожна дитина переживає успіх у тій чи іншій діяльності, самостійно виконуючи поставлені завдання. При цьому важливим є створення «ситуації успіху», внаслідок чого в дітей формується почуття задоволеності, віри у власні сили, гідності та самоповаги. Вихованці вчаться вербалізації емоційних переживань, відкритості у спілкуванні, що є важливими показниками емоційного розвитку особистості.

У процесі арт-терапевтичної роботи достатньо успішно відбувається корекція образу «Я», покращується самооцінка, зникають неадекватні форми поведінки, налагоджуються способи взаємодії з іншими людьми. Позитивні результати можуть бути отримані в роботі з дошкільниками, в яких спостерігаються відхилення в розвитку емо-

ційної та вольової сфер, оскільки арт-терапевтична діяльність сприяє зниженню рівня тривожності, агресивності, страхів, сором'язливості та гіперактивності дітей [6, с. 29–30].

Отже, сьогодні арт-терапія синтезує знання різних галузей наук: мистецтвознавства, психології, педагогіки, психотерапії та ін., що є необхідними для теоретичного осмислення процесу особистісного, зокрема культурного, художньо-естетичного розвитку вихованця, забезпечуючи формування всебічно розвиненої особистості через мистецтво й художньо-творчу діяльність. Методи арт-терапії мають істотний вплив на процеси розвитку, виховання, навчання, соціалізації та успішної реалізації дитини в суспільстві [5, с. 116].

Аналізуючи потенціал використання арт-терапії у закладах дошкільної освіти з метою формування емоційної стійкості у дітей, звертаємо особливу увагу на різноманіття форм його реалізації, таких як: музикотерапія, казкотерапія, лялькотерапія, ізотерапія, фототерапія, тілесно-рухова терапія, драматерапія та ін.

Казкотерапія – розвиває творчі можливості, розширює світогляд, допомагає розвитку самопізнання й самовдосконалення, покращує взаємодію з оточуючим світом, формує здатність до протистояння негативного емоційного впливу соціального середовища.

Лялькотерапія – надає можливість визначити мотиви, підсвідомі бажання, риси характеру та моделі поведінки; позитивно впливає на саморозвиток особистості, підвищує самооцінку, корегує емоційну сферу, спонукає до розвитку внутрішньої мотивації та гнучкості у прийнятті рішень.

Ізотерапія – вираження емоцій за допомогою імпровізованого творчого малюнка, який допомагає відчувати, зрозуміти себе; відображає теперішнє та допомагає моделювати майбутнє; позитивно впливає на активізацію взаємодії абстрактно-логічного і конкретно-образного мислення; розвиває психічні процеси (зір, увагу, пам'ять, уяву, рухову координацію, мову).

Фототерапія – процес творчого самовираження, який сприяє розвитку, зціленню й адаптації, покращує взаємодію з соціумом, призводить до досягнення тих або інших позитивних психосоціальних ефектів, особистісного саморозкриття та самовивчення.

Тілесно-рухова терапія (активні рухові вправи, вербальні способи вивільнення емоцій, різні техніки тілесної дії) – відкриває розуміння свого тілесного стану та

неусвідомлюваних тенденцій, потреб і конфліктів, розвиває взаємодію та груповий контакт, сприяє розвитку самосвідомості й самодослідження, покращує самопочуття і зміцнює психічне здоров'я.

Музикотерапія – використовується для стимуляції психічного розвитку (підвищення соціальної активності, набуття нових форм емоційної експресії, полегшення засвоєння позитивних установок), регулювання психовегетативних процесів, корекції темпу діяльності.

Драматерапія – надає можливість самовизначитись та відтворити нові ролі, альтернативні поведінкові стилі через драматичну дію-гру. Театр як терапія є найважливішим аспектом художньої комунікації, відтворення життєвих ситуацій, їх осмислення та подальшого вирішення. В процесі такої арт-терапевтичної роботи дитина вчиться спілкуватися з оточуючими, дізнається про основні суспільні моделі, отримує навички емоційної саморегуляції та формування емоційної стійкості.

Вищезазначені різновиди арт-терапії можуть використовуватися в процесі як групової, так і індивідуальної роботи з дошкільниками. Перевага надається арт-терапевтичним методам саме в групі, що дозволяє розвивати ціннісні соціальні навички дитини, формувати адекватну самооцінку, що забезпечує зміцнення особистісної ідентичності, а також формує емоційно стійку поведінку дитини. Завдяки взаємопідтримці, групова робота дозволяє спостерігати результати дій вихованця і їх вплив на оточуючих, засвоєння ним нових ролей; уможливорює формування навичок прийняття рішень, здатності до адаптації та комунікації [1, с. 69]. Для успішного застосування арт-терапевтичних методів потрібно, щоб вони були простими і доступними для дітей. В той же час, арт-терапевтичні техніки мають бути цікавими, оригінальними та приємними для виконання.

Висновки та перспективи подальших розвідок напряму. Узагальнюючи вищесказане, вважаємо, що використання засобів арт-терапії у навчально-виховному процесі закладу дошкільної освіти має вагомое значення для збереження і зміцнення психічного здоров'я дітей дошкільного віку, зокрема для формування їхньої емоційної стійкості, що передбачає подолання різноманітних труднощів: навчальних, комунікативних, емоційних та інших, перед якими дитина почуває себе слабкою і незахищеною, звільнення від страхів, стресів, тривожності, сором'язливості, замкнутості, гіперактивності, нестриманості. Застосування

методів терапії мистецтвом у закладах дошкільної освіти забезпечує розвиток творчого потенціалу дітей, збагачення емоційної сфери дітей, поглиблення їхнього світогляду, активізації уяви та мислення. Арт-терапевтичні техніки допомагають дітям знайти та зрозуміти себе, успішно адаптуватися у новому середовищі, вміти налаштовувати стосунки з однолітками, педагогами, батьками. Саме використання засобів арт-терапії у навчально-виховному процесі сприяє формуванню всебічно розвиненої, емоційно стійкої та духовно збагаченої особистості.

Перспективи подальших розвідок цього напрямку вбачаємо у визначенні найбільш ефективних арт-терапевтичних технологій індивідуального розвитку дошкільника. Адже завданням сучасного педагога є створення необхідних умов для гармонійного розвитку особистості, орієнтація на досягнення морально-психологічної, духовної рівноваги із соціальним та природним середовищем, гармонії з собою й навколишнім світом, прагнення до формування стійкого емоційного благополуччя дітей дошкільного віку.

СПИСОК ДЖЕРЕЛ

1. Бойко А. Е. Використання арт-педагогічних технологій як засобу творчого самовираження молодших школярів у позашкільних навчальних закладах. Наукові записки. Серія «Психолого-педагогічні науки» [Ніжинський державний університет імені Миколи Гоголя] / за заг. ред. проф. Є. І. Коваленко. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя. 2014. № 5. С. 68 - 73.
2. Булах М. В. Образотерапія: зняття психологічного напруження та стресових станів у дітей. Психолог. 2012. № 13 (14). С. 68 - 72.
3. Власюк М. Арт-терапія: лікування мистецтвом. Відкритий урок: розробки, технології, досвід. 2008. № 7 (8). С. 90–95.
4. Деркач О. Арт-терапія на допомогу школі. Мистецтво та освіта. 2010. № 2. С. 25–28.
5. Ілійчук Л. В. Педагогічні умови використання арт-терапії в освітньо-виховному просторі початкової школи. Наукові записки [Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя]. Психолого-педагогічні науки. 2016. № 2. С. 114–118.
6. Лебедева Л. Д. Арт-терапія в педагогіці. Педагогіка. 2000. № 9. С. 27–34.
7. Мірошніченко Т. В. Запровадження арт-терапії в освітньо-виховний простір початкової школи: історико-методичний аспект. Педагогічні науки. 2012. Вип. 3. С. 26–30.
8. Сухомлинський В. О. Вибрані твори у 5 томах. К. : Рад. шк., 1977. Т.3. 670 с.

REFERENCES

1. Wojko, A. E. (2014). *Vykorystannya art-pedagogichnyh technologij yak zasobu tvorchoho samovyragennya molodshyh shkolyariv u pozashkilnyh navchalnyh zakladah. Naukovi zapysky. Seriya «Psyhologo-pedagogichni nauky»*. [Using of art-pedagogical technologies as a means of creative self-expression of junior school-children in out-of-school educational institutions. Proceedings. Psychological and pedagogical sciences series]. Nigyn.
2. Bulah, M. (2012). *Obrazoterapiya: znyattya psyholoichnogo naprugennya ta stresovyh staniv u ditej*. [Image therapy: removal of psychological tension and stress in children].
3. Vlasjuk, M. (2008). *Art terapiya: likuvannya mystetstvom*. [Art-therapy: treatment by art].
4. Derkach, O. (2010). *Art-terapiya na dopomogu shkoli*. [Art-therapy helps school].
5. Ilijchuk, L. V. (2016). *Pedagogichni umovy vykorystannya art-terapiji v osvithno-vyhovnomu prostori pochatkovoji shkoly*. [Pedagogical conditions for the use of art-therapy in the educational space of primary school].
6. Lebedeva, L. D. (2000). *Art-terapiya v pedagogitsi*. [Art-therapy in pedagogic].
7. Miroshnychenko, T. V. (2012). *Zaprovadzennya art-terapiji v osvithno-vyhovnyj prostir pochatkovoji shkoly: istoryko-metodychnyj aspekt*. [Introduction of art-therapy into the educational space of primary school: historical and methodological aspect].
8. Suhomlynskyi, V. O. (1977). *Vybrani tvory u 5 tomah*. [Selected works in 5 volumes].

ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА

БОРЩЕНКО Наталія Олександрівна – аспірантка факультету мистецтв імені Анатолія Авдієвського Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова.

Наукові інтереси: методика проведення музичних занять у закладах дошкільної освіти, формування емоційної стійкості дітей дошкільного віку.

INFORMATION ABOUT THE AUTHOR

BORSHCHENKO Nataliia Oleksandrivna – Graduated Student of the Faculty of Arts named after Anatoly Avdievsky National Pedagogical Dragomanov University.

Circle of scientific interests: methods of conducting music lessons in children’s educational institutions, formation of emotional stability of preschoolers.

Стаття надійшла до редакції 20.04.21 р.