

Мартинюк Софія,
студентка 3 курсу, спеціальність 016 Спеціальна освіта,
Житомирський державний університет імені Івана Франка

ПРАКТИЧНІ ТЕХНІКИ АРТ-ТЕРАПІЇ У РОБОТІ З ДІТЬМИ З ООП

Арт-терапія – це галузь психологічної допомоги, що використовує мистецтво для вираження емоцій, подолання психологічних труднощів і розвитку особистості. Основними завданнями арт-терапевтичних методик у роботі з дітьми з ООП (зокрема, гіперкінетичний синдром, розладами аутистичного спектра (РАС), порушеннями мовлення, синдромом дефіциту уваги, дитячий церебральний параліч, затримка психофізичного розвитку та ін.) є:

1. Розвиток дрібної та загальної моторики;
2. Покращення комунікативних навичок;
3. Зниження рівня тривожності та емоційної напруги;
4. Сприяння самовираженню та підвищенню самооцінки;
5. Формування довіри та емоційного контакту з оточенням.

Розвиток арт-терапії як наукової дисципліни пов'язаний з іменами багатьох дослідників. Зокрема, британський психоаналітик Дональд Вудс Віннікотт розробив методику "Гра в каракулі", яка використовується для діагностики та терапії дітей. Ця техніка допомагає виявити внутрішні конфлікти та сприяє емоційному розвантаженню дитини.

Американська арт-терапевтка Маргарет Наумбург вважається однією з засновниць сучасної арт-терапії. Вона підкреслювала важливість спонтанного художнього вираження як засобу комунікації несвідомих процесів. Її підхід базувався на психоаналітичній теорії та практиці.

Ще одним важливим дослідником є Едіт Крамер, яка розробила концепцію арт-терапії, заснованої на процесі творчості. Вона вважала, що сам процес

створення мистецтва має терапевтичний ефект і сприяє інтеграції особистості.

Одними з основних методів у роботі з дітьми з ООП арт-терапії є:

- Пісочна терапія;
- Ігрова терапія;
- Казкотерапія;
- Ізотерапія;
- Музикотерапія;
- Оригамі;
- Колаж.

За даними методами існує величезна кількість вправ та ігор з арт-терапевтичними техніками. Наприклад:

1. Метод «Мій світ у кольорах»

Мета: обстеження емоційного стану; подальша корекційна робота над негативними емоціями; розвиток творчого самовираження.

Завдання: Дитині пропонується намалювати свій світ, використовуючи різні кольори. Кожен колір асоціюється з певним емоційним станом (наприклад, червоний – гнів, синій – спокій, жовтий – радість). Аналізуючи вибір кольорів, можна визначити, які емоції переважають у дитини.

2. Техніка «Чарівний пісок»

Мета: розвиток сенсорних відчуттів; зняття тривожності та страхів; розвиток дрібної моторики.

Завдання: Використання піску як терапевтичного матеріалу. Дитина пропонується створювати різні образи, малюнки на піску, виражаючи свої почуття та переживання.

3. Гра «Маски емоцій»

Мета: розвиток емоційного інтелекту; навчання розпізнавати та виражати емоції; розвиток соціальних навичок.

Завдання: моторик: Діти створюють маски, що відображають різні емоції (радість, гнів, сум, страх). Розігрують сценки, використовуючи ці маски.

4. «Казковий герой»

Мета: розвиток навичок подолання проблем, творчої уваги; корекція страхів та тривожності.

Завдання: Дитина придумує історію про казкового героя, який стикається з проблемами, схожими на її власні. У процесі створення історії дитина опрацьовує свої страхи та переживання.

При впровадженні арт-терапевтичних технік у роботу з дітьми з ООП важливо враховувати індивідуальні особливості кожної дитини. Рекомендується створювати безпечне та підтримуюче середовище, де дитина почуватиметься вільно у вираженні своїх почуттів.

Список використаних джерел

1. Кісарчук З. Г. Арт-терапія в роботі з дітьми, які пережили травматичні події. *Наукові студії Львівського історичного музею*. 15, 2016. С. 324–329.

2. Омельченко І. М. Арт-терапія як метод психокорекції емоційних розладів у дітей дошкільного віку. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 60, 2018. С. 173–176.

3. Скрипник Т. В. Психологічна допомога дітям з посттравматичними стресовими розладами. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія: Психологічні науки. 3, 2020. С. 116–120.

4. Ткаченко В. В. Використання пісочної терапії в роботі з дітьми з емоційними порушеннями. *Вісник Черкаського університету*. Серія Педагогічні науки. 2, 2018. С. 112–118.