

## ЕСТЕТОТЕРАПІЯ ЯК ПЕДАГОГІЧНА ТЕХНОЛОГІЯ ГАРМОНІЙНОГО РОЗВИТКУ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

**Ольга ФЕДІЙ,**

*доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри початкової освіти, природничих і математичних дисциплін та методик їх викладання Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка*

**Ірина ЮРЧЕНКО,**

*здобувач ступеня вищої освіти «магістр» Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка*

У статті висвітлені погляди провідних педагогів на зміст поняття «естетотерапія», а також обґрунтовано доцільність використання естетотерапевтичних засобів у навчанні та вихованні молодших школярів. Виявлено психолого-педагогічний потенціал арт-терапії, музикотерапії, ігротерапії, пісочної терапії та казкотерапії як важливих засобів у роботі із молодшими школярами з відхиленнями у розвитку.

**Ключові слова:** естетотерапія, естетотерапевтичні засоби, арт-терапія, музикотерапія, пісочна терапія, казкотерапія, молодші школярі.

Abstract. This article highlights the views of leading teachers on the concept of «esthetotherapy», as well as substantiates the feasibility of using means of esthetotherapy in the teaching and education of junior pupils. The psychological and pedagogical potential of art therapy, music therapy, game therapy, sand therapy and fairy tale therapy as important tools in working with junior pupils with developmental disabilities has been identified.

It is established that the widespread use of the above means of esthetic therapy in the professional activities of primary school teachers helps to reveal the creative potential of the child, reduce aggression, increase efficiency, and improve the mental and emotional state of junior pupil.

**Keywords:** esthetic therapy, means of esthetotherapy, art therapy, music therapy, sand therapy, fairy tale therapy, junior pupils.

# ESTHETETHERAPY AS PEDAGOGICAL TECHNOLOGY FOR HARMONIOUS DEVELOPMENT OF JUNIOR PUPILS

*Olga FEDIY, Irina YURCHENKO*

Важливою складовою суспільного розвитку, умовою та основою стабільності й процвітання сучасного суспільства є фізичне та духовне здоров'я населення, а особливо, його найперспективнішої частини – підростаючого покоління. У даному контексті не можна недооцінювати значення краси та гармонії як важливих естетичних якостей організації життя та побуту людей. Здатність же краси та гармонії викликати у особистості емоції позитивного характеру і є основою естетотерапії, як сукупності методів впливу на особистість через емоційно-чуттєву сферу. За рахунок такого позитивного емоційно-естетичного збагачення та надання особистості можливості творчого розвитку і досягається основна терапевтична мета – відновлення природної гармонії дитини із навколишнім світом, створення оптимальних умов для організації навчально-пізнавальної діяльності молодшого школяра.

Аналіз вітчизняного та закордонного досвіду свідчить про посилений інтерес вчених та педагогів-практиків до використання окремих естетотерапевтичних технологій у гармонійному розвитку та вихованні молодших школярів (А. Гельбак, Т. Дичок, М. Жигальська, О. Маєвська, Н. Маркіна, Т. Мірошніченко, Т. Скрипай, О. Федій та ін.).

*Мета статті* – здійснити аналіз психолого-педагогічного потенціалу естетотерапії у створенні гармонійних умов для повноцінного розвитку молодших школярів.

Світ дитинства – це світ почуттів, який є найбільш зручним засобом пізнання навколишнього світу. Саме тому доцільним є залучення в освітній процес емоційно-чуттєвого компоненту, адже саме краса та гармонія, на думку Н. Киященко, призводять до гармонії душі та тіла, упорядковують та гармонізують сприйняття оточуючого світу [4, с. 34]. Науковець вважає естетотерапію «інтегративною психолого-педагогічною наукою, яка забезпечує сучасну молодь такими естетично-комфортними умовами її особистісного, освітнього та соціального зростання, за яких у її спілкуванні з оточуючими, культурою чи мистецтвом людина ефективно оволодіватиме особистісним мистецтвом благодіючого розпредмечування світу, у тому числі й власного

світу...результатом якого є людина, як творець та творіння культури» [4, с. 29].

Естетотерапія може застосовуватися як в індивідуальній, так і у груповій формі. Її сутність, на думку М. Жигальської, у залученні дитини до процесів споглядання (сприйняття) або участі у певній творчості [3, с. 286]. У першому випадку йде мова про пасивну терапію, а в другому – про активну. Активні способи естетотерапії – це прийоми, при яких дитина сама бере участь у виконанні творів мистецтва: малює, співає, грає на музичних інструментах тощо. Ці методи формують у дітей самостійність, стимулюють їх творчу активність, розвивають комунікативну сферу, зменшують замкнутість та фіксованість на певних негативних переживаннях, сприяють успішній соціалізації.

Т. Скрипай естетотерапією називає такий вплив на особистість, котрий має терапевтичне значення та спрямований на гармонізацію учасників педагогічного процесу, на створення психологічно комфортного середовища початкової школи [7, с. 667].

О. Федій натомість естетотерапію визначає як «лікування дитячої душі через її чуттєву сферу» [8, с. 40]. Естетотерапію, на думку вченої, можна вважати інтегративною педагогічною наукою, котра займається забезпеченням сучасної молоді людини естетично комфортними умовами її освітнього, соціального та особистісно-духовного зростання. Автор відзначає «лікувальну» функцію засобів естетотерапії через «приховані інструкції збереження внутрішньої гармонії людини» та її «духовного ядра» [8]. До засобів естетотерапії, котрі, на думку О. Федій, доцільно використовувати у процесі формування особистості молодшого школяра, можна віднести музикотерапію, арт-терапію, казкотерапію, пісочну терапію, ігротерапію тощо [8, с. 44 – 45].

Одним із найбільш дієвих засобів естетотерапії ми можемо вважати арт-терапію, котра має не лише позитивний вплив на емоційний стан дитини, але й сприяє її розумовому та творчому розвитку. Т. Мірошніченко пише, що арт-терапія має значний потенціал у психолого-педагогічній корекції, адже саме у процесі арт-терапевтичної роботи достатньо успішно відбувається корекція образу «Я», що міг бути якимось чином деформований, покращується самооцінка, зникають девіантні форми поведінки, налагоджуються способи взаємодії із іншими людьми [6, с. 284]. Особливо корисним даний вид терапії виявляється у роботі із

дітьми, що мають відхилення у розвитку емоційної та вольової сфер, оскільки арт-терапевтичні техніки спрямовані на зниження тривожності, агресивності, страхів, сором'язливості та гіперактивності учнів.

Проте застосування арт-терапії має свої особливості та нюанси. Молодші школярі мають гнучку та сприйнятливую психіку, і хоча вони більш відкрито виражають свої емоції, ніж дорослі, часто виникають труднощі із встановленням контакту з ними, так як діти можуть соромитися або замикатися у собі. Тому на заняттях арт-терапією потрібно дотримуватися деяких обов'язкових принципів:

- педагогу потрібно створити доброзичливу, затишну обстановку, у якій буде комфортно навіть самій замкнутій та сором'язливій дитині;

- під час відбору матеріалу та вправ необхідно ознайомитися із віковими особливостями та інтересами дітей;

- важливо пам'ятати, що результат дитячої творчості на даний момент часу відображає її психоемоційний стан, і якщо дитина, наприклад, почеркала аркуш паперу хаотичними лініями, то це відображає хаос у її душі, і завдання педагога чи психолога у цьому випадку буде полягати у тому, щоб допомогти дитині розібратися у даній ситуації, та не допустити негативного оцінювання результату дитячої творчості;

- вчитель повинен заохочувати та хвалити будь-який прояв творчості, намагаючись підтримувати кожного учасника сеансу арт-терапії, знаходити у будь-якому витворі мистецтва дитини щось важливе, значиме, індивідуальне;

- варто організовувати заняття таким чином, щоб у дітей формувалося позитивне та доброзичливе ставлення до робіт інших дітей.

Доволі ефективним видом естетотерапевтичного впливу є й казкотерапія. За словами О. Ульянової, «казкотерапія у психології – це метод, що використовує казкову форму для інтеграції особистості, розвитку творчих здібностей, розширення свідомості, вдосконалення взаємодії з оточуючим світом» [цит. за 4, с. 35]. Основний принцип казкотерапії – цілісний розвиток особистості дитини. Заняття із елементами казкотерапії звернені до душі дитини, до її почуттів. Вони пробуджують у молодших школярів доброту, викликають бажання чинити добро, виховують почуття прекрасного. Особливо цінним даний вид естетотерапії

виявляється при роботі з дітьми із мовленнєвими порушеннями. Так, наприклад, використання казки у корекційній роботі зі школярами із загальним недорозвиненням мови допомагає не лише вирішити питання щодо підвищення самооцінки та покращення поведінки таких дітей, але й активізує їх мовленнєвий розвиток.

Ефективним засобом естетотерапії є і музикотерапія. Необхідність та доцільність включення музикотерапевтичних методів та прийомів у навчально-виховний процес початкової школи пояснюється наступними положеннями:

- музика – це вид мистецтва, що має терапевтичний та профілактичний вплив на формування особистості молодшого школяра;

- музика є ефективним засобом профілактики нервово-психічних порушень у молодших школярів;

- музика – це дієвий засіб психолого-педагогічної корекції девіантної поведінки [5].

Музикотерапія – це зцілення музикою. Західні вчені, провівши численні дослідження та спостереження, виявили, що правильно підібрана музика підвищує імунітет дитини, знімає напругу та роздратованість, головну та м'язову біль, відновлює спокійне дихання. Музика покращує настрій дитини, а також підвищує її працездатність. Н. Маркіна у сутності музикотерапії вбачає здатність викликати у дитини позитивні емоції, котрі надають лікувальну дію на психосоматичні та психоемоційні процеси, мобілізують резервні сили дитини, обумовлюють акумуляцію творчого потенціалу в усіх областях мистецтва та життя у цілому [5, с. 164]. Ті позитивні емоції, котрі отримують молодші школярі від прослуховування музики, не лише покращують їх психічну сферу, а й змінюють на краще і фізичний стан. Проте організація занять із музикотерапії потребує від педагога певних знань та умінь. Так, наприклад, професійне володіння грою на музичному інструменті буде справляти на дітей позитивне враження та забезпечить цілісне сприймання того, чи іншого музичного твору у доступній для дітей формі.

А. Гельбак у своєму навчально-методичному посібнику «Музикотерапія у роботі з дітьми із особливими освітніми потребами» зазначає наступні техніки музикотерапії: музично-рухові ігри та вправи; вокалотерапія; гра на музичних інструментах; музичне малювання; гра із лялькою під музичним супроводом; музична психосоматична релаксація; рухове

розслаблення та злиття із ритмом музики; імпровізація; пантоміма; рухова драматизація під музику; музична розповідь; рецептивне сприйняття музики [2, с. 40].

Серед вищевказаних технік особливою популярністю серед молодших школярів користуються саме музичні ігри. Корисність таких ігор пояснюється із точки зору фізіології тим, що разом із адреналіном у кров дитини надходить велика кількість кисню, котра є джерелом енергії. Проте використовувати такі ігри потрібно із обережністю, тому важливо, щоб вони були нетривалими. Для прикладу Н. Маркіна наводить музикотерапевтичну гру «Танок пролісків», котра проводиться під музику П. І. Чайковського «Пролісок» [5, с. 165]. Дітям пропонується сісти на килим та явити себе маленькими і тендітними квіточками, що ростуть, розправляють листочки і тягнуться до сонечка. А для того, щоб показати себе світу, вони мають пробитися крізь сніг та лід, тож із пошвавленням музики діти починають стрімко рухатися по колу і кружляти, а коли характер музики змінюється – вони заспокоюються, присідають на килим, та схиляють голівки немовби засинаючи. Мета такої гри – розвиток слухової уваги, пам'яті, координації рухів, знання психоемоційної напруги, розвиток креативності, а також стимуляція і концентрація уваги.

Повертаючись до теми гри, варто відзначити й ігротерапію як один із провідних засобів естетотерапії, адже гра – це основна сфера спілкування дітей, у якій вирішуються проблеми міжособистісних відносин, сумісності, партнерства, дружби, товарищескості. Саме у грі відкривається широкий простір для прояву власного «Я», особистої творчості, активності, самопізнання та самовираження [4, с. 35]. Особливо відзначається даний вид терапії у роботі із дітьми з різноманітними відхиленнями у розвитку, так як ігри сприяють розвитку мислення та уяви дитини, проявляють її емоційність, активність, потребу у спілкуванні.

Насамперед, дослідники відзначають використання сюжетно-рольових ігор, які активізують діяльність учнів, збагачують їх ігровий досвід, а також сприяють активному спілкуванню молодших школярів із педагогами. Прикладом однієї із таких ігор є гра «Лялька Маша», під час якої вчитель чи психолог повідомляє дітям, що до них у гості прийшла лялька Маша, і що її потрібно гостинно зустріти. Для знайомства із гостею педагог пропонує

кожному із дітей назвати своє ім'я, потиснути їй руку, а потім запросити до столу. Далі вчитель допомагає пригостити ляльку, доглядає за нею під час чаювання [4, с. 36]. Мета такої гри – активізація діалогічного мовлення, формування навиків гостинності, а також виховання у дітей таких якостей, як привітність та дбайливість.

На сучасному етапі розвитку педагогічної науки накопичився значний практичний досвід щодо роботи із молодшими школярами засобами пісочної терапії. Терапевтичний ефект від гри із піском вперше був помічений швейцарським психологом та філософом К. Юнгом. За допомогою пісочної терапії такі діти досягають рівноваги, долають тривожність та страхи. Ігри з піском сприяють розвитку тактильно-кінетичної чуттєвості, моторики рук та зорової координації, активного словника та зв'язного мовлення [1, с. 63 – 64].

У практичній діяльності педагогів початкової школи використовується пісочний стіл із метою навчання дітей письму і читанню, розвитку у них фонематичного слуху, мовного аналізу та синтезу, а також дрібної моторики рук. Подібні заняття проводяться у позаурочний час. Кожне із них має свою структуру, проте до загальних етапів заняття відносяться:

- розминка (етап ігор на поверхні сухого піску);
- безпосередньо навчальна частина;
- завершальний етап із закріпленням отриманих знань [1, с. 64].

Можна також використовувати такі види навчальних та пізнавальних методів, як ігри-казки, ігри на розвиток моторики рук, звуконаслідування, географічні ігри, ігри-екскурсії (наприклад, екскурсія пісочним містом). Пісочні ігри-казки можна застосовувати для формування світогляду, розвитку функції узагальнення через сюжети про домашніх та диких тварин, рослин тощо. Окрім того, гра із піском має ефект «самотерапії», тому її використання – це можливість регулювання несвідомих конфліктів, зменшення напруги, у тому числі, й шляхом перенесення агресії у простір пісочниці.

Таким чином, використання засобів естетотерапії є важливою умовою не тільки виховання й навчання учнів, а й корекції відхилень у розвитку молодших школярів. Проте варто пам'ятати, що ефективний вплив названих видів терапії на організм дитини може бути успішним лише за умов спеціальної підготовки

педагогів, а також доцільного використання цілого комплексу відповідних методів.

### Список використаних джерел

1. Высоцкая Е. А., Гафурова Ю. А. Применение педагогами средств песочной терапии на занятиях с младшими школьниками с ограниченными возможностями здоровья. 2017. С. 63 – 65.
2. Гельбак А. М. Музикотерапія як освітня інновація. *Психологія: від теорії до практики. Інноваційні технології в роботі практичного психолога.* Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції. Ч.1. Суми: СВС Панасенко І. М. 2018. С. 37 – 42.
3. Жигальская М. Н. Использование эстетотерапии в коррекционно-образовательном процессе. *Электронный архив библиотеки МГУ имени А. А. Кулешова.* Могилев, 2019. С. 286 – 287.
4. Киященко Н. И. Современные концепции эстетического воспитания:(Теория и практика). Москва, РАН. Ин-т философии,1998. 302 с.
5. Маркіна Н. В. Музикотерапія як засіб гармонійного розвитку молодших школярів. *Психолого-педагогічні проблеми вищої і середньої освіти в умовах сучасних викликів: теорія і практика.* Матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції. Том. 1. Харків, 2021. С. 162 – 165.
6. Мірошніченко Т. В. Психолого-педагогічний потенціал засобів естетотерапії у роботі з молодшими школярами. *Педагогіка та психологія : збірник наукових праць.* Харків, 2015. № 50. С. 280 – 289.
7. Скрипай Т. Н. Формирование эмоционально-волевой культуры будущих учителей начальной школы: эстетотерапевтический аспект. *Педагогические науки. Фундаментальные исследования.* 2013. № 10. С. 665 – 669.
8. Федій О. А. Естетотерапія. Навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури, 2007. 256 с.