

2. Музичний інструмент (віолончель). Програма для музичної школи, музичного відділення початкового спеціалізованого мистецького навчального закладу (школи естетичного виховання). Київ, 2016. // URL:[https://www.google.com/url?q=https://lvivkultura.at.ua/programa/violonchel\\_29.01.17.pdf&sa=U&ved=2ahUKEwiR1NiagrqFAxUJO\\_EDHerZCPsQFnoECBYOAO&usg=AOvVaw3miqEWWFPrbbPS8WE6fohR](https://www.google.com/url?q=https://lvivkultura.at.ua/programa/violonchel_29.01.17.pdf&sa=U&ved=2ahUKEwiR1NiagrqFAxUJO_EDHerZCPsQFnoECBYOAO&usg=AOvVaw3miqEWWFPrbbPS8WE6fohR)

**Харагай Наталія,**  
викладачка Гадяцького фахового  
коледжукультури і  
мистецтв ім. °І. °П. °Котляревського  
(м. °Гадяч)

## АРТ-ТЕРАПІЯ У ВОЄННИЙ ЧАС

***Анотація.** Статтю присвячено висвітленню арт-терапії як ефективного інструменту стабілізації психологічного стану дітей у воєнний час. Схарактеризовано основні напрямки роботи з дітьми з використанням арт-терапії.*

***Ключові слова:** арт-терапія, воєнний час, образотворче мистецтво, декоративно-прикладне мистецтво, «емоційні гойдалки».*

Тема арт-терапії є досить популярною та досліджується багатьма психологами та викладачами мистецьких дисциплін. Узагальнення цих праць уможливило зробити висновок стосовно того, що даний напрямок є досить популярним та розвивався в багатьох країнах світу, зокрема і в Україні. Особливо популярним він став саме в час, коли наша країна бореться з агресією країни-сусіда.

Арт-терапія – інноваційний напрям роботи, який через мистецтво впливає на психічний стан особистості для досягнення нею цілісності, сприяє корекції порушень та подальшого розвитку людини.

У ХХ столітті мистецтво стали порівнювати з терапією, ґрунтуючись на результатах наукових досліджень. У Великобританії, де вперше і

розпочала розвиватись арт-терапія, М.°Річардсон. Дж.°Дебуффе використовували образотворче мистецтво для лікування психічних розладів.

За однією з версій термін «арт-терапія» був вперше застосований Адріаном Гіллом в 1938 році при описі своїх занять з образотворчого мистецтва в санаторіях з хворими на туберкульоз. Згодом ми знаходимо його аналізі різних видів терапевтичних занять, які ґрунтуються на мистецтві (театральна терапія, музична терапія, танцювальна терапія тощо). У 1997 році, після опублікування роботи Ю.°С.°Шевченко і Л.°В.°Крепца «Принципи арттерапії та артпедагогіки в роботі з дітьми та підлітками», відбувся поділ на «арт-терапію» і «арт-педагогіку».

Такі представники зарубіжної педагогіки, як О.°Декролі, Е.°Сеген, Ж.°Демор, підкреслювали, що художня діяльність дітей забезпечує їх сенсорний розвиток, сприяє розвитку сприйняття, уваги, уяви, дрібної моторики руки, перетворює негативні емоції у позитивні. Арт-терапія, особливо через образотворче та декоративне мистецтво, допомагає пережити та подолати страхи, внутрішні конфлікти, негативні спогади.

Арт-терапія – методика, яка базується на проведенні лікування мистецтвом. Вона є напрямком психотерапії, використовується не так давно, але стрімко розвивається і вже довела свою ефективність. Арт-терапія містить безліч підвидів, що дає можливість застосувати індивідуальний підхід для усунення психологічної проблеми.

На початку свого розвитку арт-терапія включала лише образотворче мистецтво, але з розвитком цього напрямку стали помітні успіхи при використанні музики, акторської гри, танцювальної діяльності. Таким чином, людина може розкрити себе, позбавитись комплексів та негативних емоцій.

Терапія може проводитися як індивідуально, так і на груповому занятті. Мистецтво допомагає висловити почуття, позбутися «внутрішньої тяжкості» та «емоційних гойдалок».

З огляду на те, що зараз у нашій країні відбувається війна, з'явилися, нажаль, травмовані фізично і психічно діти та дорослі. Війна – це непросте

випробування для кожної людини. Особливо, якщо в подібних умовах проходять місяці, а то й роки. Від постійного стресу страждає перш за все наша нервова система та психіка. Після повномасштабного вторгнення кожен українець опинився у новій реальності, і, кажучи відверто, мало хто був до цього готовим, хоча б частково. Особливо вразливою категорією є діти. Тому найбільшу зацікавленість, безсумнівно, викликає система дій, спрямованих на подолання та усунення негативних емоцій та внутрішньої боротьби. Саме тому, цілком логічним є впровадження системи заходів спрямованих на подолання складного емоційного стану.

Окрім того, цілком логічним бачиться те, що використання арт-терапії може повернути дітей до психологічної стабільності. Найчастіше використовують будь-яку творчу діяльність, що допомагає проявити та висловити свої емоції. Психологи та педагоги не розпитують дітей, що з ними відбувається чи що вони відчувають, натомість створюють умови, в яких дитина може самостійно обрати творчий інструмент для самоцілення.

Власний педагогічний досвід дає можливість стверджувати, що найбільш дієвими виявились заняття з ліплення та використання нетрадиційних технік малювання. Коли дитина використовує різний пластичний матеріал (глину, пластилін, солоне тісто) вона розвиває моторику і таким чином, відволікається від думок та емоцій, які її переповнюють. Працюючи з нетрадиційними техніками малювання – роздуванням, пуантилізмом, малюванням мильними бульбашками, пальчиковим живописом – можна пофантазувати та розвивати уяву. Також досить часто такі заняття корисно поєднувати з музикою, особливо класичною. Це заспокоює дітей та налаштовує на творчий лад.

Участь у творчій діяльності допомагає виявити проблеми дитини через тип фарби, кольори, сюжет, який вона зображає тощо. У такий спосіб вона самостійно знаходять внутрішній ресурс, щоб впоратися з проблемою, яка її турбує. Звісно, перед будь-яким процесом необхідно створити позитивну та доброзичливу атмосферу, авже потім здійснювати практичну діяльність.

Якщо з дорослими ми можемо проговорити певні моменти, то з дітьми все інакше. Потрібно комунікувати з ними невербально, часто на символічному рівні. Батьки часто задають питання: «Чи багато занять з арт-терапії потрібно відвідати, щоб побачити результат?» Відтак, спираючись на власний досвід, можемо сказати, що чим більше занять відбується, тим кращий та триваліший ефект буде отриманий. Але вже після 2-3 занять батьки помічають, що діти стають спокійнішими, більш розслабленими, менше тривожаться, краще сплять.

Отже, як бачимо з викладеного вище матеріалу, що арт-терапія є ефективним інструментом. Діти приходять з різними симптомами: страх, тривога, агресія тощо і арт-терапія допомагає їм зцілитися, адже вони створюють ту історію, яку їм треба прожити.

#### **Список використаних джерел**

1. Бабій<sup>°</sup>І.<sup>°</sup>В. Теорія і практика арт-терапії : навчально-методичний комплекс / Уклад. І.<sup>°</sup>В.<sup>°</sup>Бабій. Умань : Алмі, 2014. 44<sup>°</sup>с.
2. Калька<sup>°</sup>Н., Ковальчук<sup>°</sup>З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч.<sup>°</sup>1. Львів: ЛьвДУВС, 2020. 232<sup>°</sup>с.  
[//URL:https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/3301/1/АртТерапія-19-10-20.pdf](https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/3301/1/АртТерапія-19-10-20.pdf)
3. Тараненко<sup>°</sup>Р.<sup>°</sup>К., Горбань<sup>°</sup>О.<sup>°</sup>В. Практична арт-терапія : збірник арттерапевтичних технік і методик. Кропивницький : НВЦ УІАТАП, 2020. 85<sup>°</sup>с.

**Хоменко Марина,**  
викладачка Полтавської дитячої  
музичної школи №3 ім. Бориса Гмирі,  
**Марусич Євген,**  
викладач Полтавської дитячої музичної  
школи №3 ім. Бориса Гмирі  
(м. Полтава)

## **ІСТОРИЯ ТА РОЗВИТОК ГІТАРНОГО МИСТЕЦТВА В УКРАЇНІ ТА СВІТІ**