**Тамара Цесля**

**(Луцьк, Україна)**

**ПСИХОЛОГІЧНИЙ ПОТЕНЕЦІАЛ** **АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ ЗАСОБІВ ПРИ ЗАСВОЄННІ ІНФОРМАЦІЇ**

**Постановка проблеми.** У сучасній Україні сьогодні гостро стоїть питання вдосконалення навчального процесу та підвищення ефективності засвоєння матеріалу. Методи викладання не відповідають індивідуальним особливостям сучасних дітей. Шкільна програма складається з все більшого і більшого обсягу інформації, а кількість годин залишається незмінною. Школярам доводиться опрацьовувати та засвоювати великий обсяг матеріалу з різних галузей в дуже короткий проміжок часу. Для продуктивнішого викладання потрібно впроваджувати нові методи подання матеріалу, для максимального спрощення процесу запам'ятовування. У статті представлено один з варіантів підвищення ефективності навчання, завдяки впровадженню арт-терапевтичних технік. Саме при використанні казкотерапії, музикотерапії, лялькотерапії та інших методів, у людини значно покращується стійкість уваги, швидкість запам’ятовування, розвивається уява, мовлення та загальний інтелект.

**Метаю** праці є теоретичне вивчення психологічного потенціалу засобів арт-терапії при освоєнні нової інформації у прцесі навчання.

**Завдання** статті полягає в аналізі методів арт-терапії, які підвищать пізнавальну активність молодших школярів під час освоєння нової інформації, що в свою чергу значно покращить якість навчального процесу.

**Результати теоретичного дослідження.** Теоретико-емпіричні дослідження у представленій тематиці проводили такі науковці як В. П. Анісімова, С. В. Засєкін, Д.С. Засєкіна,Е. В. Ільїна, І. П. Лисенкова, Е. В. Таранова, О. В. Сорока, Н. Ю. Шумакова, та багато інших. Потенціал арт-терапевтичних технік висвітлили в своїх працях Г. Грішина О. Іонов, О. Копитін, М. Костевича, Л. Лєбєдева, Л. Тіхонович, Х. Хворост, І.Грицюк, К Шкарлятюк та інші [2;3;4;5].

**Виклад основного матеріалу статті.** Розвитку пізнавальної активності в початкових класах має приділятися особлива увага тому, що саме в цих класах формуються основні інтелектуальні вміння. Для цього потрібно застосовувати засоби активізації пізнавальної діяльності, таких як: дидактичні ігри, ігрові ситуації, мовні цікавинки, завдання творчого характеру, нестандартні креативні завдання.

Учні III-IV класів, як показали дослідження Н.Ф. Добриніна, можуть зберігати увагу безперервно протягом усього уроку. Короткі паузи корисні, але влаштовувати перерви в роботі немає необхідності. Важливе інше – періодично міняти види робіт школярів, тоді і великої втоми не настане. Різноманітність роботи стимулює стійкість уваги [6].

Умовами формування пізнавальних інтересів молодшого школяра є :

а) розуміння дитиною змісту і значення матеріалу;

б) новизна у змісті навчання;

в) використання оптимальної системи тренувальних,

творчих, пізнавальних та інших завдань;

г) практична спрямованість матеріалу;

д) самостійність дітей у їхній діяльності;

е) висока ефективність кожного уроку;

є ) глибоке знання вчителем предмета, інтерес до нього,

уміння зацікавити ним дітей [6, с. 206].

В період молодшого шкільного віку розширюється кругозір, розвивається пізнавальний інтерес, раціоналізується підхід до дійсності, формуються здібності до самостійної, творчої діяльності.

Психічні процеси активно розвиваються, але нерівномірно. Переважаючою функцією стає наочно-образне мислення. До кінця молодшого шкільного віку сприймання набуває більш скерований характер, стає гостріше та ширше. Увага є нестійкою та спрямована на все нове та цікаве. У віці від 6 до 14 років відстає логічна та опосередкована пам'ять, проте активно розвивається механічна пам'ять. Поступово вдосконалюється уява, письмове та усне мовлення.

Щоб допомогти школярам якомога швидше адаптуватися до навчального процесу та поліпшити усі пізнавальні процеси, педагог у своїй роботі може застосовувати арт-терапевтичні техніки.

Aрт-терапія − це креативний засіб самовираження індивіда, що використовується як терапевтична техніка. Мистецтво має значний стресознижувальний вплив на організм людини, звільняючи мозок та м’язи від напруги. Свідомість стає «світлішою», легше сприймає нову інформацію, яка ефективніше переходить у підсвідомість, і людина може керувати своєю оперативною пам’яттю ефективніше, зв’язавши нову інформацію із попереднім особистісним досвідом [7].

Сьогодні в науці виокремлюють окреме поняття – арт-педагогіка. Образ стає інструментом спілкування, а заняття образотворчою творчістю активізують і збагачують комунікативні та креативні можливості дитини, сприяють виробленню широкого спектру нових способів спілкування, орієнтації на міжособистісну взаємодію[8].

Серед усіх напрямків психотерапії досить новим є арт-терапія, заснована на мистецтві та творчості. Свій початок даний термін бере з 30-х років ХХ століття. Концепції даної психотерапії засновані на ідеях Фройда та Юнга. Так, арт-терапія виступає не стільки лікуванням, як способом саморозвитку, гармонізації особистості та розвитку креативності. Через свою м'якість та природність метод широко використовується у різноманітних галузях, серед яких: педагогіка, соціальна робота та бізнес.

Найпоширенішим та найпопулярнішим методом арт-терапії є ізотерапія. Основна ідея полягає у виражені своїх почуттів, емоцій, страхів та комплексів через малюнки, ліплення та образотворче мистецтво. Зображення та фігури психолог проговорює з клієнтом і в результаті бесіди виявляються проблемні аспекти життя, які вимагають подальшої корекції.

Для роботи з дітьми ідеально підходять лялькотерапія, казкотерапія та їхня інтеграція. Наприклад спочатку дитині пропонують створити ляльок-героїв казки, після чого значно легше створювати власну казку або ж пропрацьовувати уже існуючий сценарій.

Бібліотерапія використовується для переключення думок з негативних на позитивні, підбір літератури індивідуальний, орієнтований на коло актуальних проблем.

Танцювальна терапія та музикотерапія спрямовані на тілесну розкутість. Вони допомагають позбутися комплексів та стресу. Ритмічні постукування, хлопки та рухи заспокоюють та вивільняють внутрішні переживання.

Досить близькими за своєю специфікою є драматерапія та ігротерапія. В основу покладена ідея програвання різних життєвих сценаріїв, які дають змогу стати більш відкритими для спілкування, адаптивнішими та побороти психологічні труднощі.

Одна з найперспективніших методик психотерапії є пісочна терапія. Суть її полягає в тому, що людині пропонують перенестись думками в певну ситуацію і відтворити своє бачення її за допомогою фігур, розставляючи їх в пісочниці. Дана методика ідеально підходить для пропрацювання психічних травм, дитячих страхів, допомагає справитись з агресивністю та замкненістю.

Кольоротерапія, як ще один напрямок арт-терапії ефективно впливає на рівень освоюваності інформації, тому застосування навчально-методичного матеріалу, що містить колористику зображуваної інформації у відповідний джерелах подачі інформації стане потужнім ресурсом да покращеного засвоєння інформації навчаючими. Кольоротерапія – це цілеспрямований вплив кольором на самопочуття, фізіологію людини; активізація кольором діяльності органів і систем; метод психологічного лікування з метою розслаблення, зняття стресів, підняття настрою та тонусу за допомогою кольорів. Кожен колір по різному впливає на фізичний стан та психіку людини. Синій, наприклад, має заспокійливий ефект, а жовтий чудово підходить для профілактики депресії.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** Отже, дослідження показало, що арт-терапія позитивно доповнює систему навчання сучасної школи. Різні техніки допомагають активізувати усі психічні процеси, що в свою чергу покращить успішність та ефективність навчання, й максимально полегшить запам’ятовування нового матеріалу.

Дане дослідження вимагає експериментальне підтвердження ефективності використання арт-терапевтичних засобів у навчальному процесі, що є перспективою наших подальших досліджень.

**Література:**

1.Александров Ю. В. Психологія розвитку : Навчальний посібник / Ю.В. Александров. – Харків : ФОП Панов А.М. - 2015. [Електронний ресурс]. –

Режим доступу : <http://pidruchniki.com/77713/psihologiya/rozvitok_piznavalnih_psihichnih_protsesiv>

2.Грицюк І.М. Особливості мотивації молодших школярів, які мають проблеми з поводженням // І.М. Грицюк //Зб. наукових праць Теоретичні і прикладні проблеми психології № 3 (38). – Сєвєродонецьк: Східноукраїнський національний університет імені Володимира Даля, 2015. – С.142 − 150.

3.Засєкін C. Гендерна когнітивна та поведінкова асиметрія в перекладі [Електронний ресурс] / C. Засєкін, Д. Засєкіна // East European Journal of Psycholinguistics. − 2016. − 3 (2). − P. 121–131. − Режим доступу : <http://doi.org/10.5281/zenodo.267970>

4.Zasiekin, S. (2016). Understanding translation universals. Babel. Vol. 62, #1. P. 122-134. DOI: <http://dx.doi.org/10.1075/babel.62.1.07zas>

5.Засєкіна Л. В. Вступ до психолінгвістики / Л. В. Засєкіна, С. В. Засєкін. – Острог: Нац. ун-т «Острозька академія», 2002. – 168 с. <http://esnuir.eenu.edu.ua/bitstream/123456789/505/1/vstup%20lingv.pdf>

6.Сапунова Л. А. Розвиток пізнавальної активності учнів початкових класів у навчальному процесі / Л. А. Сапунова // Таврійський вісник освіти. - 2013. - № 1. - С. 205-210.

7.Х. Ю. Хворост Психологічний потенціал арт-терапевтичних засобів у процесі навчання іноземної мови / Х. Ю. Хворост // Психологічні перспективи : Психологічні перспективи : зб. наук. пр. – Вип. 29. – Луцьк : Східноєвропейський нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2017. – С. 322 – 334.

8.Костiков В.О. Переваги арт-терапії як засобу адаптації дітей молодшого шкільного віку до умов навчально-виховного процесу / В.О. Костiков // Науковий журнал «Молодий вчений». – 2015. - № 5. - С. 104-107.

**Науковий керівник:**

кандидат психологічних наук, доцент Хворост Христина Юріївна.