
**Віолета ГОРОДИСЬКА,
Ольга ПИЛИПІВ**
(Дрогобич, Україна)

ІЗОТЕРАПІЯ ЯК КОРЕКЦІЙНИЙ ЗАСІБ РОЗВИТКУ СУЧАСНИХ ДОШКІЛЬНИКІВ

Сучасний стан в Україні на тлі воєнних подій серйозно відбивається на емоційному стані сучасних дошкільників. Стрес, повітряні сигнали, страх за життя, численна кількість військових завдають болю, не дають відчуття безпеки, позбавляють спокою. Відомо, що дитяча психіка є хиткою, яка ще не спроможна протистояти викликам війни, долати стреси та тривоги. І саме тому нинішнім педагогам необхідно вчитися протистояти усім цим вразливим та несприятливим чинникам впливу на дітей. Нині особливо актуальною постає проблема профілактики, діагностування та корекції стресів, депресивних станів у вихованців ЗДО. Водночас в освітньому просторі сьогодення з'явилася мегапотужна естетотерапевтична технологія – арт-терапія та її види.

Арт-терапія – це терапія (лікування) мистецтвом, побудована на образотворчій та творчій діяльності. Її основна мета полягає у гармонізації освітнього простору особистості дитини шляхом розвитку її здатності до самовираження та самопізнання [3, с. 32]. Одним із активних видів арт-терапії і її окремим напрямом розглянемо детальніше технологію ізотерапії.

Ізотерапія – засіб психологічної корекції за допомогою зображувальної творчості, передусім малювання. Застосування педагогами техніки ізотерапії означає “сканер” почуттів дитини, відображених у малюнках, образах, що дозволяє їй висловити різні емоційні стани, а вихователю зрозуміти, вчасно відреагувати та надати психолого-педагогічну допомогу.

Малюнок для дошкільника – це не мистецтво, а засіб вираження, їхня мова, душа. Малюнок сприяє подоланню складних переживань, їх витісненню, прориву внутрішніх пригнічених станів і комплексів та усуненню супутніх негативних емоцій. Ізотерапія особливо важлива для тих дітей дошкільного віку, які не вміють або не можуть вільно висловитися. Фантастичні зображення на малюнках, будучи виконані на папері різними техніками, вправами, способами прискорюють і полегшують вербалізацію дитячих переживань.

Звідси розуміємо, що ізотерапія є найлегшим і найпростішим методом вивчення стану дитини. Педагоги ЗДО застосовують найрізноманітніші сучасні засоби для малювання. Ефективними ізотерапевтичними засобами є використання символічного малюнка не на папері, а на дошці, склі, мокрому папері, виконані пальцями, долоньками, паличками, кульками, корками, ватними дисками чи вушними паличками тощо. Цей далеко неповний спектр ізотерапевтичних засобів дає сучасному вихователю можливість досягти успіху у розв'язанні низки життєвих проблем дитини, водночас допомагаючи висловити їй свої хвилювання, почуття та переживання [2, с. 13–15].

З дітьми, що потрапили в складні життєві обставини педагоги на заняттях з ізотерапії використовують найпоширеніші **техніки**: «Акватуш», «Малювання клубком», «Ниткографія», «Малювання мильними бульбашками», «Малювання по колу», «Парне малювання», «Малювання по воді», «Краплетерапія», «Малювання пальчиками та долоньками», «Монотипія», «Малювання на склі», «Малювання мандал», «Малювання музики», «Інтуїтивний живопис», «Малювання на мокрому папері», «Малювання за власним задумом», «Малювання рідким різнокольоровим тістом», «Пластилінографія», «Малювання сухим листям», «Малювання зубними щіточками», «Малювання воском та аквареллю», «Гратаж», «Малювання різними сипучими матеріалами» (крупі), «Малювання м'ятим папером» та **вправи** «Відбитки», «Каракулі» тощо.

Саме розуміння педагогами дітей, вміння входити у їхній емоційний стан, створення ситуацій успіху, вмiла організація за-

нять, теплі і щирі відносини між педагогом і дітьми, нетрадиційні техніки та вправи малювання, різноманітне виконання творчого продукту діяльності та його прийняття, постійний супровід педагога під час заняття дає змогу досягати поставлених завдань під час корекції та розвитку особистості дитини.

Ізотерапія допомагає встановити з дітьми довірливі відносини, налагодити контакт та створити дружні стосунки. Вже після перших занять спостерігаються позитивні зміни у психоемоційному стані та поведінці дітей. А саме, вони стають більш впевненими, виявляють пізнавальний інтерес до наколишнього світу, до творчості, у них знижується конфліктність, зростає повага до думки іншого, виникає бажання взаємопідтримки тощо. Поведінка дітей стає більш керованою. Вони поступово приходять до розуміння, що в їхніх руках є не лише цікаві, а й інтригуючі матеріали – фарби, пластилін, глина, тісто та ін., які здатні під їхнім впливом увиразнювати малюнок та змінювати його за власним бажанням, баченням, емоціями, почуттями. Малюнок виказує емоційний стан, висвітлює неповторний світ дитини, її унікальність. Це допомагає дітям прийняти себе цілком, з усіма сильними та слабкими сторонами, а це, звісно, і є метою терапії, початковим моментом зцілення [1, с. 12–13].

Дитина на заняттях за допомогою фарб увиразнює кольором чи їх хаотичним змішуванням продукти творчості, у наведених лініях та формах свої почуття, які неможливо описати словами, і це дає їй відчуття, що її зрозуміли та підтримали. Глина, тісто, пластилін своїм екологічним шляхом допомагають дітям позбавитись від негативних почуттів, агресії, злості та відреагувати на них без провокування конфліктів. Атмосфера творчого піднесення під час створення особистих та спільних шедеврів дає дітям відчуття сили та впевненості, підвищує самооцінку та надихає на подолання труднощів, що виникають у їх житті.

З метою навичок взаємодії та співпраці з довколишніми, створення позитивної атмосфери в групі, розвитку комунікативних навичок вихованців, педагоги часто використовують метод малювання рідким різнокольоровим тістом. Саме він дає

змогу, як зняти емоційну напругу, стабілізувати емоційний стан, знизити тривожність, підвищити впевненість в собі, підвищити самооцінку через здатність вільно експериментувати із творчими матеріалами, розвивати пізнавальну активність, дрібну моторику, уяву та фантазію.

Тісто-фарбу діти виготовляють самостійно під керівництвом вихователя. До його складу входить: борошно, сіль, харчовий барвник, олія, клей ПВА або гуашеві фарби. Після казкового створення фарб на аркуші паперу, склі, тісті діти насолоджуються результатом продуктів творчості. Малювати діти можуть пензликами, пластиковими ложечками, виделочками, спонжиками, паличками, однак найулюбленіший спосіб – пальчиками та долоньками. Педагог може пропонувати різну тематику творчих робіт, наприклад: «Пори року», «Веселка», «Квіти», «У лісі», «Космос», «На дні морському» тощо. Часто діти виявляють бажання створити малюнки за власною тематикою. Використання такої техніки – це дитяча гра, яка допомагає дитині відчувати себе розкутою, надає повну свободу для самовираження. Роботи виконані в цій техніці приносять дітям естетичне задоволення.

Результати ізотерапії виказують настрої і думки дітей, що і дає можливість проводити діагностику, дослідження, аналізувати, порівнювати продукти діяльності дітей, і переходити до лікувальних дій.

Отже, на сьогоднішній день арт-терапія вважається одним з не лише найбільш м'яких, але й ефективних методів, що використовуються в роботі педагогів, психологів, психотерапевтів. Її особливістю із є те, що ця методика не має протипоказань і обмежень. Ізотерапія застосовуються при досить широкому спектрі проблем: це і психологічні травми, втрати, кризові стани, внутрішні та міжособистісні конфлікти, постстресові, невротичні та психосоматичні розлади, екзистенційні та вікові кризи. Використання методу ізотерапії сприяє пробудженню у дітей прагнення до творчості, впевненості у своїх здібностях, відчуття цінності та важливості творчого процесу, їх особистої ролі в ньому.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вовчик-Блаkitна Л. Дитячий малюнок : навчитися розуміти та цінувати. *Практичний психолог. Дитячий садок*. 2016. № 10. С. 11–18.
2. Герасимова Ю.А. Арт-терапевтичні технології. Ізотерапія у роботі з дітьми дошкільного віку : *метод. посіб.* Кривий ріг : КСДНЗ, 2020. 234 с.
3. Трушевська Т. Техніки арт-терапії і творча уява дошкільника. *Практичний психолог. Дитячий садок*. 2019. № 7. С. 27-32.