

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

**на тему: ВПЛИВ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ СТОСУНКІВ НА
РОЗВИТОК ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Виконала: студентка II курсу,
групи 8.0530-2з
спеціальності: 053 Психологія
освітньої програми: 053 Психологія
Дащенко Лілія Сергіївна
Керівник: к. психол. н., доцент кафедри
психології Паскевська Ю. А.
Рецензент: к. псих. н., доцент кафедри
психології Грандт В.В.

Запоріжжя
2021

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології

Кафедра психології

Рівень вищої освіти магістр

Спеціальність 053 Психологія

Освітня програма Психологія

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри

к. психол. н., доцент Н. О. Губа

« _____ » _____ 2021 року

ЗАВДАННЯ
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Дашенко Лілії Сергіївні

1. Тема роботи Вплив дитячо-батьківських стосунків на розвиток творчих здібностей дітей дошкільного віку

керівник роботи: Паскевська Ю. А. к. психологічних. н., доцент кафедри психології затверджені наказом ЗНУ від « 30 » липня 2021 року №1137-с

2. Термін подання студентом роботи: _____

3. Вихідні дані до роботи: робота складається зі вступу, трьох розділів, загальних висновків, списку використаних джерел. Загальний обсяг 107 сторінок, з них обсяг основного тексту 102 сторінки, список використаних джерел нараховує 66 позицій.

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки: вступ: «Теоретичні засади розвитку творчих здібностей дітей дошкільного віку»; «Характеристика дитячо-батьківських стосунків із дітьми дошкільного віку»; «Вивчення впливу дитячо-батьківських стосунків на розвиток творчих здібностей дитини дошкільного віку».

5. Перелік графічного матеріалу: 6 таблиць та 11 рисунків.

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада Консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
Вступ	Паскевська Ю. А., доцент		
Розділ 1	Паскевська Ю. А., доцент		
Розділ 2	Паскевська Ю. А., доцент		
Розділ 3	Паскевська Ю. А., доцент		
Висновки	Паскевська Ю. А., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Термін виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень-березень 2021 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2021 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень 2021 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	червень-липень 2021 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	вересень 2021 р.	Виконано
6	Написання висновків	жовтень 2021 р.	Виконано
7	Передзахист	листопад 2021 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	листопад 2021 р.	Виконано

Студентка _____ Л. С. Дашенко

Керівник роботи _____ Ю. А. Паскевська

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ О.М. Грединарова

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 107 сторінок, 6 таблиць, 11 рисунків, 66 джерел.

Об'єкт: творчі здібності дітей дошкільного віку.

Предмет: вплив дитячо-батьківських стосунків на розвиток творчих здібностей дітей дошкільного віку.

Мета: дослідити особливості розвитку творчих здібностей дітей дошкільного віку, теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити вплив дитячо-батьківських стосунків на розвиток творчих здібностей дітей дошкільного віку.

Гіпотеза дослідження: передбачаємо, що при авторитетному типі батьківського виховання буде високий рівень розвитку творчих здібностей дітей дошкільного віку.

Методи дослідження: теоретичні, експериментальні та емпіричні (методи спостереження, тестування).

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що в ньому:

- обґрунтовано теоретичні засади розвитку творчих здібностей дітей дошкільного віку;
- визначено особливості психодіагностики рівня творчих здібностей дошкільників;
- досліджено особливості впливу дитячо-батьківських стосунків на розвиток творчих здібностей дітей дошкільного віку;
- впроваджено та емпірично перевірено ефективність програми корекції неефективного типу батьківського ставлення до дитини.

ДИТЯЧА ТВОРЧІСТЬ, КРЕАТИВНІСТЬ, ПСИХОКОРЕКЦІЯ,
ТВОРЧІСТЬ, ТВОРЧІ ЗДІБНОСТІ, ТВОРЧИЙ ПОТЕНЦІАЛ.

SUMMARY

The qualifying work consists of Introduction, 3 Chapters, Conclusion, References 66. The qualifying work volume is 107 pages long, 102 of them – main text. There are 6 tables and 11 illustrations.

The qualifying work gives theoretical survey and describes the experimental research of children's creative abilities, psychological aspects of creativity. The masters work is composed of 3 chapters, each of them dealing with different aspect of children's creative abilities development.

The research object: the creative abilities of preschool children.

The research subject: Influence of children's and parental relations on the development of creative abilities of preschool children.

The goal of the qualification work: is to investigate the specific features of the development of creative abilities of pre-school children, to theoretically organize and experimentally test the influence of child and child-mother relationships on the development of creative abilities of pre-school children.

Objectives of the research:

1. To analyze scientific works on the investigated problem and to summarize theoretical foundations of creativity formation in pre-school children.

2. To find out the psychological factors that influence the development of creative abilities of pre-school children.

3. To empirically investigate the influence of children's and father's relationships on the development of creative abilities of pre-school children.

4. To develop a program of correction of ineffective (broken) type of parental attitude to the child and empirically verify its effectiveness.

Research hypothesis: we assume that authoritative type of parental education will have a high level of development of creative abilities of preschool children.

Methods of research. In the work were used theoretical and experimental methods. Classification and systematization of scientific sources, comparison and

consolidation of psychological literature on the research problem; empirical (observation methods, tests), including:

- Methods of Candidates of Psychological Sciences V. Kudryavtsev and V. Sinelnikov;

- A. Y. Varga and V. Stolin's Test of Parental Behavior to diagnose family interactions;

- The "Kinetic Family Profile" method for determining the degree of emotional well-being of preschool age children in a family. (R. Burns, S. Kaufman).

The scientific novelty of the research lies in the fact that it:

- theoretical basis for the development of creative abilities of pre-school children was substantiated;

- Peculiarities of psychodiagnostics of creative abilities level of preschool children have been determined;

- peculiarities of the influence of children and fathers on the development of creativity of pre-school children were investigated;

- Implemented and empirically tested the effectiveness of the program for correcting the neglectful type of parental attitude towards the child.

CHILDREN'S CREATIVITY, CREATIVITY, PSYCHOCORRECTION, CREATIVITY, CREATIVE ABILITIES, CREATIVE POTENTIAL.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	10
1.1. Теоретичний аналіз проблеми	10
1.2. Психологічні умови та специфіка розвитку творчих здібностей дітей дошкільного віку.....	21
1.3. Діагностика рівня творчих здібностей дітей дошкільного віку за допомогою арт-терапії	27
1.3.1 Психотерапія засобами зображувального мистецтва	27
1.3.2 Загальні уявлення про Музикотерапію та механізми впливу на дитину.....	38
1.3.3 Танцювально-рухова терапія та вплив на розвиток творчих здібностей дітей.....	53
РОЗДІЛ 2. ХАРАКТЕРИСТИКА ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ СТОСУНКІВ ІЗ ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	70
2.1. Характеристика основних типів дитячо-батьківських відносин.....	70
2.2. Фактори, що впливають на відношення батьків до дитини.....	75
РОЗДІЛ 3. ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ СТОСУНКІВ НА РОЗВИТОК ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ.....	79
3.1. Зміст і етапи дослідження впливу стилю батьківських стосунків на розвиток творчих здібностей дошкільника.....	79
3.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження особливостей різних стилів дитячо-батьківських стосунків.....	83
3.3. Програма психологічної корекції неефективного (порушеного) типу батьківського ставлення до дитини.....	92
3.4. Аналіз результатів після впровадження програми корекції неефективного (порушеного) типу батьківського ставлення до дитини.....	95
ВИСНОВКИ.....	100
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	104

ВСТУП

Актуальність дослідження. У суспільстві існує високий попит на творчих людей, які мислять нестандартно, виявляють творчу ініціативу, чуйно реагують на проблеми та знаходять оригінальні рішення. Вони мають високий рівень адаптації й соціалізації та в більшій мірі відповідають вимогам сучасного світу, що постійно змінюється та оновлюється. Талант та творчі здібності стають запорукою економічного процвітання й засобом національного престижу.

Дослідження проблем психології творчості тісно пов'язане з науково-технічним прогресом, що розпочався в середині ХХ ст. й поставив питання про пошук дітей, здібних до творчої діяльності в різних сферах.

Американські психологи Дж. Гілфорд, П. Торренс, Дж. Рензуллі, Р. Стернберг та Ф. Баррон першими звернулися до проблеми творчості. У вітчизняній психології важливий внесок у вивчення цієї проблеми зробили О. М. Матюшкін, Я. О. Пономарьов, Д. Б. Богоявленка, Є. П. Ільїн, В. М. Дружинін, О. Л. Яковлева, В. О. Маляко. Хоча в галузі психології креативності було проведено багато досліджень, загальна концепція ще не розроблена, джерела та детермінанти креативності, а також взаємозв'язок між рисами особистості та креативністю ще не з'ясовано. Одне з центральних питань – можливість навчання та розвитку креативності, тобто формування творчих навичок, творчого мислення та творчого стилю дій залишається дискусійним. Тому в даній роботі здійснено спробу теоретичного аналізу різних підходів та арт-технік щодо розвитку креативності дітей дошкільного віку.

Факторами розвитку творчих здібностей у дошкільному віці є продуктивне мислення (В. В. Давидов, О. М. Дяченко), мотивація (А. М. Богуш, Т. О. Пироженко), пізнання (С. О. Ладивир, Н. І. Повьякель), дослідницька активність дошкільників (М. М. Під'яков). Вітчизняна психологія розробляє методи та критерії діагностики здібностей та обдарованості (О. І. Кульчицька,

В. М. Тарасун). Дослідження Л. І. Божович, М. І. Лісіної, В. С. Мухіної свідчать, що у процесі розвитку особистості важливим є перехід від соціально обумовленої актуалізації до внутрішньої, суб'єктної активності дитини, спрямованої на розвиток власних здібностей.

Формування та розвиток здібностей дитини залежить від стилю ставлення батьків до дитини. Характер дитячо-батьківських відносин залежить від соціокультурних та сімейних традицій, клініко-психологічних особливостей дитини, етологічного фактора раннього контакту дитини з матір'ю, особливостей спілкування між дорослими членами сім'ї, а також особливостей особистості батька.

Таким чином, актуальність теми досить значима, так як саме батьківське виховання відіграє вирішальну роль у формуванні і розвитку здібностей дитини, в тому числі творчих.

Відомий дитячий психолог О.М. Дяченко писала, що навички незамінні для людини, оскільки гарантують їй успіх у різних видах діяльності та допомагають швидко набувати необхідні знання, уміння та навички. Високий рівень розвитку компетенцій дозволяє дитині швидко організовувати себе практичним чином у будь-якому новому завданні, чітко розуміти свої умови, бачити суттєві аспекти для розуміння відносин, знаходити способи вирішення проблем шляхом перебудови умов, генерувати ідеї для нових творчих продуктів та висловлювати своє ставлення до оточуючих і явищ життя в культурно вироблених формах.

Неповторна інтеграція та рівень розвитку навичок визначаються двома факторами: характеристиками та впливом навколишнього середовища.

Уряд створює різні програми підтримки сім'ї. Наприклад, існують різні соціальні та громадські організації, такі як служби соціального забезпечення, служби психологічної підтримки, громадські центри для догляду за дітьми тощо.

Відносини між дитиною та батьками є тим середовищем, яке визначає психологічний розвиток дитини (Л. С. Виготський, А. А. Бодальов, І. С. Кон, А. С. Співаковська, А. Я. Варга, О. А. Карабанова, А. В. Черніков, А. З. Шапіро, Е. Ейдемільер, В. В. Юстицкис, М. С. Мацковская і ін.).

Як показують дослідження (М. М. Азісова, Д. Б. Баранова, О. В. Бессчетнова, А. Г. Вишневський, С. І. Голод, Л. В. Карцева, О. Л. Лебідь, Г. І. Осадча, А. П. Ощепкова, Н. Ю. Синягина, В. П. Сенько, В. М. Целуйко, В. В. Чечет) в сучасному суспільстві сім'я (батьки, бабусі і дідусі, інші родичі) проявляє все більшу зацікавленість в розвитку дитини.

Ці актуальні питання про те, як дати дітям можливість займатися творчою діяльністю в різних сферах, призвели до вибору теми магістерської роботи у такому формулюванні: "Вплив дитячо-батьківських стосунків на розвиток творчих здібностей дітей дошкільного віку".

Об'єкт дослідження – творчі здібності дітей дошкільного віку.

Предмет дослідження – вплив дитячо-батьківських стосунків на розвиток творчих здібностей дітей дошкільного віку.

Мета кваліфікаційної роботи – дослідити особливості розвитку творчих здібностей дітей дошкільного віку, теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити вплив дитячо-батьківських стосунків на розвиток творчих здібностей дітей дошкільного віку.

Завдання дослідження:

1. Проаналізувати наукові праці з досліджуваної проблеми і узагальнити теоретичні засади формування творчих здібностей у дітей дошкільного віку.

2. Визначити психологічні чинники, що впливають на розвиток творчих здібностей дітей дошкільного віку.

3. Емпірично дослідити вплив дитячо-батьківських стосунків на розвиток творчих здібностей дітей дошкільного віку.

4. Розробити програму корекції неефективного (порушеного) типу батьківського ставлення до дитини та емпірично перевірити її ефективність.

Гіпотеза дослідження: передбачаємо, що при авторитетному типі батьківського виховання буде високий рівень розвитку творчих здібностей дітей дошкільного віку.

Методи дослідження. У роботі застосовувалися теоретичні та експериментальні методи. Класифікація та систематизація наукових джерел, порівняння й узагальнення психологічної літератури з проблеми дослідження; емпіричні (методи спостереження, тестування), у тому числі:

- експрес методики кандидатів психологічних наук В. Кудрявцева і В. Синельникова;

- для діагностики сімейних взаємин Тест-опитувальник батьківського ставлення А. Я. Варги і В. В. Столина;

- для виявлення ступеня емоційного благополуччя дітей старшого дошкільного віку в сім'ї - метод «Кінетичний малюнок сім'ї» (Р. Бернс, С. Коуфмана).

Наукова новизна дослідження полягає в тому, що в ньому:

- обґрунтовано теоретичні засади розвитку творчих здібностей дітей дошкільного віку;

- визначено особливості психодіагностики рівня творчих здібностей дошкільників;

- досліджено особливості впливу дитячо-батьківських стосунків на розвиток творчих здібностей дітей дошкільного віку;

- впроваджено та емпірично перевірено ефективність програми корекції неефективного типу батьківського ставлення до дитини.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

1.1. Теоретичний аналіз проблеми

Вивчення розвитку творчих навичок потребує розуміння творчості та креативності. Більшість дослідників схильні вважати, що творчість - це процес, що має певну специфіку, який призводить до створення нового, а креативність - це потенціал, внутрішній ресурс людей, творча здатність. Невирішеним залишається питання про те, чи є креативність компонентом розумової та інших видів обдарованості, чи її варто розглядати як самостійний особливий вид обдарованості [4, 5].

Г. Айзенк, посилаючись на значні кореляції між IQ та тестами Гілфорда на дивергентне мислення, припускає, що креативність є компонентом загальної розумової обдарованості. На думку О. М. Матюшкіна, обдарованість загалом - це і є творча обдарованість. Н. С. Лейтес, однак, не плутає ці поняття і вважає, що творчість – це насамперед своєрідна структура психіки, особлива якість психічних процесів. В. С. Юркевич, ґрунтуючись на аналізі зарубіжних досліджень та практичної роботи з обдарованими дітьми, приходять до однозначного висновку: креативність та інтелектуальна обдарованість – це різні типи обдарованості, різні типи особистості. На думку К. А. Торшиніної, креативність у різних концепціях, нагадує елементи пазла, який ще нікому не вдалося зібрати.

Теоретичний аналіз проблеми дозволяє висунути тезу про те, що творчий потенціал закладено в кожній дитині і дає можливість визначити шляхи його розвитку. Творчість - це нормальна, природна функція мозку, яка проявляється у дії завдяки наявності спеціальних умов та здібностей для певного виду

діяльності. Творчість може виявлятися у будь-якій діяльності - науковій, освітній, спортивній, рекреаційній, комерційній, кулінарній, тому вона не розглядається як особливий вид діяльності або особливий стиль діяльності. Більше того, деякі дослідники стверджують, що креативність - це не єдиний фактор, а сукупність різних здібностей, кожна з яких може бути різною мірою у різних людей. Справа в тому, що людина може бути творчою в одному виді діяльності і зовсім нетворчою в іншому, що можна легко пояснити відсутністю здібностей до цього виду діяльності. Це твердження є важливим для практичної педагогіки, оскільки допомагає вчителям побачити унікальні та індивідуальні творчі здібності кожної дитини [3].

Творчі здібності легше і частіше виявляються у тих видах діяльності, яких дитина відчуває якесь захоплення, якийсь інтерес. Щоб відкрити їх і тим самим розвинути креативність, можна залучати дитину до різних видів діяльності, заохочувати самостійне мислення, отримувати задоволення від власних відкриттів, а також вирішувати проблеми, комбінуючи отримані знання.

В даний час більшість дослідників вимірюють, за П. Торренсом, чотири основні показники креативності: швидкість, гнучкість, оригінальність і розвиток. Декілька національних та міжнародних досліджень показали, що між цими характеристиками існує досить сильний зв'язок. Проте слід зазначити, що жоден із показників креативності у М. С. Єгорова були стабільними протягом 6-10 років. Це свідчить про чутливість креативності до зовнішніх впливів (зокрема, навчання та виховання). Цю тенденцію відзначають інші автори, які також підкреслюють важливість розвитку креативності в дитинстві [12].

Останнім часом психологія обдарованості стає предметом все більш активних дискусій, оскільки основні показники креативності, введені Дж. Гілфордом та П. Торренсом мають малу передбачувальну силу і в цілому мало допомагають прогнозувати творчі показники людей у повсякденній і професійній діяльності. Т. А. Барішева та Ж. А. Жигалов зазначають, що

креативність (швидкість, гнучкість, оригінальність, розвиток) має бути доповнена здібностями до інтуїції, трансформації, прогнозуванням та асоціативності.

Творчість, що вважається психічним процесом, тісно пов'язана з іншими психічними процесами. Згідно з багатьма дослідженнями, основним психічним процесом, що стимулює творчу активність є сприйняття. Сенсорна сфера творчих особистостей характеризується слабкими рисами:

- відсутність чутливості до субсенсорних сигналів;
- здатність виявляти неточності, дефекти, незвичайні та унікальні особливості самих об'єктів;
- особливим інтуїтивним баченням головного, значимого, що дозволяє сприймати «нові функціонувальні використання об'єктів»;
- «комплексністю», «синтетичністю» сприйняття, яка дозволяє вловити схожість між об'єктами там, де для іншого, «аналітичного» типу сприйняття, воно відсутнє.

Таким чином, сприйняття володіє усіма ознаками креативності і його можна віднести до творчих здібностей. У самому сприйнятті «готується» матеріал для майбутньої роботи мислення. Тому з метою розвитку творчих здібностей необхідно навчити дітей сприймати, бачити світ, орієнтувати їх на активне, мисляче сприйняття, котре допомагало б актуалізації отриманих знань для вирішення конкретних проблем.

Важливе значення у процесі творчої діяльності мають уява, фантазія, інтуїція, неусвідомлені компоненти розумової активності. Вони розглядаються як природна основа будь-якої творчої діяльності. Більше того, уява та фантазія розширюють знання та інтереси дітей, оскільки вони не обмежуються майбутнім чи минулим. Вони допомагають їм зрозуміти та поставити проблеми [9].

Варто згадати ще про одну невід'ємну творчу здатність, яка заснована на високому ступені нервових процесів, уяві, гнучкості, пластичності, рухливості

мислення – це здатність до імпровізації. Вона виконується без попередньої підготовки на основі мітенсивної асоціації та виражається в оригінальному рішенні, підході та інтуїтивному зародженні ідеї.

Найбільш важливими характеристиками творчості є уява, дар передбачення, оригінальність, ініціативність, наполегливість, високий рівень самоорганізації та креативності. Людина, яка має ці якості, знаходить задоволення у досягненні мети, а особливо у творчому процесі.

П. Торренс зазначає, що оскільки щастя не є головним показником майбутньої творчої діяльності, найбільшу увагу слід приділяти факторам навколишнього середовища, які можуть чинити як позитивний, так і негативний вплив на розвиток здібностей. За його словами, для виявлення та розвитку творчих здібностей дитини важлива підтримка сім'ї та насамперед батьків та інших дорослих. Сім'я має можливість розвивати та знижувати творчий потенціал дитини у дошкільний період [16, 17].

Вивчаючи вплив сім'ї на формування творчої особистості, психологи виділяють такі параметри сімейного виховання:

- гармонія – негармонія відносин між батьками та дітьми;
- творча особистість – нетворчість батьків як засіб ідентифікації;
- солідарність чи відсутність інтересу до інтелектуальної сфери;
- відношення батьків до дитини [48].

Гетцельс і Джексон виявили, що рівень матеріального становища сім'ї не відіграє особливої ролі у розвитку здібностей дитини. Основний вплив надає рід занять батьків, їх соціальний статус та становище стосовно дітей. У таких сім'ях заохочується інтелектуальна участь дитини, надається значна свобода у виборі інтересів, стимулюється інтелектуальна активність, створюються умови для прояву індивідуальних особливостей. Батьки дитини повинні приймати неналежну поведінку та дії своїх дітей як обґрунтовані та не показувати свого розчарування чи невдоволення. Прийняття та цінності такої дитини значно відрізняються від цінностей її однолітків. Творча дитина потребує дорослого

розуміння та підтримки, і батьки повинні запропонувати їй психологічний захист, підвищити розуміння та самовідчуття.

Американський психолог Дж. Гауен дає низку корисних рекомендацій для батьків, стурбованих розвитком творчих здібностей дітей. Він зазначає, що сім'я повинна підтримувати атмосферу, необхідну для творчості, допомагати дитині справлятися з нерозумінням дорослих, негативною реакцією однолітків. Чим більше ми відкриваємо можливості для конструктивної творчості, – каже Дж. Гауен, – тим більше притуплюються клапани деструктивної поведінки. Дитина, яка позбавлена позитивного творчого результату, може спрямувати свою творчу енергію в зовсім непотрібне русло.

Вивчення впливу сімейного мікросередовища дозволило виявити деякі фактори найвищих показників креативності. До них відносяться: наявність дитячого вибору, можливість емоційного самовираження, позитивне ставлення послідовників до своєї дослідницької діяльності, підвищення самооцінки дорослих, зниження вимог до них [12].

На думку В. М. Новлянської, сучасна благополучна сім'я може неминуче створювати перешкоди на шляху розвитку дитячої творчості. У сім'ї, де росте дитина, вона просто "обростає" дорогими іграшками, тому немає сенсу щось створювати, щось замінювати. Він постійно відчуває нестачу друзів для ігрового та образного спілкування. Завдання батьків - спрямовувати та підтримувати інтерес дитини до гри, ставити перед нею завдання.

Дослідження багатьох психологів показали, що продуктивному, творчому мисленню сприяє оволодіння певними прийомами, такі як виявлення контрастів, знаходження аналогій, поєднання понять, постановка питань, генерування ідей, зміна альтернатив, комбінування тощо. Найважливішим способом розвитку креативності у дошкільнят є створення доступних проблемних ситуацій, постановка творчих завдань, побудова евристичної структури з досвіду дитини та інструментів, що полегшують самостійне дослідження. З погляду дослідників творчості, креативність розвивається тоді,

коли немає чіткої моделі, що регулює поведінку дитини, але коли є позитивний приклад творчої особистості в сім'ї чи оточенні і коли створено умови для її відтворення, коли творча поведінка підкріплюється різними виховними засобами. Так, В. М. Дружинін вважає, що розвиток креативності відбувається за наступним механізмом: система мотивів та особистісних якостей (самостійність, мотивація до самореалізації, нонконформізм) формується на основі загальних здібностей під впливом мікросередовища та наслідків, а загальні здібності трансформуються в актуальну творчість [2, 4].

П. Торренс, В. М. Дружинін, Д. Б. Богоявленська, В. С. Юркевич виділяють два етапи у розвитку творчості. Перший етап характеризується відсутністю спеціалізації - дитина творить у різних галузях культури. Цей чутливий етап творчого розвитку відбувається віком від 3 до 5 років. Механізм його формування заснований на впливі дорослої людини як творчої моделі. У дитини є потреба поводитися як дорослий, дорівнювати їй. Для дітей дошкільного віку характерно велике творче самовираження, що відображає природну поведінку дитини, оскільки вона не має досвіду, який міг би перешкодити їй творити. В. С. Юркевич називає цю креативність "наївністю", а П. Торренс вважає її природним даром. Пізніше у розвитку проявляється схильність дитини до тієї чи іншої діяльності, розвивається "спеціалізована" креативність, тобто здатність до творчості у конкретній діяльності. Професійний імідж особливо важливий на цьому етапі [17].

Дослідження впливу сімейного оточення на здібності дітей виявили кілька факторів, що сприяють високому рівню креативності (відповідно до тесту Торренса). До них належать: свобода вибору для дітей, можливості для емоційного самовираження, позитивне ставлення до досліджень, підвищення самооцінки серед дорослих та зниження вимог та покарань.

Творчість вимагає вольових якостей, які формуються у складніших сімейних умовах. Психологи стверджують, що можна бути творчою людиною, але неможливо досягти результатів без внутрішнього драйву, волі та підтримки

з боку оточуючих. Творча самореалізація вимагає психологічної свободи та психологічної безпеки. Батьки повинні навчити дітей відстоювати власні оригінальні погляди, допомогти їм зрозуміти інших, а також розвинути мотивацію досягнення та цінності, які дозволять їм реалізувати творчі рішення. Експерти вважають, що відсутність творчих здібностей зазвичай є результатом авторитарної та жорсткої системи освіти, яка пригнічує саморозвиток дітей, щоб вони могли протистояти тиску довкілля. Це особливо катастрофічно, коли відбувається у віці з трьох чи чотирьох років.

У цьому контексті варто навести думку Д. Б. Богоявленської про те, що найважливішою умовою у розвитку творчості є розвиток особистості дитини. До семи років у дітей з високою креативністю практично сформовані найважливіші риси особистості, такі як позитивне ставлення до себе та навколишнього світу та добре розвинена рефлексивність; у дітей із середньою чи низькою креативністю розвиток особистості помірний чи незначний. Таким чином, щоб не послабити творчий потенціал дитини та не гальмувати її розвиток, необхідно не тільки виховувати творчість, а й створювати умови для розвитку особистісних якостей дитини, бажання діяти відповідно до цінностей суспільства та досягати результатів.

Творчі навички традиційно асоціюються з гнучким, швидким, точним та оригінальним мисленням. Дивергентне мислення є необхідною умовою для розвитку навичок планування та прогнозування, які забезпечують остаточність досягнення мети. Процеси дивергентного мислення дозволяють вирішувати короткострокові проблеми та знаходити інформацію на вирішення творчих завдань [4, 5].

На думку О. Л. Солдат, включення до системи освіти творчої поведінки та самовираження, моделювання творчої діяльності та оволодіння технологією творчої діяльності показує значне зростання креативності, чутливість до проблеми, високі вимоги до творчості. Тому питання навчання творчої поведінки є надзвичайно важливим у сучасній системі освіти.

Слід також зазначити, що дорослі недостатньо підготовлені до роботи з дітьми, які демонструють нестандартне мислення та поведінку. Оцінюючи таких дітей, батьки відзначають демонстративність, впертість і небажання дотримуватися позитивних рольових моделей. На думку психологів, такі оцінки є результатом нерозуміння особистості дорослого та особливостей розвитку обдарованих дітей. Дослідження П. Торренса показують, що творчі діти швидко долають початковий рівень інтелектуального розвитку та конкурують із усіма видами репродуктивної роботи. Таким чином, очевидно, що творчі батьки несуть відповідальність за розвиток та навчання творчих дітей [17].

Грунтуючись на дослідженнях західних психологів, Л. Б. Єрмолаєва-Томіна розробила рекомендації для педагогів щодо стимулювання розвитку креативності у дітей дошкільного віку, а саме:

- а) поважати і чуйно ставитись до всіх проявів дитячої творчості;
- б) адаптувати підхід до кожного учня: важливо бачити потенціал для творчості кожної дитини;
- в) навчитися бути чутливими не тільки до творчості дітей, а й до інших видів їх діяльності;
- г) сформувати у дітей досить високу самооцінку, щоб спонукати їх до активної діяльності;
- д) розвивати свої творчі здібності.

Досвід роботи з обдарованими дітьми показує, що вони вимагають особливих умов навчання та особливих стосунків з боку педагога. Для того щоб формувати та навчати творчості у всіх видах діяльності, необхідно розглянути відповідні засоби, методи та методики навчання, щоб забезпечити найефективніше викладання.

Перші методи розвитку творчого мислення були розроблені Дж. Гілфордом, П. Торренсом, Р. Кратчфілдом та Де Боно і широко використовувалися у викладацькій практиці. У голландській психології та педагогіці розроблені та застосовуються різні програми та методи розвитку

креативності (В. М. Дружинін, Н. В. Хазратова, Н. А. Багдасаров, Н. Д. Бабаєва, О. Л. Яковлева, В. О. Маляко). В останні роки було зроблено багато спроб знайти методи та прийоми активізації активного пошуку. Серед нових методів стимулювання творчості найбільша увага приділяється методу синергії (мозковий штурм), "ТРВЗ" (методи вирішення візуальних завдань), морфологічний аналіз, розумові конференції, асоціації. Одним із ефективних способів розвитку дивергентного мислення та когнітивного стилю є різні форми інтерактивного навчання. Розроблені програми спрямовані на розвиток особистісних компонентів творчості. Серед останніх найбільш відомою є програма О. Л. Яковлевої, що побудована на принципі трансформації когнітивного змісту в емоційній практиці з дотриманням умов безоціночного прийняття.

Відповідно до цієї програми, основна увага приділяється емоційним станам та реакціям людини, що виникають у відповідь на виконання конкретного завдання. Зміст розділений автором на чотири основні області та розбитий на чотири блоки:

- "Я є я" (я спілкуюся із самим собою).
- Я - інший" (я спілкуюся з іншими).
- Я - суспільство" (я в контактi з інститутами суспільства).
- Я - світ" (як я досліджую світ).

Кожен із блоків містить ситуаційні списки, які розкривають його зміст. Основна роль фасилітатора (людини, що забезпечує успішну групову комунікацію) полягає у емоційному перекладі змісту ситуації, тобто. виявленні емоційного ставлення людини до проблем, що стоять перед ним, а також у прийнятті та підтримці виникаючих емоційних реакцій.

У зв'язку з розвитком творчості виникає інтерес до організації педагогічного процесу з метою створення творчого середовища у навчальному закладі. Вона заснована на інтересі дитини та спрямована на адаптацію закладу

до індивідуальних особливостей та суб'єктивних потреб дітей. Освітня діяльність, спрямована на розвиток творчого центру, має кілька відмінних рис:

- повага до нестандартних питань;
- позитивний підхід до виняткових ідей;
- демонстрація цінності дитячих ідей;
- надання дітям більшої самостійності;
- створення невимушених обставин для навчання.

У навчальному процесі, побудованому на засадах педагогічної спрямованості, акцент робиться не так на програмований матеріал, але в організацію індивідуальної та пізнавальної діяльності з урахуванням знання її психологічної природи, і педагог допомагає дітям сприйняти власну значимість, повірити у себе. При такому способі навчання педагог не є інформатором, а координатором, організатором діалогу, консультантом для дітей відповідно до їх індивідуальних здібностей. Він шукає найефективніші методи навчання, запитує цінну інформацію, оцінює невдачі та заохочує дітей навчатися на своїх помилках та успіхах. Такий підхід до розвитку креативності є оптимальним у навчально-виховному середовищі навчальних закладів [4, 5].

Технологія навчання, запропонована А. Сологубом, є дуже цікавою. На його думку, творча освіта вимагає від дітей креативності, залучаючи їх до активного пошуку та формуючи творчий стиль діяльності, набуття нових знань та демонстрацію творчих навичок. Педагог виступає у ролі фасилітатора і спонукає дітей бути якнайактивнішими у своїй пізнавальній діяльності. Співпрацюючи з дітьми, вчитель сприяє створенню творчого психологічного клімату. Серед різних методів, які у процесі творчого навчання, важливе місце займають методи дослідження частинок і наведення. На думку Сологуба, творче навчання сприяє розвитку інтелектуальних і творчих здібностей дитини, у той час як навчання сприяє розвитку тільки інтелектуальних здібностей.

Відомий український психолог В. О. Маліако вважає, що розвиток креативності не можна обмежувати алгоритмами, техніками, методами та

стандартизованими процедурами, а необхідно передусім розробити стратегію. Під стратегією він розуміє систематичну побудову, що включає пристрій для проведення прихованого пошуку певним способом і здатність виконувати конкретні (тактичні) завдання. В. О. Маліако пропонує створену ним систему, яка є одночасно діагностичною та навчальною: CARUS (аббревіатура від Combination – Analogisation – Reconstruction – Universal Approach – Situational Behaviour / Спробуйте вирішити задачу так, як вам хочеться).

Відомо, що можна бути творчою людиною, але не отримати жодних результатів. Для реалізації творчого потенціалу потрібні сильні особисті якості, внутрішня життєва сила та зовнішня підтримка. Важливу роль також відіграють мотивація для досягнення мети, знання того, як оцінити ефективність різних варіантів вирішення, і відповідна ціннісна орієнтація, що дозволяє реалізувати творчу ідею. Для того щоб перетворити дитячу творчість на дорожню роботу, спрямовану на створення принципово нового значимого для суспільства продукту, дитина повинна набути якості, які дозволяють їй подолати натиск суспільства. Таким чином, провідну роль в детермінації творчої поведінки відіграють мотивація, ціннісні орієнтації та особистісні риси [5, 9].

Висновок щодо теоретичного аналізу проблеми свідчить, що в останні роки більш помітними стали спроби віднайти шляхи стимулювання творчого потенціалу особистості. З'ясовані чинники впливу на розвиток креативності, серед яких основну роль посідає родина та школа. На можливість реалізації творчого потенціалу значний вплив чинять особистісні якості, такі як працелюбство, воля, наполегливість, прагнення реалізувати задумане. Розроблені нові програми, методи та прийоми розвитку творчих здібностей (В. М. Дружинін, Н. В. Хазратова, Н. Д. Бабаєва, О. Л. Яковлева, В. О. Маляко, А. Сологуб). Це потребує створення особливих умов та особливого підходу до дітей в процесі навчання й виховання і, перш за все, підготовки креативного вчителя, який зміг би і бажав би навчати креативних дітей [16, 17, 48].

1.2. Психологічні умови та специфіка розвитку творчих здібностей дітей дошкільного віку

Проблема людських здібностей викликала величезний інтерес людей у всі часи. Однак в минулому в суспільстві не виникало особливої потреби у розвитку творчості. Таланти з'являлися самі собою, стихійно створювали шедеври літератури і мистецтва, робили наукові відкриття, винаходи, задовольняючи тим самим потреби людської культури, що розвивалась. У наш час ситуація докорінно змінилася. Життя в епоху науково-технічного прогресу стає усе різноманітнішим і складнішим. Воно жадає від людини не шаблонних, звичних дій, а рухливості, гнучкості мислення, швидкої орієнтації й адаптації до нових умов, творчого підходу до вирішення великих і малих проблем. Якщо врахувати той факт, що частка розумової праці майже у всіх професіях постійно росте, а уся велика частина виконавської діяльності перекладається на машини, то стає очевидним, що творчі здібності людини необхідно визнати найбільш істотною частиною її інтелекту і задачу їхнього розвитку - однією з найважливіших задач у вихованні сучасної людини. Адже всі культурні цінності, накопичені людством - результат творчої діяльності людей. І те, наскільки просунеться вперед людське суспільство в майбутньому, буде визначатися творчим потенціалом підростаючого покоління [2].

Особливості аналізу проблеми розвитку творчих здібностей визначаються тим змістом, який вкладається в це поняття. Дуже часто в повсякденній свідомості творчі здібності ототожнюються зі здібностями до різних видів художньої діяльності, з умінням красиво малювати, складати вірші, писати музику тощо. Але творчі здібності дітей дошкільного віку цим не вичерпуються. Це поняття тісно пов'язане з поняттям "творчість", "творча діяльність". Під творчою діяльністю ми розуміємо таку діяльність людини, у результаті якої створюється щось нове - будь це предмет зовнішнього світу чи побудова мислення, що приводить до нових знань про світ чи переживання, що

відбиває нове відношення до дійсності. А відтак, творчі здібності - це індивідуальні особливості якості людини, що визначають успішність виконання нею творчої діяльності різного роду. Тому елемент творчості може бути присутнім у будь-якому виді людської діяльності, і справедливо говорити не тільки про художні творчі здібності, але і про технічні творчі здібності, про математичні творчі здібності тощо.

Інтерес до проблеми розкриття механізмів творчості в усьому цивілізованому світі надзвичайно великий. Раннє виявлення, навчання й виховання обдарованих і творчих дітей є актуальним завданням освіти. На даний момент світовою психологією були здійснені фундаментальні дослідження з вивчення механізмів творчості [2].

Творчість - це завжди творення нового оригінального продукту.

Повноцінну творчу діяльність може здійснювати людина, що володіє оптимально розвиненим загальним інтелектом. Оптимальний інтелектуально-мотиваційний розвиток - необхідна умова успіху творчої діяльності.

Для творчої особистості властива орієнтація не на результат, а на процес. Для неї характерне пізнання заради пізнання. Якщо пізнавальна діяльність мотивована іншими потребами - матеріальним добробутом, самоствердженням, схваленням тощо, то пізнавальна активність припиняється після досягнення результату.

Творча особистість - це досить рідкісний продукт біологічної і соціальної взаємодії. Потрібно уважно ставитися до оточуючих нас юних талантів, щоб вчасно підтримати і розвивати те, що в людині закладено природою. Знання основних механізмів творчості дасть змогу педагогам грамотно організувати навчально-виховний процес з метою розвитку творчої обдарованості [18].

Основними характеристиками творчого процесу, на погляд більшості науковців, є: з одного боку, здатність по-новому побачити стандартну ситуацію, а з іншого боку, мати здатність вирішити проблему нетрадиційним способом. Тому механізми творчості повинні розподілятися на дві групи: механізми, що

забезпечують оригінальне сприйняття реальності, і механізми, що забезпечують процес нестандартного вирішення проблеми. Ці дві групи механізмів можуть бути представлені спільно в одній людині, а можуть існувати незалежно одне від одного. Таким чином, можна розрізнити людей з оригінальним баченням і людей з оригінальним рішенням [6].

Коли ми намагаємося зрозуміти і пояснити, чому різні люди, обставинами життя поставлені в однакові чи приблизно однакові умови, досягають різних успіхів, ми звертаємося до поняття здібності, думаючи, що різницю в успіхах можна цілком задовільно пояснити ними. Це ж поняття використовується нами тоді, коли потрібно усвідомити, у силу чого одні люди швидше і краще, ніж інші, засвоюють знання, уміння і навички. Що ж таке здібності?

1. Здібності - властивості душі людини, що розуміються як сукупність усіляких психічних процесів і станів. Це найбільш широке і найстаріше з наявних визначень здібностей. В даний час ним практично вже не користуються в психології.

2. Здібності являють собою високий рівень розвитку загальних і спеціальних знань, умінь і навичок, що забезпечують успішне виконання людиною різних видів діяльності. Дане визначення з'явилося і було прийнято в психології XVIII-XIX ст., проте використовується і в даний час.

3. Здібності - це те, що не зводиться до знань, умінь і навичок але пояснює (забезпечує) їхнє швидке придбання, закріплення й ефективне використання на практиці. Це визначення прийняте зараз і є найбільш поширеним. Воно разом з тим є найбільш вузьким і найбільш точним із усіх трьох.

Без володіння мовою як засобом спілкування, наприклад без уміння адаптуватися до людей, правильно сприймати й оцінювати їх самих і їхні вчинки, взаємодіяти з ними і налагоджувати гарні взаємини в різних соціальних ситуаціях, нормальне життя і психічний розвиток людини були б просто неможливими. Відсутність у людини такого роду здібностей стало б

нездоланною перешкодою саме на шляху перетворення її з біологічної істоти в соціальну.

У становленні здібностей до спілкування можна виділити свої етапи формування, свої специфічні задатки. Одним з них, імовірно, є вроджена здатність дітей реагувати на обличчя і голос матері. Вона обумовлює первинну форму спілкування у виді комплексу поживлення. Надалі, до здібностей емоційно спілкуватися додається, здібність розуміти стан, вгадувати наміри і пристосовувати свою поведінку до настрою інших людей, засвоювати і впливати в спілкуванні з ними визначеним соціальним нормам.

Одним з найважливіших факторів творчого розвитку дітей є створення умов, що сприяють формуванню їхніх творчих здібностей.

Першим кроком до успішного розвитку творчих здібностей є ранній фізичний розвиток маляти: раннє плавання, гімнастика, раннє повзання і ходіння. Потім раннє читання, рахунок, раннє знайомство з різними інструментами і матеріалами [1, 2].

Другою важливою умовою розвитку творчих здібностей дитини є створення умов, що сприятимуть розвитку дітей. Необхідно, наскільки це можливо, заздалегідь оточити дитину таким середовищем і такою системою відносин, які стимулювали б її найрізноманітнішу творчу діяльність і поволи розвивали б у неї саме те, що у відповідний момент здатне найбільш ефективно розвиватися. Наприклад, ще задовго до навчання, читанню однорічній дитині можна купити кубики з буквами, повісити абетку на стіні і під час ігор називати дитині букви. Це сприяє ранньому оволодінню читанням.

Третє, надзвичайно важлива умова ефективного розвитку творчих здібностей впливає із самого характеру творчого процесу, що вимагає максимальної напруги сил. Справа в тім, що здатність буде розвиватися тим успішніше, чим частіше у своїй діяльності людина добирається "до стелі" своїх можливостей і поступово піднімає цю стелю усе вище і вище. Така умова максимальної напруги сил найлегше досягається, коли дитина вже плазує, але

ще не вміє говорити. Процес пізнання світу в цей час йде дуже інтенсивно, але скористатися досвідом дорослих маля не може, тому що пояснити такому маленькому ще нічого не можна. Тому в цей період малюк змушений більше, ніж коли-небудь займатися творчістю, вирішувати безліч нових для нього задач самостійно і без попереднього навчання, якщо зрозуміло дорослі дозволяють йому це робити, а не вирішують їх за нього. Наприклад, у дитини закотився далеко під диван м'яч. Батьки не повинні поспішати дістати йому цю іграшку з-під дивана, якщо дитина може вирішити цю задачу сама.

Четверта умова успішного розвитку творчих здібностей полягає в наданні дитині великої волі у виборі діяльності, у чергуванні справ, у тривалості занять однією якою-небудь справою, у виборі способів і ін. Тоді бажання дитини, її інтерес, емоційне піднесення послужать надійною гарантією того, що вже більша напруга розуму не приведе до перевтоми, а піде дитині на користь.

Але надання дитині такої волі не виключає, а, навпаки, припускає ненав'язливу, розумну, доброзичливу допомогу дорослих - це і є п'ята умова успішного розвитку творчих здібностей. Найголовніше тут - не перетворювати волю у вседозволеність, а допомогу в підказку. На жаль, підказка - розповсюджений серед батьків спосіб "допомоги" дітям, але вона тільки шкодить справі. Не можна робити що-небудь за дитину, якщо вона може зробити сама. Не можна думати за неї, коли вона сама може додуматися [6, 7, 8].

Давно відомо, що для творчості необхідно комфортна психологічна обстановка і наявність вільного часу, тому шоста умова успішного розвитку творчих здібностей - тепла дружелюбна атмосфера в родині і дитячому колективі. Дорослі повинні створити безпечну психологічну базу для повернення дитини з творчого пошуку і власних відкриттів. Важливо постійно стимулювати дитину до творчості, виявляти співчуття до її невдач, терпляче ставитись навіть до дивних ідей. Потрібно виключити недоброзичливі, неконструктивні зауваження, кепкування.

Але створення сприятливих умов недостатньо для виховання дитини з високим творчим потенціалом, хоча деякі західні психологи і зараз вважають, що творчість органічно притаманна дитині і що треба тільки не заважати їй вільно самовиражатися. Але практика показує, що такого невтручання мало: не всі діти можуть відкрити дорогу до творення, і надовго зберегти творчу активність. Виявляється (і педагогічна практика доводить це), якщо підібрати відповідні методи навчання, то дошкільники, не втрачаючи своєрідності творчості, створюють добутки більш високого рівня, ніж їхні ненавчені однолітки, що самовиражаються. Не випадково зараз такі популярні дитячі гуртки і студії, музичні школи і школи мистецтв. Звичайно, ведеться ще багато суперечок про те, чого і як учити дітей, але той факт, що учити треба не викликає сумнівів [10, 26, 29].

Виховання творчих здібностей дітей буде ефективним лише в тому випадку, якщо воно буде являти собою цілеспрямований процес, у ході якого зважається ряд приватних педагогічних задач, спрямованих на досягнення кінцевої мети [28].

Говорячи про проблему творчих здібностей дітей, хотілося б підкреслити, що їхній ефективний розвиток можливий лише при спільних зусиллях як з боку вихователів дошкільних установ, так і з боку родини. На жаль, педагоги скаржаться на відсутність належної підтримки з боку батьків, тим більше, якщо це стосується педагогіки творчості. Тому доцільно проводити спеціальні бесіди і лекції для батьків, на яких би розповідалося про те, чому так важливо розвивати творчі здібності з дитинства, які умови необхідно створювати в родині для їхнього успішного розвитку, які прийоми та ігри можна використовувати для розвитку творчих здібностей у родині, а також рекомендувати батькам спеціальну літературу з цієї проблематики [19, 28].

1.3. Діагностика рівня творчих здібностей дітей дошкільного віку за допомогою арт-терапії

1.3.1. Психотерапія засобами зображувального мистецтва

Найважливіший вплив мистецтва, його здатність "відчувати" людську душу, сприяти її розвитку, оптимізувати її внутрішні ресурси, регулювати її поведінку та полегшувати адаптацію було описано за багато років до того, як арт-терапія стала частиною професійної підготовки. Демократичний розвиток європейського суспільства, визнання людини найвищою цінністю та орієнтація освітніх та духовних систем на розвиток гармонійного та універсального багатства сприяли активному поширенню мистецтва в терапевтичних цілях не тільки в психіатрії, а й у соціальній сфері.

Арт-терапія - це психотерапія, психокорекція та реабілітація, заснована на участі клієнта у художній творчості. Арт-терапія може розглядатися як частина арт-психотерапії поряд з музикотерапією, драм-терапією, танцювальною терапією та мануальною терапією [20].

Люди тисячоліттями використовували мистецтво для спілкування, самовираження та лікування. Але арт-терапія стала офіційною програмою лише у 1940-х роках.

Лікарі помітили, що люди, які страждають на психічні захворювання, часто виражають себе в малюнках та інших творах мистецтва, що змусило багатьох дослідити використання мистецтва як стратегію лікування. З того часу мистецтво стало важливою частиною терапевтичної сфери і використовується в деяких методах оцінки та лікування [51].

Арт-терапія - не єдиний вид творчого мистецтва, що використовується при лікуванні психічних захворювань. До інших видів творчої терапії відносяться:

- танцювальна терапія;

- драматична терапія;
- експресивна терапія;
- музична терапія;
- письмова терапія;
- ефективність.

Хоча дослідження показують, що арт-терапія може бути корисною, деякі дані щодо її ефективності неоднозначні. Дослідження часто невеликі та непереконливі, тому необхідні подальші дослідження, щоб з'ясувати, як і коли арт-терапія може бути найкориснішою [50].

Термін арт-терапія використовується для опису різних терапевтичних та реабілітаційних підходів як формально, так і теоретично. Арт-терапія представляє собою лікувальне застосування образотворчої творчості клієнта, що передбачає взаємодію між автором художньої роботи, самою роботою і фахівцем. Створення візуальних образів розглядається як важливий засіб міжособистісного спілкування та форма когнітивної діяльності, яка дозволяє клієнту висловити ранні та актуальні переживання "тут і зараз", які нелегко висловити словами.

Незважаючи на тісний зв'язок з терапевтичною практикою, арт-терапія в багатьох випадках є насамперед психотерапевтичною, соціалізуючою та розвиваючою. Протягом усього свого існування арт-терапія зазнавала впливу досягнень психологічної науки та практики, теоретичних розробок та методів у різних психотерапевтичних галузях, досвіду та стратегій у художній освіті, педагогічних методів та специфічних підходів у теорії культури, соціології та інших науках. Вона, як і раніше, активно розвивається і в даний час, освоюючи нові області практичного застосування та збагачуючись ідеями завдяки об'єднанню з іншими науковими дисциплінами [11, 23].

Терапія засобами зображувальної діяльності - це терапія художнім мистецтвом, універсальний, психотерапевтичний, міждисциплінарний метод (заснований на медицині, психології, педагогіці, культурі та соціальній роботі),

метою якого є усунення або зменшення нервових та психічних порушень, відновлення та розвиток порушених функцій, компенсаторних здібностей, формування здатностей до трудової, ігрової діяльності за допомогою занять конкретними та корисними видами мистецтва.

Зображувальна творчість розвиває сенсомоторну координацію, необхідну для інтеграції міжособистісного спілкування, що потребує безліч психічних функцій. У процесі малювання активізується і конкретно-образне мислення, яке в основному пов'язане з роботою правої півкулі, і абстрактно-логічне, за яке відповідає ліва півкуля. Оскільки вони безпосередньо пов'язані з найважливішими функціями (зір, зорово-моторна координація, мова і відпочинок), малювання не просто сприяє розвитку кожної з цих функцій, а і зв'язує їх між собою [24, 25].

Заняття з малювання, особливо в разі використання креативних методик, відкривають великі можливості не тільки для розвитку творчого мислення, уяви, фантазії, але й дають змогу виконувати важливі корекційні завдання:

- постійно вдосконалювати артикуляційну моторику, дрібну моторику пальців, рук та загальну моторику;
- розвивати мовленнєве дихання;
- розвивати слухо-мовленнєву увагу та пам'ять засобами дидактичних казок, віршів, вправ на бездефектному мовленнєвому матеріалі;
- закріплювати вимову поставлених звуків;
- цілеспрямовано збагачувати лексичний запас;
- виховувати інтонаційну виразність мовлення;
- закріплювати правильне вживання сформованих граматичних категорій;
- спонукати дітей до самостійної мовленнєвої комунікації [30, 40].

Однією із нетрадиційних технік малювання є техніка плямографії.

Наприклад: казка «Чарівні плями». Технологія: піпеткою на аркуш паперу наносимо пляму, потім за допомогою трубочки для коктейлю дмухаємо пляму в

різні боки, щоб утворилися різноманітні плями, схожі на кущі, рослини, звірі тощо. Пензликом або жмаканим папером домалювати потрібні деталі.

Матеріал: аркуш альбомного паперу, гуашеві або акварельні фарби, вода, піпетка, трубочка для коктейлю, пензлик.

Мета:

- ознайомити дітей із технікою плямографії;
- розвивати творчу уяву, фантазію;
- формувати вміння сприймати кольори та образи;
- удосконалювати дрібну та загальну моторику;
- розвивати мовленнєве дихання: відпрацьовувати тривалий ротовий видих;
- вправляти у диференціації, учити утворювати та вживати прикметники, узгоджувати з іменниками;
- заохочувати дітей до створення власних казкових сюжетів;
- виховувати естетичний смак [52].

Ще одна із нетрадиційних технік малювання - «Пальцевий живопис».

Наприклад: казка «Як пальчики та фарби стали друзями». Технологія: дитина вмочує в фарбу ребро долоньки або долоньку чи пальчики і віддруковує на папері необхідний малюнок; потім фарбу з долоні й пальчиків витираємо серветкою.

Матеріал: аркуш альбомного паперу, розетки з гуашевою фарбою, пензлі, волога серветка.

Мета:

- формувати вміння сприймати кольори та форми, створювати образ, малюючи пальцями і долоньками;
- розвивати творчу уяву, фантазію;
- зміцнювати дрібні м'язи п'ястей рук, розвивати дотикову чутливість, координацію рухів та загальну моторику;

- учити дітей висловлювати почуття і враження від створених власноруч малюнків;

- виховувати естетичний смак.

В. Ніканорова та М. Пономаренко вважають, що застосовуючи під час малювання нетрадиційні техніки, діти переживають яскраві позитивні емоції, відкривають нові можливості добре знайомих предметів, які використовують як художні матеріали.

Деякі зарубіжні педагоги-дослідники рекомендують використовувати в малюванні все, що є під рукою: малювання ганчіркою, паперовою серветкою (складеною в кілька разів), малювання чайною заваркою, кавовою гущею, вижимками із ягід і таке інше. Корисно розфарбовувати банки і пляшечки, коробочки, камінчики тощо.

Для розвитку рецепторів і дрібної моторики рук рекомендують зображувати через копіювальний папір. Дітям подобається, що колір зображувальних ліній залежить від кольору копіювального паперу. Подобається і продовження роботи: адже отриманий малюнок можна обвести, домалювати, подарувати [53].

Американські дослідники вважають незвичайним прийомом малювання крапками. Найкраще крапкові малюнки створювати фарбами, але можна також користуватися фломастером чи олівцем. Головне - зацікавити дитину, визначити, які предмети краще малювати методом крапкового малюнка.

Цікавим для дітей є метод монотипії. Це зображення на целофані, що переноситься потім на папір. Діти отримують два малюнки, які можна подарувати своїм рідним.

Кляксографія також дає великий розвивальний ефект. Вона полягає в тому, щоб навчити дітей робити клякси (чорні та різнокольорові). Дитина, дивлячись на них, може бачити образи, предмети або окремі деталі [21, 27].

Щоб навчити дітей фантазувати, навчити їх любові до цього процесу, існують різні вправи щодо розвитку уяви. Одне з них «Райдуга фантазій» (рис. 2.1).



Рис. 2.1. Вправа «Райдуга фантазій»

Для його проведення знадобиться 4 картинки з різнокольоровими будиночками: червоним, жовтим, зеленим та синім. Будиночки можуть виглядати однаково або відрізнитись один від одного «архітектурою».

Необхідно запропонувати дітям розглянути картинки, розказати які гарні будиночки, що в них цікавого. Можна запитати, чи сподобалися їм будиночки, в якому вони хотіли б жити? Це необхідно для «налаштування» їхньої уваги. Хто, на їхню думку, міг би жити у цих будиночках. Можливо, це якісь звірятка чи фантастичні істоти? Для активізації роботи уяви необхідний поштовх, підказка, що включає асоціативне мислення. Такою підказкою є колір будиночків.

Якщо дітям складно, то треба допомогти, запитуючи: «Ось зелений будиночок. Хто у ньому може жити? Хто любить зелений колір? (Жаба, коник і навіть огірок)». Такі ж питання можна ставити і про інші будиночки. Якщо дитина вирішить поселити в будиночку істоту іншого кольору, не казати, що це неправильно, а попросити пояснити, чому вона так вважає.

Потім можна запропонувати хлопцям подумати над іншими питаннями: «Чим займаються мешканці будиночків? Чи ходять один до одного в гості? Якого кольору ще можуть бути будиночки, і хто в них житиме?».

Для розвитку творчих здібностей дітей дуже корисна візуалізація. Малювання, взагалі, надзвичайно корисний та улюблений дітьми вид творчої діяльності. Воно як активізує уяву і необхідне творчості образне мислення, та й розвиває дрібну моторику рук.

Обов'язково треба похвалити дітей, порадіти їхнім фантазіям, не соромтеся демонструвати захоплення їхніми вигадками. Ніщо так не стимулює творчість, як соціальне визнання [59].

Вправа на розвиток творчих здібностей дітей «Складаємо казку».

У дошкільному віці велике значення має мовна діяльність дітей. Вони вже добре і багато говорять, тому слід звернути увагу не лише на правильність, а й на багатство, образність мови. Розвиток індивідуальних творчих здібностей дитини для цього дуже добре підходить (рис. 2.2).

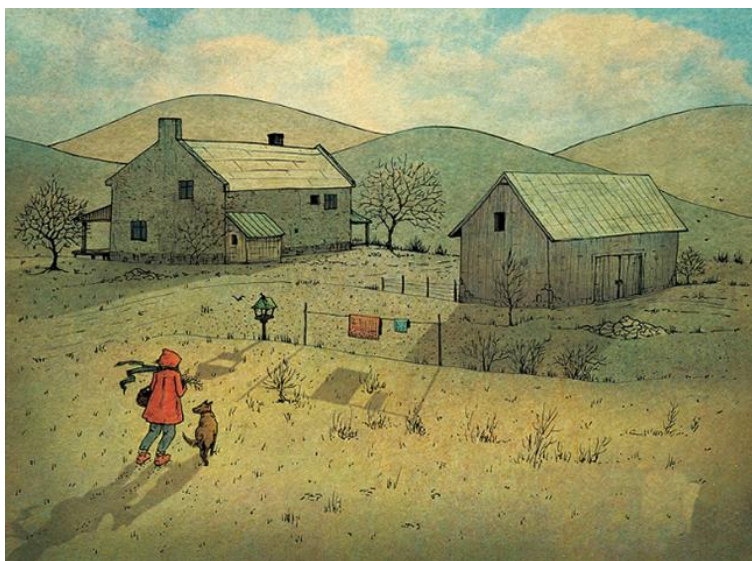


Рис. 2.2. Вправа «Складаємо казку»

Ніщо так не розвиває мову та уяву, як вигадкування історій та казок. Складати казку чи історію треба обов'язково разом, а не просити дитину вигадати щось самотійно. Для нього це поки складно, і завдання, яке важко здійснити, викличе тільки розчарування, малюк засмутиться і не захоче більше цим займатися. Розвиток творчих здібностей дітей обов'язково має будуватися на інтересі, приносити задоволення малюкам.

Складаючи з дитиною казку спочатку треба придумати разом із дитиною головного героя казки. Він має бути, з одного боку, добре знайомий малюкові, а з іншого – не бути копією героя мультфільму чи персонажа нещодавно прочитаної книжки. Це може бути кошеня, біла хмаринка, листок дерева, улюблена іграшка і т.д.

Тепер треба збудувати сюжет: придумати пригоду, незвичайну подію, яка станеться з героєм. У цій справі з розвитку творчих здібностей дітей цей етап найскладніший. І дитині знадобиться допомога, підказка та порада. Пригода має бути з характером героя. Наприклад, кошеня може втекти гуляти та заблукати.

Пригода як би «витягує» нові дії героя та нових персонажів. Якщо кошеня заблукало, воно, напевно, злякалося? Або, навпаки, почав грати. З ким? З метеликом, пташкою, цуценям? Хто допоміг кошеняті повернутися додому?

Після того, як придумано сюжет, казку можна розповідати. І тут дитина повинна бути максимально самостійною.

Проводячи цю справу з розвитку уваги, в жодному разі не треба перебивати дитину, але час від часу підбадьорювати, заохочувати репліками: «Добре!» "Ой, як цікаво!" "А далі що?" Якщо дитина щось вимовляє неправильно, виправляти її можна тільки в крайньому випадку.

Але часто дитина відчуває серйозні труднощі і не може скласти зв'язкову розповідь. Тоді спочатку йому треба допомагати, застосовуючи метод незакінчених фраз і навідних питань:

- Жив-був... Хто?
- Кошеня.
- Жив він... Де?
- У будинку у бабусі.
- Він був ... Яким?
- Веселим, пухнастим, грайливим.
- І дуже любив грати... З ким?

І так далі. Головне завдання: намагатися заохочувати малюка самостійно говорити та вигадувати. Нехай це спочатку будуть не надто довгі пропозиції та оригінальні історії. Це нормально. Розвиток творчих здібностей дитини завжди йде від реальності, через активізацію, насамперед, уяви, що відтворює. Настане час і для справжніх творчих фантазій [22, 34].

Психологи стали використовувати пісок в своїй практиці майже 100 років тому. Теоретичною основою роботи з піском вважається техніка активної уяви К. Юнга. Автором методу «Пісочна терапія» визнана швейцарський юнгіанській аналітик Дора Кальфф. Вона розглядала картину, створену дитиною на піску, як відображення його душевного стану. На її думку, це ігровий спосіб розповісти про свої проблеми, показати свої страхи і позбутися від них, подолати емоційну напругу.

Ігри з піском є ефективним засобом всебічного розвитку дітей у цілому і творчих здібностей зокрема. Багаторічна практика свідчить, що ігри з піском позитивно впливають на емоційне благополуччя дітей. А з огляду на те, що це найулюбленіші ігри дітей, дорослі, повинні максимально використовувати їх з розвивальною, навчальною та корекційною метою [55].

Таблиця 2.1

Вправи з піском для дошкільників

Вправа	Опис
Знайомство	Мета: ознайомити дітей з матеріалом і його властивостями. Учасники повинні встати навколо пісочниці. Педагог пропонує всім занурити руки в пісок, погладити, доторкнутися до нього, пересипати з долоні на долоню. Попутно вихователь повинен пояснити малюкам правила ігор в пісочниці
Весела історія	Вихователь викладає в пісочниці фігурки в певному порядку. При цьому розповідає історію про ці фігурках. Потім ховає їх в пісок. Діти повинні відшукати фігурки, розкласти їх в тому ж порядку і переказати історію. Гра сприяє розвитку уваги, зв'язного мовлення. Зміцнює зв'язки в колективі

Продовження таблиці 2.1

Моє місто	Педагог пропонує хлопцям побудувати своє місто в пісочниці так, як вони його представляють. Вправа сприяє розвитку фантазії
Придумай казку	Вихователь пропонує дітям придумати свою власну казкову історію. Для гри використовуються фігурки казкових персонажів, дерев і тварин. Також педагог може намалювати образи вигаданих героїв, які діти будуть використовувати у своїй казці. Вправа розвиває мовну діяльність, активізує уяву, сприяє зняттю психоемоційного напруження
Чарівний круг	Педагог пропонує хлопцям викласти коло з камінчиків, намистин і т. д. Кожній дитині надають по кілька каменів, які він повинен буде вкласти в загальне коло. Мета заняття: корекція гіперактивної поведінки, рефлексія
Пісочна картина	Дитина малює (пальцем, пензликом) в пісочниці картину і пояснює іншим хлопцям, що саме він намалював. Мета гри: розвиток мови, зміцнення дружніх зв'язків в колективі, активізація спілкування

Так як пісок є природним екологічно чистим матеріалом, він стає все більш популярний в дитячих установах. Ігри з піском відносяться до зберігаючих здоров'я технологій, спрямованої на збереження і стимулювання стану малюка.

Мета пісочної терапії – не змінювати і переробляти дитину, не вчити її якимось спеціальним поведінковим навичкам, а дати можливість дитині бути самим собою. Можливість самовираження в пісочній терапії не обмежена словами. Особливо це може допомогти дітям, які ще не відчувають себе невимушено в світі слів. Створюючи сама або за допомогою дорослого свій світ на піску, дитина відчуває себе чарівником: вона не боїться щось міняти, ламати старе або будувати нове, саме цьому треба повчитись і дорослому [58].

Знайомство з піском по методу Sandplay - ігри для маленьких дітей. Для цього слід запропонувати дітям виконати наступні дії з піском:

- Поковзатись долонями по піску зигзагоподібно, круговими рухами, як санки, як змійки.

- Зробити ті ж рухи ребрами долонь і обговорити з дитиною різницю в відбитках, постаратися дати дитині можливість самому пояснити, в чому різниця. Тут головне не поправляти дитину, не нав'язувати йому свої думки, а, навпаки, всіляко заохочувати і хвалити її.

- Набрати пісок в долоньки і висипати його тонкою цівкою, промовляти відчуття, які відчувають при цьому. Зробити це правою, потім лівою долонькою, потім обома відразу.

- Закопати долоньки в пісок і потім «знайти» їх. Все це проробляється в ігровій формі. Задається питання «Куди поділися наші ручки?», А потім радість від того, що ручки знайдені.

- Розкрити долоню покласти на пісок і закрити очі. Потім дорослий насипає пісок на пальчик, а малюк повинен вгадати, на який палець насипаний пісок, і поворухнути їм, як би вітаючись з піском.

- Пробігтися пальчиками по піску, залишаючи на ньому сліди. Або пограти на піску, як на піаніно. Все це потрібно проробляти з коментарями.

Вправа-гра «Незвичайні сліди» розвиває тактильні відчуття і уяву. Ідеальним місцем проведення є пісочниця або пісочний пляж. Хід гри: «Йдуть ведмежата» – дитина кулачками і долонями з силою натискає на пісок. «Стрибають зайці» - кінчиками пальців дитина вдаряє по поверхні піску, рухаючись в різних напрямках. «Повзуть змійки» – дитина розслабленими / напруженими пальцями рук робить поверхню піску хвилястою (в різних напрямках). «Біжать жучки-павучки» – дитина рухає всіма пальцями, імітуючи рух комах (можна повністю занурювати руки в пісок, зустрічаючись під піском руками один з одним) [41].

1.3.2. Загальні уявлення про Музикотерапію та механізми впливу на дитину

Музикотерапія - це контрольоване використання музики в лікуванні, реабілітації, освіті та вихованні дітей і дорослих. Музикотерапія є одним з найдавніших методів лікування. Музикою можна регулювати свій душевний стан, а можна зцілювати і фізичні недуги. Сама людина є унікальною системою коливальних рухів (вібрацій). Будь-якому органу і системи нашого організму в здоровому стані притаманне особливе поєднання гармонійних коливань, просто кажучи - ноти. Коли людина захворює, в мелодії його тіла звучать фальшиві ноти.

Музикотерапія є більш давньою та розвинутою формою арт-терапії, оскільки зв'язок між музикою та медициною сягає початку людської історії.

Писали про цілющу силу музичної дії і античні філософи Піфагор, Аристотель, Платон, Плутарх. Піфагор взагалі рекомендував музику як панацею для тіла і душі.

Вражає і музикотерапевтична практика в історії.

Тадеуш Натансон (педагог і композитор, автор книги про музичну терапію) писав, що вже древні єгиптяни, греки й римляни знали та цінували лікувальну дію музики на функціональну активність людини, тому використовували її під час цілительних обрядів. В Стародавній Індії музика використовувалася як спосіб загоєння ран, отриманих на полі битви. Авіценна лікував музикою психічно хворих. Гіппократ зціляв нею безсоння і епілепсію. Римський лікар Гален рекомендував використовувати музику як протиотруту від укусів змій. Ескулап – при емоційних розладах. Древньо-китайські лікарі вважали, що музикою взагалі можнавилікувати будь-які хвороби і навіть виписували музичні рецепти для впливу на той чи інший хворий орган.

У XVIII столітті вплив музики з великим інтересом вивчався медичними дисциплінами (першою нею зацікавилася психотерапія). А під час Другої

світової війни музика була визнана терапевтичним засобом, що мало велике значення для її розповсюдження, у тому числі в освітніх закладах.

Показовою є історія з життя відомого актора Жерара Депардьє. В юності актор сильно заїкався і ніякі методи лікування не допомагали. Відомий лікар Альфред Томатіс (був першим, хто виявив, що дитина починає чути вже на 16-тому тижні вагітності) порадив Депардьє по 2 години на день слухати музику Моцарта, і через кілька місяців заїкання пройшло.

До теперішнього часу музична терапія набула поширення в усьому світі, де вона вже з середини ХХ ст. розвивається як окрема індустрія. Швидкому розповсюдженню музичної терапії сприяє системна криза медичної допомоги, загальний негативний соціальний фон.

У США музика Моцарта офіційно застосовується в якості методики лікування та розвитку інтелектуальних здібностей у дітей.

Музика надає велику свободу у прояві своїх емоцій, тому що володіє всією палітрою різноманітних виражальних засобів, що реалізуються через звуки, в яких переважають ті чи інші почуття [31].

Музика є універсальною силою, що діє на людину комплексно, незалежно від віку, освіти чи соціального статусу. Музика зближує нас з енергією природи, яку ми пізнали ще не до кінця! До того ж вона дозволяє розблокувати емоції без допомоги лікаря чи психотерапевта. У свою чергу, спів і танець протягом віків є найкращою формою терапії, ефективно вивільнюючи в нас радісні та прекрасні сторони особистості.

Музикотерапія - це один із самих безпечних і доступних способів лікування і запобігання багатьох захворювань.

Правильно підібрана музика здатна поліпшити обмін речовин, привести в норму ритм дихання, тиск, пульс і в цілому зробити благотворний вплив на весь організм.

Наш мозок сприймає музику обома півкулями одночасно: ліва півкуля відчуває ритм, а праве – тембр і мелодію. Музика здатна впливати на психічний та фізичний стан людей.

Музика здатна прямо впливати на наше тіло. Нервова система та м'язи, наприклад, можуть навчатися ритму. Як часто ми починаємо танцювати чи плескати у долоні, не помічаючи, що грає ритмічна мелодія? А коли ви включаєте тиху, мелодійну музику, ваше серцебиття гармонізується, дихання поглиблюється, а мозок розслаблюється. Такий фізіологічний вплив музики на організм може підвищити концентрацію, увагу та зосередженість.

Класична музика може відновити рефлекси новонародженого. Тому лікарі рекомендують майбутнім мамам слухати Моцарта по кілька годин на день та класичні твори у перші кілька місяців життя. Якщо, наприклад, немовля постійно слухає музику, він раніше за інших вимовляє свої перші звуки і слова, оскільки музика сама стимулює його ворухити язичком, активізуючи при цьому розумову діяльність і спонукаючи до спілкування.

Музична терапія включає такі техніки, як прослуховування, роздуми і створення музики для поліпшення здоров'я і благополуччя людини. Занурення у музику може дозволити людям легше виразити себе, визначити та переробити складні переживання, розвинути соціальні та комунікативні навички чи просто знайти емоційну розрядку.

Ця практика проводиться під керівництвом сертифікованого музичного терапевта та може проходити в індивідуальній чи груповій обстановці. Вона часто використовується у поєднанні з іншими видами терапії чи лікарськими препаратами.

Музична терапія може застосовуватися при різних захворюваннях як у дорослих, так і у дітей. Ця практика може допомогти людям, які страждають від тривоги, депресії та травм, виявити чи виразити глибинні джерела болю. Люди з аутизмом можуть покращити здатність до спілкування та соціалізації завдяки структурованій обстановці, заняттям та взаєминам у рамках музичної терапії.

Ця терапія також практикується з пацієнтами психіатричних клінік та хоспісів, а також з їхніми опікунами.

Музична терапія може бути особливо ефективна для людей з хворобою Альцгеймера, недоумством та ушкодженнями мозку внаслідок інсульту або травматичного ушкодження мозку. Музичний досвід – зокрема, виконання пісень з минулого – може відкрити вікно для самовираження та емоційного усвідомлення, тимчасово дозволяючи цим клієнтам виразити себе, усвідомити свої емоції та встановити зв'язок зі своїми близькими.

Після первинної оцінки терапевт підбирає техніку відповідно до конкретних потреб клієнта. Одним із підходів є створення музики - спів ностальгічної мелодії зі свого дитинства, спів у хорі або імпровізація на таких інструментах, як барабани, фортепіано, гітара або дзвіночки.

Якщо клієнт може обговорювати переживання, терапевт може запитати, що нагадують йому звуки чи що він відчуває. Пара може разом послухати пісню та обговорити емоції та спогади, які вона викликає. Або клієнт може написати пісню, яка може висвітлити характер чи конфлікт у житті або дати катарсичну розрядку. Терапевт може залучити клієнта до дихальних вправ під музику або без неї, щоб зняти напругу і заспокоїти тривогу.

Всі ці вправи дозволяють терапевту та клієнту досліджувати психологічні, сімейні, соціальні, культурні та духовні компоненти внутрішнього світу людини. При цьому клієнтам не потрібно мати музичну підготовку чи таланти; практика не фокусується на технічній майстерності, а використовує музику як інструмент для роздумів та спілкування [32].

Люди давно оцінили цілющу та катарсичну силу музики. Музика зачіпає первісне почуття ритму, яким ми всі володіємо. Але сучасна музична терапія, за даними Американської асоціації музичної терапії, розпочалася після Другої світової війни. Коли громадські музиканти відвідували госпіталі, щоб виступити перед ветеранами, солдати, здавалося, покращували свій фізичний та

емоційний стан, що зрештою спонукало установи найняти професіоналів для цієї роботи.

Музична терапія продовжує практикуватися в лікарнях, додаючи терапевтичний шар для пацієнтів, які госпіталізовані через хворобу або травму. Вона може допомогти пацієнтам впоратися з емоційною травмою та фізичним болем або відчутти себе більш впевненими, радісними та пов'язаними. Поза клінічними умовами люди все ще можуть користуватися цими перевагами, оскільки музика може викликати емоції, спонукати до дискусії, сприяти самовираженню та знижувати стрес.

Ця сила зберігається і за деменції чи пошкодженні мозку. Музика обробляється і виробляється іншим шляхом, ніж вербальна мова. Обхід цього шляху дозволяє пацієнтам висловлювати себе, спілкуватися з близькими і сприймати світ живіше [32].

Механізми впливу музики на дитину

Головна мета музикально-терапевтичної діяльності дітей дошкільного віку полягає у наступному:

- допомога в загальному розвитку;
- покращення моторики;
- стимуляція ефективності розумової праці, пізнавальної діяльності, розвиток почуттів, уваги та пам'яті;
- стимулююча дія на естетичний розвиток;
- творчий та емоційний розвиток, який завдяки поєднанню музики, пластики та поезії дозволяє повною мірою використовувати потенціал маленької людини;
- задоволення природної потреби дітей у навчальних розвагах;
- заохочення активних занять музикою, співом, грою на музичних інструментах;
- надання можливості для вільного самовираження, власної вербальної, рухової, вокальної та емоційної експресії;

- зняття емоційної напруги;
- підвищення віри у власні можливості та самооцінки;
- розблокування почуттів і розкриття емоцій чи напруги;
- розрядка, ліквідація різних негативних емоцій і розвиток позитивних емоцій;
- заспокоєння, розслаблення, стан відпочинку або, навпаки, активації;
- допомога у позбавленні від стресу;
- ліквідація агресії [35].

Вивчаючи музику в процесі гри, діти роблять відкриття про себе та навколишній світ, розширюють словниковий запас і розвивають важливі навички читання та математики, а також зміцнюють свої соціальні та емоційні навички. Знайомство з музикою в ранньому віці також сприяє розвитку дітей, здатності грати і цінувати музику.

Для покращення зорово-моторної координації, розвитку дрібної та великої моторики та багато іншого існують п'ять причин, з яких музика важлива для розвитку дітей молодшого дошкільного віку, згідно з даними Карнегі-холу, концертного залу в Нью-Йорку.

1. Музика розвиває дрібну та велику моторику. Заняття музикою, особливо за допомогою постукування, ляскання та руху, можуть сприяти розвитку дрібної та великої моторики! Прості пісні у поєднанні з грою можуть сприяти розвитку координації мозку та тіла. Всі ці заняття допомагають встановити важливі зв'язки у мозку в цей важливий період розвитку.

2. Музика зміцнює близькість. Близькі відносини значно впливають на розвиток дитини, і музика може підтримати ці близькі відносини. Наприклад, спів колискових пісень немовлятам - чудовий спосіб налагодити стосунки. Дослідження показали, що немовлята спокійно слухають колискову вдвічі довше, ніж дитячий лепет чи мову дорослих! Коли вихователі співають колискові, змінюючи висоту тону, інтонацію та текст, щоб заспокоїти та розслабити дитину, вона також відчує почуття безпеки та турботи.

3. Музика розвиває комунікацію та уяву. Колискові та звукові ігри допомагають немовлятам розвивати нейронні шляхи, необхідні для того, щоб слухати та говорити. Немовлята, які чують звернену до них мову, зазвичай більше лепечуть і набувають більшого словникового запасу до ясельного віку. Діти легко і швидко наслідують музику та звуки, які вони чують, щоб зрозуміти і осмислити навколишній світ.

4. Музика створює почуття власності. Музика має здатність зміцнювати спільність та належність. У своїх будинках діти відчують зв'язок зі своїми сім'ями та громадами, коли чують акценти, пісні та історії. Наприклад, у США кожна четверта дитина має хоча б одного батька-іммігранта. У зв'язку з цим дошкільні заклади об'єднують будинок та освіту. У дошкільному віці маленькі діти повинні дізнатися і пережити поняття "приналежність" та "бути чужим". Коли педагоги включають музику і звуки кількох культур, діти можуть рано відчуті інклюзивний і взаємопов'язаний світ.

5. Музика робить дітей щасливими. Жива музика хвилює нас, дорослих, але ще більше вона хвилює малечу! Відомо, що жива музика викликає щастя та захоплення у тих, хто її слухає. Музика навіть може захистити нас від хвороб. Приготування знайомих страв, святкування свят, виконання улюблених музичних та танцювальних композицій – це спосіб відкрити для дітей можливість сміятися та жартувати, відчувати позитивні емоції, такі як захоплення, радість та прихильність.

Очевидно, що музика має безліч позитивних впливів не тільки на наше повсякденне життя, а й на розвиток дітей молодшого віку! Музика, а саме: колискові, пісеньки, віршики для няні та багато іншого - допомагає встановити тісний зв'язок з дитиною, покращити її дрібну та велику моторику і вплинути на її спільне щастя. Як і мова, музика – це загальний, виразний, винахідливий, портативний спосіб бути разом. Якщо її використовувати, вона може стати потужною силою у житті маленьких дітей та сімей.

Дитячий організм більш чутливий до всіх видів впливів і класична музика є воістину цілющим засобом, яке здатне зробити дитину здоровішою.

Особливий вплив справляє музика на психічний стан дитини. Можна зібрати колекцію улюблених творів, які діють заспокійливо або піднімають настрій, і включити їх до прослуховування в дитячий розпорядок дня. Такі емоційні розвантаження сприятимуть релаксації, відновленню сил, гарному настрою та самопочуттю, розвитку уяви [42].

У музичній «аптеці» обов'язково повинні бути Моцарт, Бетховен, Бах, Шуберт, Шуман, Чайковський. Класична музика діє розслаблююче, знімає втому, заспокоює, покращує настрій і сон, підвищує здатність до інтелектуальної діяльності і навіть зміцнює імунний захист організму.

Класика має відновлювальні властивості

- Чому з-поміж усіх творів треба віддавати перевагу класичній музиці? - Високочастотні звуки (спів птахів, класична музика, колискова матері) мають творчий вплив, низькочастотні (крик, шум вулиці, рок) - руйнівний. У ході експерименту вчені виявили, що за сприятливим впливом на дитину лідирують колискова матері та класична музика (1 і 3 місце), а дитячі пісеньки посідають тільки 7 місце.

Класична музика має чудодійну відновлювальну властивість. Адже її виконують на інструментах, вироблених із натуральних матеріалів, вібрація яких і створює цей гарний, заспокійливий тон. Але головне все ж таки те, що класична музика досконала в усіх аспектах. Мелодія, ритм, гармонія, духовність, ідея... Тільки класична музика робить не точковий вплив на кору головного мозку, а впливає на всі його ділянки. Можна сказати, що вона буквально «дихає» в унісон із центральною нервовою системою людини – і структурує (очищує від перекручувань на інформаційному рівні) весь рідинний склад організму, адже людина складається на 80% із води.

Найчастіше потрібна спокійна музика, тому що в наш час навіть маленькі діти залучені в гонку під назвою життя. Для одержання відчутнішого

лікувального ефекту рекомендується використовувати радісну музику. Радісні емоції швидше за все здатнівилікувати людину (дитину) від будь-яких хвороб.

Добре, якщо діти частіше слухатимуть веселу класичну музику з дитячих альбомів Чайковського, Дебюссі, Хачатуряна, Свиридова, Сен-Санса, Мусоргського... зі звуками природи.

Терапевтична дія надає також спеціальна музика - записи природних звуків (шум прибою, дзюрчання струмочка, шелест листя, шум дощу, стрекотіння цвіркунів) у поєднанні з класичною, гітарною, мелодійною інструментальною музикою, дзвоном.

Дуже корисно слухати аудіозаписи з композиціями, складеними зі співу птахів у поєднанні з класичною музикою, церковним співом. Вчені встановили, що пташиний спів допомагає заспокоїтися, розслабитися, протистояти стресу і багатьом нервовим розладам, нормалізує всі біологічні процеси в організмі.

Найбільший лікувальний ефект для серця відзначається при прослуховуванні струнних інструментів - скрипки, віолончелі, альти, гітари, арфи. Барабан нормалізує серцевий ритм. Орган гармонізує енергетичний потік в хребті, приводить в порядок розу. Найбільший позитивний вплив на легені і бронхи надає флейта. Корисно слухати трубу, тромбон та інші мідно-духові інструменти. Лікувальна дія на печінку і жовчний міхур надає барабан, цимбали, ксилофон, дерев'яно-духові інструменти (кларнет, гобой, ріжок, флейта). Фортепіано, віолончель впливають на нирки і сечовий міхур (фортепіано впливає ще й на щитовидну залозу); барабан, кларнет - на кровоносну систему; саксофон - на сечостатеву систему; металофон, дзвіночки - на кишечник.

Скрипка зцілює душу. Фортепіано гармонізує психіку. Ніщо так ефективно не знімає біль, як органна музика Баха.

Позитивний вплив органу важко переоцінити. Він увібрав в себе звуки багатьох інструментів і є найпотужнішим регулятором енергетики.

Симфонічний оркестр, поєднуючи гармонійне поєднання багатьох інструментів, здатний лікувати і підтримувати людину. Поєднання скрипки, фортепіано та гітари особливо улюблені маленькими дітьми.

Великий ефект можна отримати при грі самої дитини на музичних інструментах та предметах для видобування звуку: співаючих коробочках, келихах, пляшках з водою, дудочках, свистках та інше.

Проте ніяка музика не зрівняється за ступенем впливу з співом. Коли ми співаємо виникає звукова хвиля, 80% енергії якої йде на те, щоб привести наші внутрішні органи в стан вібрації. Людський голос – найкращий інструмент для створення цілющих звуків, тільки треба вміти ним користуватися.

Одним із варіантів може бути хорове виконання твору, що створить атмосферу довіри між дітьми. Спів дуже корисний також для фізичного розвитку дитини. Він є своєрідною гімнастикою, яка сприяє правильному росту грудної клітки, зміцнює дихальну і серцево-судинну систему, розвиває і тренує слух, а це в свою чергу є гарантія, що дитина буде чисто інтонувати будь-яку вокальну вправу чи уривок із пісні, а також свою хорову партію.

Участь у хорі приносить багато радості дітям. Процес співу – координована робота всього організму, в основі якої лежить діяльність кори головного мозку разом з периферійною нервовою системою. Співає весь організм. Ось чому порушення в будь-якому організмі тіла, зміна настрою, загальна втома, багато інших факторів впливають на звучання голосу.

Сьогодні навіть трирічний малюк знає, як поводитися з комп'ютером, як включити музику, може сам вибрати, що слухати. Але до класичної музики діти в переважній більшості байдужі. Як же прищепити дитині інтерес до неї? Адже хочеться, щоб малюк прилучався до великого і перевіреного часом мистецтва, а не до трьох акордної примітивної музики [33].

Фахівці радять не нав'язувати серйозну музику дитині, а знайомити з нею природньо, «ненастирливо».

«Сеанси» слухання музики під час звичайних музичних занять можливі лише двічі на тиждень – за розкладом. Проте бажаного терапевтичного ефекту можна досягти лише за умов щоденного їх проведення. Для цього музичний керівник має тісно співпрацювати з вихователями та рекомендувати їм здійснювати музично-терапевтичний вплив:

- під час занять у групі;
- самостійних ігор;
- корекційно-лікувального процесу;
- засинання;
- пробудження;
- музикотерапевтичних хвилинок.

Варто зауважити, що музикотерапія підійде не лише дітям з певними фізичними та емоційними розладами, розладами поведінки, а цілком здоровим дітям - для їхнього гармонійного розвитку.

Музика має сильний комунікативний початок, має найширший комунікативний потенціал. Потужною формою оздоровлення є релаксація, яка необхідна та ефективна на заняттях з музичного виховання, допомагаючи поживати дихання, зняти напругу, зменшити перевтому та підготувати дитину до прослуховування музичного матеріалу. Коли дитина слухає музику природи: шум струмка, спів птахів, шум вітру, шум морських хвиль, шелест листя та вітру, вона розслаблюється, знаходить задоволення, відволікається від зовнішніх думок і відпочиває.

Відомі композитори С. Прокоф'єв, Д. Шостакович, Д. Кабалевський, М. Красєв, В. Герчик, М. Раухвергер, В. Тиличєєва, А. Філіппенко та багато інших створили золоту основу музичних творів для дітей, різноманітних за жанром, тематикою та музичними образами. Музичні твори пробуджують у дітей прекрасне ставлення до суспільних явищ. Через музику діти дізнаються про життя та діяльність свого народу, про історичні особистості, про поняття батьківщини, іншими словами, музика допомагає розвинути почуття

патріотизму. Музика робить рухи більш точними та ритмічними. Це покращує якість ходьби та бігу та вчить правильній поставі. Зміни в динаміці та темпі музики також призводять до змін у ритмі, впливаючи на його швидкість та напруженість. Спів формує голос, розвиває координацію голосу та слуху, робить голосові зв'язки дитини гнучкими – свого роду дихальна гімнастика. Музика викликає у дітей позитивні емоції, які благотворно впливають на їхню нервову систему [33].

Підготувати дітей до школи – значить навчити їх бути активними, творчими та свідомими. Цьому сприяє добре організована робота у дитячому садку та в сім'ї з розвитку самостійної художньої діяльності – драматичної, освітньої та музичної. Концерти, театри та музеї мають регулярно пропонуватися батькам та дітям!

І тоді наші діти виростуть інтелектуально багатими, цікавими та яскравими особистостями!

Використання музикотерапії у психологічній практиці

Рух у такт з музикою активізує працю нервової системи дитини, інтенсифікує діяльність головного мозку, гармонізує психічну діяльність, стимулює фізичний і психічний розвиток. Це відбувається тому, що людина отримує враження через усю м'язово-нервову систему.

Поради з музикотерапії:

Під час прослуховування мелодії вимкніть мислення, повністю віддавайтеся звуковому потоку і тим відчуттям, які у вас виникають. Якщо в голову приходять якісь образи, то просто спостерігайте за ними.

Коли ви вже звикнете лікуватися музикою, починайте спеціально уявляти собі образи природи або якісь приємні події: лісові галявини, піщані береги біля блакитного озера або соковиті луки – словом, все, щоб відчувати себе комфортно і захищено. Якщо виникла картина, яка вам не подобається, просто подумки встаньте і підіть з цього місця в інше, приємне. Навчайте цим нехитрим прийомам малюка. Якщо під час занять вам спадає на думку образ

певного кольору і він вам подобається, то подумки підсильте цей колір. Уявіть, що цей колірний потік заповнює весь ваш уявний простір і вас – зсередини і ззовні, очищає ваші органи і забирає всі ваші хвороби далеко-далеко ... в нескінченність.

За допомогою музики ви також можете виявити і обдумати свої проблеми. Закрийте очі і зосередьтеся на відчуттях. Яка музика вам зараз найбільш приємна – енергійна або спокійна? Виберіть її. Злийтеся з нею всією душею, пливіть по хвилях вашої уяви. Під час сеансу ви можете побачити образи, а іноді і події вашого життя, часом ті, яким ви не надавали значення. Якщо вони в цей момент спливають з вашої пам'яті, подумайте, чому. Може, ви просто відклали рішення якоїсь складної ситуації на потім?

При прослуховуванні музики потрібно мати на увазі, що музична терапія протипоказана:

- дітям з схильністю до судом;
- дітям у важкому стані, що супроводжується інтоксикацією організму;
- дітям, хворим отитом;
- дітям, у яких різко наростає внутрішньочерепний тиск.

Ні в якому разі не можна давати маленьким дітям слухати музику через навушники! [35]

Музика для зменшення агресивності, корекції неслухняності. Така музика використовується в якості засобу корекції порушень в емоційній сфері, поведінці, при проблемах спілкування (агресії, неслухняності), а також при різних психологічних захворюваннях. Музичні твори надають позитивний вплив на дитячий організм, сприяє загальному оздоровленню, поліпшенню самопочуття, підняттю настрою.

Серцево – судинна система помітно реагує на музику, доставляє задоволення і створює приємний настрій. В цьому випадку уповільнюється пульс, знижується артеріальний тиск, розширюються кровоносні судини. За

допомогою впливу вібрації звуків створюється енергетичні поля, які змушують резонувати кожен клітин організму.

Дані музичні композиції урівноважують занадто збуджених малюків, знімає психічне напруження, нормалізує адекватну поведінку. Тривалість прослуховування в якості фону 15-30 хвилин, із заплющеними очима погойдуватись, стоячи в колі та тримаючись за руки – тривалість 5 хвилин, сидячи на килимі, або на стільчиках, уважно слухаючи музику – 10 хвилин.

Музика для розуму. Дитячий організм більш чутливий до всіх видів впливів і класична музика є воістину цілющим засобом, яка здатна не тільки зробити дитину здоровішою, але і розвинути його розумові здібності.

Визнано, що найкорисніша музика у Моцарта. Були проведені дослідження, які показали, що навіть короткочасне прослуховування творів Моцарта підвищує показники інтелекту. Цей феномен так і назвали «ефект Моцарта».

Ця розумна музика підвищує розумову працездатність і швидкість засвоєння нового матеріалу. Досягається це за рахунок «влучення» в музику специфічних аудіосигналів, що підвищують рівень бадьорості і прискорюють обмін інформацією між півкулями мозку. Чудова фортепіанна музика Моцарта здатна викликати справжній зліт творчої працездатності. Неодноразово музикою Моцарта користувався знаменитий фізик А.Ейнштейн.

Використовується ця музика з тихою динамікою під час занять по ліпленню, малюванні, аплікації, конструюванні і безпосередньо перед заняттям з математики, грамоти, розвитку мовлення. Дітям дають прослухати 5 хвилин музику «Енергія мозку», а також під час самостійних творчих завдань [60].

Музика для гри. Малюки самостійно граються? Можна поставити в цей час диск з музикою Моцарта чи Чайковського, і нехай дитина грає під тихе звучання класичних мелодій. Спочатку класична музика повинна стати для дитини комфортним звуковим фоном.

Ця музика пропонує дітям уривки різнохарактерних музичних творів – повільних і швидких, сумних і веселих. Таке чергування нагадуватиме своєрідну гру настроями, емоціями, образами, що дуже подобається дітям, утримує їхню увагу. Окрім того, це ознайомлення дітей з різнобарвною класичною музикою. Серед музичних композицій є і уривки дитячих опер, таким чином діти слухають красивий оперний голос співаків.

Музика для засинання. А щоб діти швидко заснули і бачили хороші сни треба тихо послухати спокійний збірник класиків у ліжечках. У дитячих садочках цей метод музикотерапії повинен бути ритуалом до сну. Дана музика знімає напругу, стомлення, нормалізує ритм дихання, пульс. Розслаблюючим ефектом являється звук флейти, скрипки, фортепіано. Заспокійливою дією володіють звуки природи (шум моря, лісу) [57].

Основний критерій добору музичних творів даного збірника – пом'якшувальний і гармонійний вплив. Темп музики – плавний, повільний, заспокійливий. Прослуховується фрагменти голосів пташок, тварин, моря, вітру, які викликають сприятливі асоціативні спогади, образи природи. На релаксацію ефективно діють ранкові хори пташок у лісі, шум моря чи лісу. Це заспокоює дітей та відновлює їхню працездатність. Тривалість музичних композицій – 30 хвилин.

Музика для здоров'я та релаксації. Дана музика поліпшує зір, являється лікувальною проти головної болі. Її можна використовувати в офтальмонологічному кабінеті при корекційно – лікувальних вправах, а також для гіперактивних дітей у повсякденному житті садочка.

Дітям потрібно вміти розслаблятися, так само як і дорослим. Іноді вони бувають дуже напружені фізично і емоційно – це призводить до роздратуванню та ірраціональної поведінки. Отже дуже важливо допомагати їм знімати напругу.

Тривалість проведення релаксації становить 15-20 хвилин. Під час релаксації діти можуть лягти на килимок, або прийняти будь – яку зручну позу. Тут будуть корисні нахили і потягування тіла.

Музика для пробудження. Педагог вмикає уже знайому дітям легку приємну мелодію, яка ненав'язливо входить у свідомість малюків, полегшує їхнє прокидання.

Вихователь ніжно промовляє: ...«Хто так солодко тут спить? Треба прокидатися. Оченята відкривати і зарядку починати.

На прокидання (повільне, для кожного - індивідуальне) можна дати близько 10-12 хв. Гімнастику пробудження треба починати лише після того, як усі вже вийшли зі сну. Подушки і ковдри прибирають або складають так, щоб не заважали рухам дітей. Музику вмикають голосніше, але не дуже гучно. Вихователь стає так, щоб його було добре видно всім. Комплекс потрібно виконувати у повільному, спокійному, плавному темпі так, ніби "мажемо полотно пензлем".

Триває гімнастика 8-15 хв. із поступовою активізацією життєвого та емоційного тону. Гімнастика закінчується ходьбою по корекційній «доріжці здоров'я» [33, 35].

1.3.3. Танцювально-рухова терапія та вплив на розвиток творчих здібностей дітей

Танцювальна терапія - це вид психотерапії, у якому рух використовується для соціального, когнітивного, емоційного та фізичного розвитку людини. Танцювальні терапевти працюють з людьми, які мають різні емоційні проблеми, інтелектуальні відхилення та небезпечні для життя захворювання. Вони працюють у психіатричних лікарнях, дитячих садках, центрах психічного здоров'я, в'язницях, спеціальних школах та займаються приватною практикою.

Вони працюють з людьми різного віку в рамках групової та індивідуальної терапії. Деякі з них також займаються дослідженнями [13].

Танцювальні терапевти намагаються допомогти людям розвинути навички спілкування, позитивне самосприйняття та емоційну стабільність.

Танцювальна терапія зародилася як професія у 1940-х роках завдяки роботі Меріан Чейз. Сучасна танцівниця, вона почала викладати танці після закінчення своєї кар'єри в школі танців та суміжних мистецтв Денішоун у 1930 році. На своїх заняттях вона помітила, що деякі з її учнів більше цікавляться емоціями, які вони виражають під час танцю (самотність, сором'язливість, страх тощо), ніж механікою рухів. Вона почала заохочувати їх, наголошуючи більше на свободі рухів, а не техніки.

Згодом лікарі у громаді почали надсилати до неї пацієнтів. Серед них були антисоціальні діти, люди з проблемами руху та психіатричними захворюваннями. Зрештою, Чейз стала частиною персоналу Червоного Хреста у лікарні Святої Єлизавети. Вона стала першим танцювальним терапевтом, ухваленим на офіційну посаду федеральним урядом. Чейз працювала з емоційно нестабільними пацієнтами лікарні Святої Єлизавети та намагалася налаштувати їх на спілкування з іншими людьми через танець. Деякі з них були шизофреніками, інші - колишніми військовослужбовцями, які страждають від посттравматичного стресового розладу. Успіх для цих пацієнтів означав можливість брати участь разом зі своїм класом у русі під ритмічну музику. "Ця ритмічна дія в унісон з іншими призводить до відчуття добробуту, розслаблення та гарного спілкування", - сказала одного разу Чейз.

Згодом Чейз пройшла навчання у Вашингтонській школі психіатрії та почала приймати рішення про лікування своїх пацієнтів разом з іншими членами медичної команди лікарні Святої Єлизавети. Її робота залучила багатьох послідовників, і перші інтерни танцювальної терапії почали вивчати та викладати танцювальну терапію у лікарні Святої Єлизавети у 1950-х роках. [14]

Інші танцюристи також почали використовувати танцювальну терапію у 1940-х роках, щоб допомогти людям почуватися більш комфортно із собою та своїм тілом. Серед цих танцюристів були Труді Шуп та Мері Уайтхаус. Уайтхаус пізніше стала юнгіанським аналітиком та впливовим членом спільноти танцювальної терапії. Вона розробила процес під назвою "глибинний рух", який став продовженням її розуміння танцю, руху та глибинної психології. Вона допомогла започаткувати сучасну практику руху під назвою "автентичний рух". У цьому типі руху, заснованому на принципах юнгіанського аналізу, пацієнти танцюють свої почуття з приводу внутрішнього образу, часто такого, який може допомогти їм зрозуміти своє минуле чи поточні життєві проблеми. Одна з учениць Уайтхаус, Джанет Олдер, продовжила роботу Мері в галузі автентичного руху, заснувавши в 1981 році Інститут Мері Старкс Уайтхаус.

У 1966 році танцювальна терапія отримала офіційну організацію та визнання, коли було створено Американську асоціацію танцювальної терапії.

Колись танцювальну терапію відкидали як неефективне, "приємне" лікування, але зараз вона має велику повагу. Багато досліджень довели, що танцювальна терапія може бути ефективним інструментом, який допомагає людям подолати психологічні проблеми.

У дослідженні 1993 року люди з когнітивними порушеннями показали, що танцювальна терапія може значно підвищити їх функціональні здібності. У пацієнтів покращилася рівновага, ритмічне розрізнення, настрої та соціальна взаємодія.

У 1999 році пілотне дослідження 21 студента університету показало, що у тих, хто пройшов серію з чотирьох-п'яти групових сеансів танцювальної терапії протягом двох тижнів, значно знизилася тривожність на іспитах, яка вимірювалася відомим тестовим опитувальником тривожності. Після цього випробувані повідомили, що досвід танцювального руху був позитивним і допоміг психологічно розібратися в собі. Дослідники дійшли висновку, що

танцювальна терапія може бути ефективним методом лікування студентів, які страждають від надмірної тривожності на іспитах, і має бути вивчена надалі.

В іншому дослідженні танцювальний терапевт Донна Ньюман-Блюстейн повідомила про успішне використання технік танцювальної терапії з кардіологічними пацієнтами. На заняттях зі зниження стресу медичні працівники використовували методи танцювальної терапії для навчання усвідомлення тіла, релаксації, самовираження, творчості та співпереживання. За словами Ньюман-Блюстейн, методи танцювальної терапії допомогли пацієнтам впоратися з такими стресовими емоціями, як гнів, підвищили їхню самосвідомість, зробили їх більш розслабленими та допомогли їм емоційно адаптуватися до хвороби серця.

Танцювальна терапія може бути корисна широкому колу пацієнтів - від пацієнтів психіатричних клінік до хворих на рак та самотніх людей похилого віку. Танцювальна терапія часто є легким способом для людини висловити свої емоції, навіть якщо її переживання настільки травматичні, що вона не може про них говорити. Танцювальна терапія також може допомогти людям з фізичними вадами підвищити самооцінку та навчитися балансу та координації.

Танцювальні терапевти також працюють з людьми, які страждають на хронічні та небезпечні для життя захворювання, щоб допомогти їм впоратися з болем, страхом смерті та змінами в образі свого тіла.

Багато людей з такими захворюваннями вважають заняття танцювальною терапією способом розслабитися, на якийсь час відволіктися від болю і емоційних труднощів, а також висловити свої почуття.

Танцювально-рухова терапія виглядає по-різному для кожного залежно від почуття безпеки, доступу до тіла та особистого знайомства з автентичним виразом тіла.

На сеансі танцювальної терапії терапевт може:

- допомогти вам досліджувати та осмислити зв'язок між рухом та вашими емоціями;

- заохочувати відстеження тілесних відчуттів та дихання;
- допомагати вам у виконанні самовиразних та імпровізаційних рухів;
- пропонувати конкретні рухові або вербальні терапевтичні втручання для сприяння зціленню;
- допомогти вам переробити почуття, спричинені рухом [54].

Танцювальні терапевти можуть використовувати техніку, відому як дзеркальне відображення, яка полягає у копіюванні рухів іншої людини. Це може бути способом допомогти людям відчувати себе більш пов'язаними з іншими та розвинути почуття співпереживання.

Танцювально-рухові терапевти надають людям простір, де вони можуть відчувати запрошення, почуття вибору, схвалення і терпимість до внутрішніх відчуттів. Вони також пропонують співчутливі та підтримуючі способи відчувати почуття контролю та автономії у своєму тілі [56].

У чому може допомогти танцювально-рухова терапія? Танцювально-рухова терапія може бути використана для лікування низки фізичних та психічних проблем. Вона може бути корисною для підвищення самооцінки і може бути корисною для людей, які борються з проблемами образу тіла. Деякі стани, за яких вона може допомогти, включають:

- занепокоєння,
- комунікативні проблеми,
- депресія,
- невідповідне харчування,
- низька самооцінка.
- посттравматичний стресовий розлад.

Існують наступні переваги танцювально-рухової терапії:

Сприяє спокою: використовуючи зазначену терапію, терапевт може запропонувати стратегії, засновані на тілі, щоб підтримати систему зниженого регулювання, що дозволяє підвищити почуття спокою.

Самосвідомість: при лікуванні розладів харчової поведінки, розвиток самосвідомості може допомогти людям відчути себе більш пов'язаними з фізичними сигналами свого тіла. Акцент на тілі допомагає клієнту розвинути свідомість, необхідну для визначення фізичних та емоційних відчуттів голоду та ситості.

Навички подолання: танцювальна терапія може також бути способом формування навичок подолання труднощів, які можна використовувати поза терапевтичним середовищем. За підтримки терапевта можна використовувати рух та розуміння своїх рухових переваг для вивчення сильних сторін та сигналів стресу та дистресу.

Розвиток таких навичок дозволить вам розпізнавати зміни у вашому тілесному досвіді поза терапевтичним простором та використовувати їх як інсайт, якщо ви схильні до дезадаптивних переконань чи поведінки”.

Якщо ви боретеся з розладом харчової поведінки або іншою проблемою, що впливає на образ тіла, то здатність возз'єднатися зі своїм тілом, змінити стосунки з тілом, мати доступ до самовираження та переживати втілені стосунки має велике значення для стійкого одужання від розладу харчової поведінки. Танцювально-рухова терапія є унікальним методом, що сприяє досягненню цих цілей.

Що потрібно враховувати? Хоча танцювальна терапія може бути ефективним варіантом лікування, є кілька факторів, які слід враховувати, перш ніж ви вирішите, чи підходить вам танцювально-рухова терапія:

Комфорт та безпека. Для людей, які пережили травму, дуже важливо створити безпечний простір та рухатися повільно. Людина може бути не в змозі отримати доступ до тілесного досвіду через збереження почуття безпеки.

Терапевти також повинні звертати увагу на фізичні обмеження та обмеження здоров'я людини. Людина може бути крихкою, відчувати низький рівень енергії та медичні ускладнення через недоїдання. Тому подання або

вираження танцю або руху буде різним, і роль терапевта полягає в тому, щоб зустріти клієнта там, де він знаходиться, і реагувати відповідним чином.

Складні почуття. Люди, які борються з такими захворюваннями, як розлади харчової поведінки, часто відчують ворожість, провину чи відчуження від свого тіла. Танцювально-рухова терапія дає можливість по-іншому відчуті життя у своєму тілі, можливість екстерналізувати та висловити почуття, набуті більш глибокого зв'язку з собою і зрештою розвинути почуття вдячності та співчуття до себе та свого тіла.

Робота з кваліфікованим, сертифікованим лікарем танцювально-рухової терапії може допомогти вам сфокусуватися як на розумі, так і на тілесних процесах, а також отримати розуміння та інструменти для керування повсякденним життям.

Танцювально-рухова терапія використовується у цілому світі для людей різного віку [14, 15].

Танцювально-рухова терапія (ТРТ) для дітей

Для одних танець відомий як виконавське мистецтво, для інших – як спосіб фізичного навантаження чи спосіб захопити активну дитину, але як щодо танцю як терапії? Як щодо використання танцю як способу спілкування та самовираження дітей, коли традиційні форми спілкування ускладнені через поведінкові чи когнітивні проблеми?

Танцювальний рух - це терапевтична форма вправ, яка відмінно підходить не тільки для фізичного, але і для психічного та емоційного здоров'я. Музика сама по собі може бути дуже сильною. Вона може впливати на наш настрій та самопочуття, викликаючи спогади та інші емоційні переживання. Просто почувши пісню з нашого дитинства, ми можемо створити відчуття у всьому тілі, яке може миттєво вплинути на наш настрій та викликати спогади лише за кілька секунд. Коли танець чи будь-який рух відбувається під музику, це може створити для учасників стресовий, радісний, а іноді і цілющий момент, а також збільшити або випустити ендорфіни в мозок [13].

Танцювальна терапія – це вид арт-терапії, який використовує рух для розвитку соціального, когнітивного, емоційного і фізичного життя людини.

Основне завдання танцювальної терапії – спонукання до виразних спонтанних рухів, завдяки здійсненню яких розвивається рухливість не лише фізична, але і емоційна і чуттєва. Вона спрямована на розвиток усвідомлення власного тіла, створення позитивного образу тіла, розвиток навичок спілкування, дослідження почуттів і набуття групового досвіду. У дітей значно посилюється відчуття власної гідності, підвищується рівень самооцінки, розвивається групова взаємодія (спільна робота, невербальне спілкування один з одним, гра в ритмічних діях, експериментування з жестами, позами і рухами) [37].

Танець - найдавніша форма вираження почуттів та емоцій, а як форма спілкування танець з'явився в людському суспільстві набагато раніше мови. У кожній культурі на нашій планеті танець залишив великий слід, з його допомогою святкувалися важливі події, передавалися сакральні таємниці і навіть виліковувалися хвороби. Танцювальне або танцювально-рухова терапія використовує довільні і хореографічні рухи для вирішення емоційних, душевних і фізичних проблем. Сила танцю здатна не тільки підняти настрій, але і знайти втрачену гармонію у відносинах з оточуючими, з самим собою і своїм тілом.

Танцювально-рухова терапія має психологічну основу і спирається на вчення К. Юнга, який вважав, що тіло і душа взаємопов'язані на стільки, що за властивостями тіла можна судити про стан душі і навпаки.

Рух краще за все виражає людське "Я" і, роблячи гнучким тіло, ми робимо гнучкою і душу. Спонтанний рух точно передає емоції, недарма мова жестів може розповісти про людину те, що вона намагається приховати, боїться або не може висловити. Через рух у танці матеріалізуються несвідомі сторони особистості, і це дає можливість возз'єднатися із втраченими частинами себе. Будь-яке людське переживання веде за собою напругу певних груп м'язів.

Невиражені емоції «застряють» всередині людини і утворюють емоційні і м'язові блоки, так званий панцир. Танець допомагає звільнитися від затискачів і висловити накопичені емоції. Зняття м'язових блоків дозволяє енергії безперешкодно струмувати по тілу і дає приплив нових сил. На заняттях танцювальною терапією не важливо як дитина рухається, а те, що вона відчуває. Тіло розглядається не як даність, а як еволюціонуючий процес, але ідеальної моделі тіла не існує [56].

Те, що тіло і душа людини пов'язані між собою, не є ні для кого секретом, саме на цьому принципі і будується робота танцювальної терапії. Психічні і емоційні проблеми часто стримуються в тілі у вигляді м'язового напруження і скованих рухів. Крім того, фізичний стан тіла може також впливати і на почуття людини, як позитивно, так і негативно. Танцювальна терапія призначена для вирішення різних проблем. Рух в групі допомагає самотнім і ізольованим дітям побудувати сильні соціальні та емоційні зв'язки, створює комфортне, приємне відчуття від спілкування з іншими. Ритмічність рухів знімають м'язову напругу, допомагають позбутися почуття невпевненості, підвищити самооцінку і посилити почуття власної гідності. Спонтанні рухи допомагають дітям пізнати своє тіло, навчитися довіряти своїм імпульсам і правильно на них реагувати. Творчий підхід до рухів і танцю підвищує творчі здібності і дозволяє мислити і діяти по-новому.

На суто фізичному рівні танцювальна терапія має всі переваги занять спортом: поліпшується загальний стан, координація рухів і м'язовий тонус. На емоційному рівні вона допомагає людям відчути себе щасливіше і впевненіше, а у випадках постійного стресу і тривалих депресій просто незамінна. За допомогою спонтанних рухів набагато легше висловити гнів, страх, розчарування чи втрату, емоції, які дуже часто важко передати словами. Крім того, танцювальна терапія покращує пам'ять, підвищує пізнавальний інтерес і мотивацію.

В танцювальній терапії практикуються індивідуальні та групові заняття. Для початку занять не потрібно абсолютно ніяких танцювальних навичок. Роль терапевта полягає не в навчанні, а мотивації, координації та спостереженні. Танцювальна терапія з дітьми, які мають різні порушення у розвитку, передбачає використання різних видів танцювального мистецтва: образно-сюжетний танець-імпровізація; сучасний дитячий або народний танець (елементи рухів іспанського, російського, українського тощо танців); елементи хореографічної гімнастики. Важливо, щоб на таких заняттях максимально враховувався стан сенсомоторної сфери дитини.

Правила для танцювально-рухових вправ:

1. Починати слід з руху кінцівок, потім тулуб, в кінці - рухи головою.
2. Починати необхідно поступово.
3. Кожне заняття - це задоволення наповнення тіла енергіями.
4. У супровід можна взяти арабську музику, класичну, барабани.
5. Треба слідкувати за станом дитини.
6. Починати з простих форм і поступово, з часом ускладнювати.
7. Визначати мінімум за кількістю. Немає сенсу робити більше певної кількості.
8. Чергувати напруги і розслаблення.
9. Напруга на затримках дихання, на вдиху і видиху.

Танцювально-рухова терапія, - це "психотерапевтичне використання рухів для емоційної, когнітивної, фізичної, соціальної та духовної інтеграції дитини". Ця терапія стверджує, що розум, тіло та дух взаємопов'язані, і що з дітьми слід поводитися таким чином, щоб підтримувати інтеграцію цих трьох сутностей.

Іншими словами танцювально-рухова терапія – це один з сучасних методів психотерапії, який використовує рух і танець для подальшої емоційної, пізнавальної, фізичної та соціальної інтеграції особистості.

Танцювально-рухова терапія використовується, якщо дитина любить музику і хоче танцювати, якщо ви хочете, щоб дитина не втратила власного відчуття руху, якщо дитина робить перші самостійні кроки у напрямку соціальних контактів та якщо вам важливий здоровий розвиток особистості вашої дитини.

Танцювально-рухова терапія не передбачає вивчення певних рухів. Танцювальний терапевт допомагає дитині розширити свій руховий діапазон, працює з нею як із особистістю, яка виражає себе в рухах, поведінці.

Танцетерапевт віддзеркалює рухи дитини і цим намагається увійти в її емоційний стан для того, щоб зрозуміти її якнайглибше і налагодити стосунок. Тим самим терапевт пропонує їй розширити свої рухи, спробувати рухатись в інший спосіб, не такий звичний. Це дає можливість через рух досягнути певних особистісних змін.

Танцювально-рухова терапія не потребує попереднього танцювального досвіду. Для чого потрібна танцювально-рухова терапія? Для того, щоб:

- працювати над покращенням сімейного стосунку;
- покращувати соціальну взаємодію з однолітками, розвивати соціальні навички;
- ставити люблячі рамки для дитини та керувати їх поведінкою;
- розвивати у дитини впевненість в житті;
- відчувати гармонію частин тіла;
- розвивати креативність, уяву;
- розвивати емпатію, невербальне спілкування, працювати в команді;
- покращити самопочуття, настрій, долати страх;
- переносити отриманий досвід в життя;
- всебічно інтегрувати мозок дитини.

Танцювально-рухова терапія фокусується на руховій поведінці у міру її виникнення у терапевтичних відносинах, дозволяючи дитині розвинути позитивне та реалістичне уявлення про себе. Ця терапія ефективна у

стимулюванні соціальної взаємодії, поліпшенні настрою, зниженні тривожності, підвищенні самосвідомості та самовираження. Основна увага приділяється невербальному настроюванню та усвідомленості, що сприяє набуттю та підтримці мовних та когнітивних навичок [54].

Втручання за допомогою руху може допомогти встановити межі, завдяки яким діти можуть навчитися контролювати імпульсивну поведінку та підвищити свою здатність зберігати зосередженість та увагу. Рух служить каталізатором контакту та прокладає шлях до спілкування між терапевтом та дитиною.

Що робить танцювально-руховий терапевт? Танцювальні-рухові терапевти використовують рух тіла як основний компонент танцю для забезпечення засобів оцінки та способу втручання в терапію. Унікальні здібності цих терапевтів дозволяють краще зрозуміти, що допомагає відобразити та розширити невербальні вирази. Це може допомогти людям покращити соціалізацію та комунікацію, а також підвищити свідомість тіла, що може безпосередньо вплинути на руховий дефіцит. Терапевт допомагає покращити навички спілкування, створюючи шляхи від невербального до вербального. В результаті покращується розуміння себе та інших, навички подолання труднощів та здатність формувати відносини. Вербалізація руху - це ще один спосіб позитивного відображення зовнішності дитини, покращення образу тіла, а також допомога дитині в організації та структуруванні досвіду в мозку. Інтеграція елементів власного тіла дитини та усвідомлення частин тіла інших людей розширює його словниковий запас рухів. Це, у свою чергу, підвищує його здатність повідомляти про свої бажання та потреби.

У сеанс зазначеної терапії часто включаються музика та реквізит, щоб сприяти розширенню рухів, самовираженню та соціалізації. Для досягнення взаємодії та справжнього самовираження можна використовувати безліч стилів та підходів до руху, включаючи, крім іншого, творчий танець, експресивний рух, техніки релаксації, рольові ігри, імпровізацію та інтерактивні ігри.

Танцювально-рухова терапія з дітьми часто використовується в домашній обстановці, школах, денних програмах, лікарнях та інтернатах. Вона проводиться на індивідуальних, групових та сімейних заняттях, щоб якнайкраще підтримати розвиток дитини [13, 57].

Причини використання та вплив ТРТ на розвиток дітей

Танцювально-рухова терапія виявилася корисною для багатьох дітей. А особливо для дітей, які мають симптоми емоційної дисрегуляції, мають труднощі з емоційним досвідом та/або відчувають труднощі з емоційною саморегуляцією.

Американська асоціація танцювальної терапії визначає танцювально-рухову терапію як "психотерапевтичне використання руху для сприяння емоційній, соціальній, когнітивній та фізичній інтеграції особистості". Навчені танцювально-рухові терапевти використовують велику моторику, фізичні жести, невербальну комунікацію, навички вирішення проблем та рухливі ігри для залучення дітей до терапії. Ці тактики можуть допомогти дітям упоратися з різними формами поведінки та симптомами, серед яких емоційна дисрегуляція.

Танцювально-рухова терапія задіює розум, тіло та емоції. Цей вид терапії дозволяє вирішувати основні проблеми емоційної дисрегуляції, задовольняючи дітей лише на рівні розвитку [14].

Зазначена терапія може допомогти дітям з емоційним регулюванням, оскільки відбувається:

1. Забезпечення фізичного виходу для емоційної енергії. Рух, танець та втручання, що ґрунтуються на тілі, є основними способами взаємодії. Фізичні рухи власними силами можуть дати дітям можливість виплеснути емоційну енергію. Танцювально-рухові терапевти мають унікальну підготовку, щоб запропонувати рухові втручання в межах допустимого для дитини, забезпечуючи при цьому безпечний простір для занять фізичною активністю. Рух як метод лікування може допомогти дітям з гіперрегуляцією, фізично висловити деякі пригнічені емоції.

2. Підвищення усвідомленості тіла. Як і у разі повторення у будь-якій формі, збільшення практики призводить до зростання майстерності. Молоді люди, які беруть участь у танцювально-руховій терапії, навчаються використовувати своє тіло за допомогою цілеспрямованого втручання на регулярній основі. Така участь призводить до посилення контролю над тілом та підвищення усвідомленості тіла. Це усвідомлення, у свою чергу, допомагає дітям навчитися розпізнавати та розуміти фізичні ознаки дистресу. Реагування на ранні фізичні ознаки дистресу є важливою частиною навчання справлятися з емоціями, керувати ними та регулювати їх.

3. Пропонування нового способу впоратися із ситуацією. Не всі діти можуть спокійно сидіти та займатися такими видами діяльності, як розфарбовування, для саморегуляції. Багатьом дітям потрібно рухатися. Так само, як малювання, прослуховування музики та відеоігри можуть допомогти дітям впоратися з емоціями, танець та рух теж можуть допомогти. У процесі танцювально-рухової терапії діти не лише рухаються та розвивають тілесну самосвідомість, а й навчаються використовувати рух та танець для подолання емоцій. Діти можуть практикувати стратегії подолання, засновані на русі, на заняттях з терапевтом і на власному досвіді дізнаватися, як танець і рух можуть допомогти покращити емоційний стан.

4. Альтернатива обробці, що базується на розмові. Терапія експресивних мистецтв, танцювально-рухова терапія використовує рух як інструмент для переробки почуттів, подій та досвіду. На сеансі рух є для дітей основним способом створення та повторного переживання, прямо чи опосередковано, через метафору та гру. Танцювально-рухові терапевти можуть допомогти дітям висловити травматичний досвід, складні соціальні обставини та пережити цей досвід заново через призму руху, що ґрунтується на силі. Діти взаємодіють і пізнають світ через рух та фізичну взаємодію. Вони схильні висловлювати свої страхи, розчарування, радості та проблеми через своє тіло. Деякі діти важко справляються зі своїми емоційними переживаннями. Інші можуть придушувати

свої емоції та усунутись. Танцювально-рухова терапія може бути корисною в обох ситуаціях. Цей клінічний метод обробки та подолання емоцій, заснований на русі, може допомогти дітям працювати над самостійним емоційним регулюванням [14, 37].

Заняття танцювально-руховою терапією можуть бути адаптовані до потреб дітей відповідно до їх розвитку.

Потреби розвитку. Спостереження та оцінка дозволяють танцювально-руховому терапевту розробити для дітей розвиваючі заняття, спрямовані на підготовку до дитячого садка які спрямовані на розвиток самовідчуття, імпульсивного контролю, міжособистісних кордонів, соціальних навичок та адаптації/перехідного періоду. Розвиток дітей контролюється та відстежується за допомогою спостереження та оцінки під час сеансів танцювально-рухової терапії та регулярних занять у класі. Ця система відстеження ґрунтується на когнітивних, соціальних, емоційних і фізичних навичках.

Існують 5 основних переваг танцювальної терапії для дітей:

1. Дає дошкільникам можливість висловити емоції. Танцювальна терапія – це чудовий спосіб висловити емоції, які іноді нелегко висловити вербально. При цьому кожній дитині надається можливість показати, що вона відчуває під музику і показати це за допомогою рухів. Навіть клієнти з обмеженою рухливістю все одно можуть виразити себе через свій власний рівень енергії та здібності.

Для прикладу можна зробити коло зі стільців і попросити одного учасника вийти в центр кола та виразити себе під пісню перед гуртом, і якщо він може висловити себе словесно, обговорити, що він відчув під музику. Іноді одна пісня може змусити одну людину відчути себе щасливою, іншої - сумною, третьої - енергійною, а іноді пісня змушує людину, яка, можливо, не виявляла жодного виразу обличчя протягом всього заняття, раптом усміхнутися від вуха до вуха. Завжди цікаво спостерігати, як різна музика та звуки можуть по-різному впливати на дітей.

2. Зняття стресу Будь-яка форма вправ відмінно підходить для зняття стресу у свідомості та тілі. Танці є винятком. Танцювальна терапія є відмінним засобом для зняття стресу не тільки тому, що вона чудово фізично впливає на тіло, а й емоційно. Оскільки рух може бути пов'язаний з думками та почуттями, танець може практично миттєво змінити емоції та ставлення до того, що відбувається. Якщо подивитись на дітей, які приходять на заняття засмученими чи емоційно збудженими, то вже за кілька хвилин після того, як вони починали рухатися під музику, можна побачити зміни у їхньому загальному самопочутті.

3. Підвищення фізичної підготовки та розвиток загальної моторики. Танці - це чудовий спосіб підвищити фізичну форму у веселій та музичній атмосфері. Для практичного заняття необхідно розробити уроки танцювальної терапії клієнтам конкретного класу. Починати треба з розминки, щоб усі рухалися і відчули себе комфортно на занятті. Потім включити різні стилі танцю, будь то партнерський танець, лінійний танець або лірична форма танцю, включаючи реквізит, такий як стрічки, або якщо у клієнтів обмежена рухливість, змусити їх рухати тією частиною тіла, якою їм зручніше всього рухати. Розтяжка та глибоке дихання також включаються у кожне заняття для зміцнення м'язів, запобігання травмам та підвищення гнучкості. Танцювальна терапія також спрямована на розвиток загальної моторики. Якщо приділяти особливу увагу силі та координації, а також рівновазі, це сприяє розвитку грубих моторних навичок. Іноді можна викладати балет, класичний стиль танцю, щоб збільшити зростання м'язів, сприяти гарній поставі та покращити баланс.

4. Підвищення впевненості та самооцінки. Доведено, що танцювальна терапія підвищує впевненість у собі, соціальні та комунікативні навички, а також підвищує самооцінку та загальну уважність у людей. Дуже важливо вітати кожну людину, коли вона лише входить до класу, встановити зоровий контакт, сказати щось позитивне чи запитати, як справи, незалежно від його вербальних здібностей. Це створює позитивне та безпечне середовище навчання та дає учаснику зрозуміти, що йому раді і що це буде приємний та

веселий досвід. Якщо дитина готова, можна попросити її потанцювати разом з нею, запропонувавши руку або взявши до рук який-небудь реквізит, наприклад, стрічку чи галасу. Влаштувавши танцювальні вистави з деякими з учнів, дає можливість показати, над чим вони так старанно працювали. Це також створює почуття виконаного обов'язку та сприяє розвитку трудової етики. Підтримка позитивної, заспокійливої та підбадьорливої атмосфери є ключем до розвитку впевненості у собі та самоповаги.

5. Заохочує творчість та уяву. Відомо, що одним із найбільших дарів людства є наша уява та здатність до творчості. Як і м'язи в нашому тілі, якщо не використовувати уяву та творчість, то ці навички погіршуватимуться. Більшість своїх занять можна присвятити використанню сили нашої уяви. Чи літаємо ми в космосі, чи плаваємо в океані, чи рухаємося як тварини або використовуємо уяву, щоб згадати конкретний спогад і потім рухатися з почуттям, отриманим від цього спогаду – важливо використовувати творчість та уяву у класі. Для прикладу можна спеціально зосередилася на темі "Щастя". Щотижня пропонувати учасникам подумати про щось, що зробило їх щасливими, чи то спогад, чи щось, що має статися, чи щось, що вони хотіли б, щоб сталося. Потім спитати їх, що вони відчують у своєму тілі, коли тримають цю думку; почути, що говорять деякі з них, просто вражаюче. Потім запитати їх, чи можуть вони у будь-який час використати свою уяву і подумати про те, що робить їх щасливими, і чи змінить це їхнє самопочуття? [54, 57]

РОЗДІЛ 2

ХАРАКТЕРИСТИКА ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ СТОСУНКІВ ІЗ ДІТЬМИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

2.1. Характеристика основних типів дитячо-батьківських відносин

Перед тим, як розібрати основні типи дитячо-батьківських відносин, розглянемо як взагалі сім'я впливає на розвиток дитини.

Сім'я у житті дитини відіграє значну роль і приділяє вихованню дуже багато часу. Звичайно, крім батьків в дитячому розвитку бере участь суспільство в цілому. Однак, навряд чи соціум може повністю замінити внутрішню сімейну систему виховання. Адже підтримка з боку чужих людей непорівнянна з батьківською любов'ю. Тому те, ким виросте дитина, залежить, в першу чергу, від конкретного осередку суспільства [38].

Сім'я виконує 8 завдань, які допомагають у становленні та розвитку особистості дитини:

1. Формує почуття захисту. Здорова прихильність між дітьми і батьками впливає на зниження почуття тривоги і подолання стресових ситуацій. Адже довіра, емоційна близькість, обійми, слова любові заспокоюють і підтримують малюка. Таким чином, саме в сім'ї формується базове почуття безпеки.

2. Показує фундаментальну модель поведінки. Діти повторюють за значущими людьми. Відбувається це таким чином: дорослі люди диктують правила поведінки, а також демонструють власне. Якщо передаються усно та норми збігаються з реальними вчинками, засвоюється батьківська поведінкова модель. В іншому випадку цілісної картини не буде. Тоді можливі різні варіації формування поведінки.

Приклад: батьки страждають від ніотинової залежності, але дитині вселяють, що палити не можна. Суперечливі послання можуть привести до кількох варіантів:

- спроби спробувати тютюн, які не сформують шкідливу звичку;
- спроби куріння приведуть до формування залежності;
- повна відмова від спроби сигарет [39, 43].

Таким чином, для формування необхідної моделі поведінки дуже важливо, щоб слова батьків збігалися з вчинками.

1. Передає знання, вчить навичкам і вмінням. Сім'я — перше джерело придбання життєвого досвіду, навичок, умінь і знань. Повнота дитячого кругозору залежить від можливостей батьків. Освічена людина може вирости в сімейному колі, де прийнято відвідувати суспільно-культурні заклади та заходи. Також важливе значення має відпочинок на природі. У всебічно розвиненої людини більше шансів на успішне подолання життєвих труднощів.

2. Виробляє самодисципліну. Спочатку дитина безпорадна і не може самостійно взаємодіяти з середовищем. Однак, у міру дорослішання маленька дитина вчиться самодисципліні. Самостійність ґрунтується на прийнятних і неприйнятних способах поведінки. Малюк за допомогою батьків починає засвоювати, що робити можна, а що — не можна. І далі розуміє, як себе вести самостійно.

3. Прищеплює моральні орієнтири. Погляди, моральні норми, установки формуються завдяки сімейному спілкуванню. Повноцінний розвиток дитини можливо тільки в тому випадку, коли в родині є моральні орієнтири.

4. Створює умови для розвитку і забезпечує економічне благополуччя. Здавалося б, любов — головне для розвитку дитини. Однак, ще краще, коли у сім'ї є матеріальний достаток. Адже в сучасному капіталістичному світі вкрай мало безкоштовних гуртків, секцій, дитячих клубів.

5. Демонструє зразок збереження сімейних взаємин. Дитина спостерігає за відносинами між членами родини. Вона бачить, як близькі конфліктують і

справляються з неминучими кризами. Також вчиться збереженню близькості у взаєминах за найнесприятливіших обставин.

6. Формує самооцінку і самоповагу. Де ще, якщо не в сім'ї, формуються перші зачатки самооцінки і самоповаги? Адже оцінювання себе самого відбувається після оцінки дій з боку значущих дорослих людей. Потім вже на розвиток первинної самооцінки впливають інші люди [44].

Таким чином, сім'я виконує основні функції:

1. першочергово впливає на розвиток дитини;
2. формує характер, поведінку, установки, цінності;
3. передає життєво-важливого досвіду;
4. є першим джерелом соціалізації [47].

Розвиток дитини також залежить від стилю виховання.

У характеристиці основних типів дитячо-батьківських відносин виділяють

4 основні типи:

1. Авторитетний. Авторитетний або демократичний стиль виховання передбачає наявність довірчого діалогу. Обмеження існують, але їх значимість докладно пояснюється. Батьки — авторитети, а контроль над дитиною здійснюється в розумних межах. Дитячі психологічні проблеми виносяться на обговорення. Емоційна підтримка в такій сім'ї — абсолютна норма. Природно, відсутня насильство будь-якого роду: покарання за проступки гуманні і послідовні. Особливість авторитетного стилю виховання — «сімейна демократія», де враховується думка всіх.

Плюси: зрілість, усвідомленість і доброзичливість батьків, конструктивна критика. У дитини розвивається адекватна самооцінка, власна думка, самоконтроль, відповідальність, активність та ініціативність. Вона легко адаптується до нових умов, а також рідко зазнає труднощів у взаємодії з оточуючими. Також діти з таких сімей з раннього дитинства вчаться поважати інших.

Мінуси: їх немає, так як це самий ідеальний тип дитячо-батьківських відносин.

2. Авторитарний. Характеризується строгими правилами, які ніяк не коментуються, і покараннями за будь-який відступ від них. Нерідко застосовуються різні види насильства. Дорослі завжди праві, а діти безправні. У такій обстановці, звичайно, немає здорової розмови між домочадцями. Також присутній тотальний контроль, при якому у дитини немає особистого простору. Ініціатива і активність молодших членів сім'ї пригнічується. При цьому конфлікти проходять болісно, про компроміс мова ніколи не йде.

Плюси: завдяки жорсткому контролю, дитина може вирости дуже слухняною і виконавчою. Хоча велика ймовірність зворотнього ефекту.

Мінуси: жорстокість або жорсткість часто впливають на формування невпевненості в собі. А це, в свою чергу, ускладнює розвиток навички спілкування. Прикладом можуть послужити деякі сім'ї військовослужбовців. Як не дивно, найчастіше діти авторитарних батьків виростають асоціальними. Вибираючи подібний життєвий шлях, вони неусвідомлено виражають протест проти батьківського авторитаризму.

3. Ліберальний. Ще одна крайність — надати повну свободу дитині. Так, будь-яких обмежень і правил немає, як і жорстокості або насильства. Але як маленька людина може навчитися розуміти межі дозволеного? Батьківська любов і обожнювання не здатні розвинути необхідні особистісні якості. Відсутність рамок і вседозволеність також призводять до плачевних наслідків. У такій сімейній системі батьки не є авторитетом для дитини. Вони самі позиціонують себе швидше, як друзів ніж відповідальних дорослих, які направляють.

Плюси: відсутні. Хоча буває, що дитина знаходить більш авторитетного дорослого, який спрямовує його замість батьків.

Мінуси: дуже часто діти погано вчаться в школі, мають численні проблеми в спілкуванні з ровесниками і дорослими, розвивається патологічний

егоцентризм, агресивність і безвідповідальність. Надалі молодим людям, вихованим в ліберальних умовах, важко адаптуватися до соціуму, знаходити партнерів, а тим більше виховувати власних дітей. Брехня і розбещеність нерідко супроводжують таких людей протягом усього життя.

4. Індиферентний Виражається в байдужості батьків і матерів. Вони, як правило, холодні і недбайливі. Неувага також сильно деформує дитячу психіку, як і тотальний гіперконтроль. Якихось певних правил немає, як немає і любові. У цьому значуща відміна від ліберального типу. Прикладом служать алкоголіки, чиї діти ростуть «вовчками», тобто замкнутими і недовірливими. Звичайно, такі діти теж схильні до асоціального способу життя.

Плюси: їх немає. Звичайно, при попаданні в благополучну середу можливо нормальний розвиток. Але конкретно при цьому типі виховання малюк приречений на страждання.

Мінуси: у дитини формується вкрай низька самооцінка, ворожість і недовіра до світу, відсутня самодисципліна, погана успішність у навчанні, постійно пригнічений настрій. Взаємини з однолітками без сторонньої допомоги не налагодяться. Такі дітки часто стають об'єктами цькування. Нерідко у них зі шкільного віку розвиваються залежності.

В «чистому вигляді» ці 4 типи дитячо-батьківських відносин зустрічаються дуже рідко. Все-таки переважають сім'ї із змішаним стилем виховання. Можна зробити однозначний висновок, що самий здоровий тип відносин — авторитетний. Сім'ї, які схиляються до демократичного стилю — найщасливіші. Звичайно, немає ідеальних людей, тому і досконалих сімей також не існує. Всі припускаються помилок — це нормально. Головне — вчасно їх побачити і постаратися виправити, а також не допускати знову. Хорошим виходом з непростих ситуацій може стати відвідування сімейного або дитячого психолога [45, 46].

Отже, сім'я — це згуртована команда, об'єднана не тільки спорідненим зв'язком, але і духовним. Виховання дітей завжди починається з розуміння

дорослими власної індивідуальності. У всіх є недоліки і слабкі сторони. Важливо їх усвідомити і прийняти, а розвивати гідності. Адже дитина хоч і не виросте точною копією, але все-таки почерпне все найважливіше у мами і тата. Також не варто забувати про здорову любов і чуйне уважне ставлення до маляти. А щоденні довірчі розмови, повноцінний емоційний контакт дозволять стати для дитини авторитетом і відмінним прикладом для наслідування [36, 44, 49].

2.2. Фактори, що впливають на відношення батьків до дитини

Характер емоційного ставлення батьків до дитини можна назвати батьківською позицією. Це один із найважливіших факторів, що формують особистість дитини. Існує кілька варіацій цього фактора – від домінування до повної байдужості. Як постійне нав'язування контактів, так повна їх відсутність шкодять дитини. Дуже важливо налагодити контакт із дитиною, щоб згодом можна було говорити про віддачу з боку дитини. До дитини насамперед потрібно підходити без перебільшеної зосередженості уваги, але й без надмірної емоційної дистанції, тобто необхідний контракт вільний, а не напружений або занадто слабкий і випадковий. Мова йде про такий підхід, який можна охарактеризувати, як урівноважений, вільний, спрямований до розуму й серця дитини, орієнтований на його дійсні потреби. Це повинен бути підхід, заснований на певній незалежності, в міру категоричний і наполегливий, що є для дитини опорою й авторитетом, а не владним, командним наказом або поступливим, пасивним проханням. Порушення контакту з дитиною проявляється в декількох характерних формах, наприклад, зайвої агресивності або прагненні корегувати поведінку дитини [61]. В результаті розумного застосування заохочень розвиток людини як особистості можна прискорити, зробити більш успішним, аніж використовуючи покарання й заборони. Якщо все-таки виникає нестаток у покаранні, то для посилення виховного ефекту

покарання по можливості повинне впливати безпосередньо за його провиною. Покарання більш ефективно в тому випадку, якщо провина, через яку дитина покарана, доказана. Дуже суворе може викликати в дитини страх або озлобити її. Поведінка дитини багато в чому залежить від виховання в сім'ї. У батьків об'єктивно складається певна, далеко не завжди усвідомлена система виховання. Тут мається на увазі й розуміння цілей виховання, й прийомів виховання, і облік того, що можна й чого не можна допустити стосовно дитини [62].

Численні психологічні дослідження показують, що на сприйняття дитини й відношення до неї впливає безліч факторів, серед яких тільки деякі безпосередньо пов'язані з рисами самого хлопчика або дівчинки. Отже, на відношення батьків до дитини впливають [63]:

1. Дитячий досвід самих батьків. Діти, ставши дорослими, найчастіше у своїй власній сім'ї неусвідомлено формують відносини, які склалися в сім'ї батьків, а також відтворюють ті проблеми, які вони не змогли вирішити в дитинстві [63].

2. Нереалізовані потреби батьків. Для деяких батьків (особливо матерій), виховання може ставати основною діяльністю й навіть основним сенсом життя. Тоді сама дитина стає єдиним об'єктом задоволення цієї потреби. В результаті з віком діти природно трохи віддаляються трохи від батьків, у їхньому житті починають відігравати більшу роль інші люди. Подібні наслідки дорослішання сприймаються такими батьками як загроза власному благополуччю, внаслідок чого вони можуть неусвідомлено перешкоджати в становленню дитиною тісних контактів поза родиною, прагнути брати участь у всіх сферах життя сина (дочки), сильно засмучуватися при наявності в них думок або почуттів, якими той не хоче ділитися, тобто фактично не визнавати права дитини на свій внутрішній світ [63].

Інша потреба, що впливає на ставлення до дитини – це потреба батьків у досягненнях. Тут можливі два сценарії. Перший, це коли батьки бажають, щоб

дитина домоглася багато чого, особливо того, чого з якихось причин не змогли досягти самі. Негативним результатом реалізації такої потреби іноді стає вибір сфери досягнення, що не відповідає реальним можливостям і нахилам дитини. Дитина втрачає необхідну незалежність, спотворюється сприйняття властивих їй задатків, сформованих особистісних якостей [63].

Звичайно, не беруться до уваги можливості, інтереси, здібності дитини, які відмінні від тих, що пов'язані із запрограмованими цілями. Дитина стає перед вибором. Вона може втиснути себе в рамки далеких їй батьківських ідеалів тільки заради того, щоб забезпечити любов і почуття задоволеності батьків. Але дитина може й повстати проти далеких їй вимог, викликаючи тим самим розчарування батьків із-за несправджених надій, і в результаті виникають глибокі конфлікти у відносинах між дитиною й батьками [64].

Другий варіант потреби в досягненнях теж нерідко зустрічається в сучасному світі, де соціальна успішність і конкурентоспроможність є чи не найчастіше мірилом людської цінності. Подібні відносини нерідко відбуваються в сім'ях успішних, багато працюючих і звиклих досягати своїх цілей людей. Такі батьки будуть жадати від дитини досягнення цілей, доведення справ до кінця, дратуватися на прояви ліні й непослідовності свого сина або дочки. Мета їхнього виховання – прищепити організованість і цілеспрямованість – безумовно, блага. Однак та наполегливість, з якою вони її досягають, а також ігнорування вікових особливостей дитини й пред'явлення до неї завищених вимог можуть негативно позначатися на відносинах у сім'ї й сіяти вічне невдоволення своїм сином (дочкою) [64].

3. Особистісні особливості батьків. Напевно, дію цього фактору відстежити найбільш складно для багатьох батьків, однак при деякій навичці або за допомогою фахівця цілком можливо усвідомити наявність у себе тих або інших рис і їхній вплив на сприйняття дитини [63].

Нерідко доводиться стикатися й з такою ситуацією: батьки вважають своїми недоліками якісь риси характеру або звички, негативно до них

ставляться. Тому, якщо вони зустрічають їх прояв у своїй дитині, то реагують на них дуже емоційно й починають вести боротьбу з цими недоліками з подвоєною силою [65].

4. Стосунки батьків між собою. Якщо щось у дитини нагадує того, кого хотілося б стерти з пам'яті, хто наніс щиросердну рану, то природно, що в цьому випадку батько зовсім інакше буде сприймати ті характеристики дитини, які він успадкував від другого біологічного батька. На жаль, описане явище досить часто лежить в основі невдоволення дитиною розведеним батьком, однак дорослими усвідомлюється щира причина цього неприйняття. У подібних ситуаціях дуже важливо усвідомлювати, що «перевиховуючи» дитину, «борючись» із її недоліками, ви головним чином ведете незримую війну у відносинах із колишнім чоловіком, але робите це на території дитини, що нітрохи не винувата в тім, що ви вибрали їй такого батька (або мати) [63].

5. Обставини народження дитини. Якщо батьки сприймають свою дитину «хворобливою», «тендітною» або «беззахисною», то корисно згадати, при яких обставинах з'явилося на світ маля. Нерідко страх втратити дитину, що призводить до описаного перекручування сприйняття, з'являється у батьків при наявності таких проблем, як лікування безплідності, важкі пологи і їхні наслідки, перенесення дитиною серйозного захворювання в ранньому дитинстві, або ж, навпроти, небажана поява дитини, невідповідність її статі можуть приводити до емоційного відкидання дитини [63, 64].

Звичайно, перераховані аспекти аж ніяк не вичерпують всю різноманітність факторів, що впливають на відношення батьків до дитини. Однак їх досить для того, щоб зрозуміти, наскільки складні ці відносини й з яких різних компонентів вони складаються [66].

РОЗДІЛ 3

ВИВЧЕННЯ ВПЛИВУ ДИТЯЧО-БАТЬКІВСЬКИХ СТОСУНКІВ НА РОЗВИТОК ТВОРЧИХ ЗДІБНОСТЕЙ ДИТИНИ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

3.1. Зміст і етапи дослідження впливу стилю батьківських стосунків на розвиток творчих здібностей дошкільника

Ставлення батьків до дітей являє собою систему різноманітних почуттів по відношенню до дитини, поведінкових стереотипів, що практикуються в спілкуванні з ним, особливостей виховання і розуміння характеру й особистості дитини, її вчинків.

Діагностика психологічного клімату в сім'ї і взаємин батьків з дітьми дозволяє виявити стиль виховання дитини, а також можливість прогнозувати вплив тих чи інших моделей виховання на психічний і особистісний розвиток дітей. Оцінити, наскільки сприятлива для дитини існуюча в сім'ї система взаємин батьків з ним, можливо при зверненні до самого об'єкта виховних впливів.

Доцільно вивчити психологічний клімат в родині, батьківські стилі і виховну компетентність батьків.

У нашому дослідженні були використані емпіричні (методи спостереження, тестування) методики вивчення сім'ї.

При вивченні родини найбільш важливою є інформація про склад сім'ї, професію батьків; освітній рівень батьків, інших дорослих, які беруть участь у вихованні дитини; загальної сімейної атмосфери; сімейних взаєминах; емоційної близькості або, навпаки, автономності кожного члена в сім'ї; пріоритетах виховання дітей; рівні психолого-педагогічних знань, практичних

умінь і навичок батьків; участю дорослих у вихованні; наявності конфліктів з приводу виховання дитини; узгодженості вимог до дитини і багато іншого.

Найбільш популярним серед методик, використовуваних для діагностики сімейних взаємин є Тест-опитувальник батьківського ставлення А. Я. Варги і В. В. Столина. Тест-опитувальник являє собою психодіагностичний інструмент, орієнтований на виявлення батьківського ставлення в осіб, що звертаються за психологічною допомогою з питань виховання дітей і спілкування з ними.

Батьківське ставлення розуміється як система різноманітних почуттів по відношенню до дитини, поведінкових стереотипів, що практикуються в спілкуванні з ним, особливостей сприйняття і розуміння характеру й особистості дитини, її вчинків.

Опитувальник складається з 5 шкал:

1. «Прийняття - відкидання». Шкала відображає інтегральне емоційне ставлення до дитини. Утримання одного полюса шкали: батькові чи матері подобається дитина такою, якою вона є. Батько поважає індивідуальність дитини, симпатизує їй, прагне проводити багато часу разом з ним, схвалює його інтереси. На іншому полюсі шкали: батько сприймає свою дитину поганим, непристосованим, невдахою. Йому здається, що дитина не досягне успіху в житті через низькі здібності, невеликий розум, погані схильності. Здебільшого батько відчуває до дитини злість, досаду, роздратування, образу. Він не довіряє дитині і не поважає її.

2. «Кооперація» - соціально бажаний образ батьківського відношення. Змістовно ця шкала розкривається так: батько зацікавлений у справах і планах дитини, намагається у всьому допомогти дитині, співчуває їй. Батько високо оцінює інтелектуальні і творчі здібності дитини, відчуває почуття гордості за неї. Він заохочує ініціативу і самостійність дитини, намагається бути з нею на рівних. Батько довіряє дитині, намагається встати на її точку зору в спірних питаннях.

3. «Симбіоз» - шкала відображає міжособистісну дистанцію в спілкуванні з дитиною. При високих балах по цій шкалі можна вважати, що батько прагне до симбіотичних відносин з дитиною. Змістовна ця тенденція описується так - батько відчуває себе з дитиною єдиним цілим, прагне задовольнити всі потреби дитини, захистити його від труднощів і неприємностей життя. Батько постійно відчуває тривогу за дитину, дитина йому здається маленькою і беззахисною. Тривога батька підвищується, коли дитина починає вести себе автономізовано в силу обставин, тому що по своїй волі батько не надає дитині самостійності ніколи.

4. «Авторитарна гіперсоціалізація» - відображає форму і напрямок контролю за поведінкою дитини. При високому балі за цією шкалою в батьківському відношенні даного батька чітко проглядається авторитаризм. Батько вимагає від дитини беззастережного послуху і дисципліни. Він намагається нав'язати дитині в усьому свою волю, не в змозі стати на його точку зору. За прояв свавілля дитину суворо карають. Батько пильно стежить за соціальними досягненнями дитини, його індивідуальними особливостями, звичками, думками, почуттями.

5. «Маленький невдаха» - відбиває особливості сприйняття і розуміння дитини батьком. При високих значеннях за цією шкалою в батьківському відношенні даного батька є прагнення інфантилізувати дитину, приписати їй особисту і соціальну неспроможність. Батько бачить дитину молодшим в порівнянні з реальним віком. Інтереси, захоплення, думки і почуття дитини здаються батькові дитячими, несерйозними. Дитина видається не пристосованою, невмілою, відкритою для поганих впливів. У зв'язку з цим батько намагається захистити дитину від труднощів життя і суворо контролювати її дії.

З проективних методик виділяють Тест «Малюнок сім'ї», метою якого також є виявлення особливостей сімейних відносин. Даний тест доступний дітям навіть з невисоким інтелектом.

На основі виконання зображення, відповідей на питання оцінюється особливості сприйняття і переживань дитиною стосунків в сім'ї. Так, прийнято вважати, що відсутність когось із членів сім'ї на малюнку або відтягування часу їх зображення - один із симптомів і ознака конфліктних сімейних взаємин, психічного дискомфорту дитини в сім'ї. З іншого боку, якщо дитина переживає емоційне благополуччя в родині, то він буде малювати повну сім'ю.

Тут дитині пропонується інструкція: «Намалюй свою сім'ю», при цьому не рекомендується пояснювати, що означає слово «сім'я». При тестуванні відзначається наступне: послідовність малювання деталей, паузи більше 15 секунд, стирання деталей, спонтанні коментарі дитини; емоційні реакції і їх зв'язок із зображеним змістом. Після виконання необхідно отримати додаткову інформацію і дитині пропонується відповісти на наступні питання:

- Скажи, хто тут намальований?
- Де вони знаходяться?
- Що вони роблять? Хто це придумав?
- Їм весело або нудно? Чому?
- Хто з намальованих людей найщасливіший?
- Хто з них самий нещасний? Чому?

Останні два питання провокують дитину на відкрите обговорення почуттів, що не кожна дитина схильна робити. При опитуванні головним чином з'ясовується сенс намальованого дитиною почуття до окремих членів родини, чому дитина не намалювала кого-небудь з членів сім'ї. При проведенні методики слід уникати прямих запитань. Часто продуктивними виявляються проектні питання (наприклад: «Якби замість пташки був намальований чоловік, то хто б це був?, «Хто б виграв у змаганнях між братом і тобою?»)

Таким чином, в цій частині роботи були розглянуті основні методи діагностики сімейних відносин. Для дослідження нами були взяті тест «Малюнок сім'ї» і Тест - опитувальник батьківських відносин А. Я. Варги і

В. В. Столина. Результати дослідження ми розглянемо в наступній частині нашої роботи.

3.2. Аналіз та інтерпретація результатів дослідження особливостей різних стилів дитячо-батьківських стосунків

У дослідженні брали участь 20 вихованців дитячого садочку «Червона Калина» м.Запоріжжя у віці 4-6 років і їх батьків, всього 40 осіб.

Дослідження проводилося в три етапи.

1 етап - констатуючий, в ході якого фіксувалися соціальні характеристики родини, а також проводилася дослідно-експериментальна робота на виявлення стилю дитячо-батьківських відносин у сім'ях.

2 етап - формуючий: на даному етапі розроблена система занять, спрямованих на гармонізацію дитячо-батьківських відносин. Корекційна програма реалізована з дітьми та батьками, в сім'ях яких виявлено порушення дитячо-батьківських відносин.

3 етап - контрольний: на даному етапі проведена повторна діагностика, що дозволила перевірити ефективність розробленої системи занять. Здійснювалися обробка та узагальнення отриманих даних, формулювалися висновки.

З метою вивчення впливу дитячо-батьківських відносин нами було обстежено 20 дітей дошкільного віку та 20 батьків.

Констатуючий етап ми починали зі збору анкетних даних батьків досліджуваних дітей. В результаті анкетного опитування батьків ми отримали необхідні дані.

Характеристика групи дітей старшого дошкільного віку та їх батьків представлена в таблиці 3.2.

Таблиця 3.2

Характеристика експериментальної вибірки

Ім'я дитини	Вік дитини	Склад сім'ї	Батьки, їх вік	Освіта
Руслана М.	5 р. 7 м.	повна	Олена Михайлівна -30 р. Артем Вадимович - 35 р.	Мама – вища Папа – повна спеціальна
Валентин П.	5 р. 4 м.	повна	Анна Анатоліївна -36 р. Віктор Тимофійович-38 р.	Мама – вища Папа – вища
Євгенія С.	6 р. 2 м.	неповна	Ольга Ахметовна – 26 р.	Мама – повна спеціальна
Константин Д.	6 р. 1 м.	неповна	Дмитро Борисович -35 р.	Папа – вища
Тетяна С.	5 р. 9 м.	повна	Наталія Вікторівна – 25 р. Олександр Вікторович – 25 р.	Мама – вища Папа – вища
Лілія К.	6 р. 4 м.	повна	Неллі Іванівна – 28 р. Борис Миколайович -30 р.	Мама – вища Папа – повна спеціальна
Станіслав М.	6 р. 5 м.	повна	Олександра Вікторівна – 30 р. В'ячеслав Миколайович – 31 р.	Мама – вища Папа – повна спеціальна
Наталія Р.	5 р. 6 м.	повна	Олена Миколаївна-30 р. Андрій Іванович – 33 р.	Мама – повна спеціальна Папа – вища
Сергій Д.	5 р. 2 м.	повна	Олена Марківна – 35 р. Валерій Анатолійович – 40 р.	Мама – повна спеціальна Папа – повна спеціальна
Іван Д.	5 р. 7 м.	неповна	Петро Іванович – 29 р.	Папа – вища

Продовження таблиці 3.2.

Дмитро М.	5 р. 8 м.	повна	Ольга Василівна – 34 р. Петро Сергійович – 30 р.	Мама – вища Папа – вища
Влад Я.	6 р. 2 м.	неповна	Наталія Олексіївна – 43 р.	Мама - вища
Лілія П.	6 р. 3 м.	повна	Тамара Олексіївна - 36 р. Михайло Михайлович - 36 р.	Мама – повна спеціальна Папа – повна спеціальна
Михайло С.	5 р. 7 м.	повна	Галина Іванівна - 44 р. Дмитро Юрійович - 46 р.	Мама – вища Папа - вища
Володимир В.	5 р. 3 м.	повна	Лариса Михайлівна - 28 р. Юрій Миколайович - 29 р.	Мама – повна спеціальна Папа - вища
Юрій Б.	6 р. 3 м.	неповна	Марина Вікторівна - 35 р.	Мама - вища
Марія В.	5 р. 7 м.	повна	Валентина Оскарівна - 34 р. Віктор Борисович - 35 р.	Мама – вища Папа – повна спеціальна
Соломія В.	5 р. 2 м.	неповна	Людмила Вікторівна – 33 р.	Мама - повна спеціальна
Катерина Є.	6 р. 3 м.	повна	Анна Петрівна - 27 р. Павло Миколайович - 30 р.	Мама – вища Папа - вища
Мирослава Я.	6 р. 1 м.	повна	Катерина Григоріївна – 33 р. Сергій Іванович – 38 р.	Мама – повна спеціальна Папа - вища

В рамках експерименту, для виявлення ступеня емоційного благополуччя дітей старшого дошкільного віку в сім'ї, ми використовували методику «Кінетичний малюнок сім'ї» (Р. Бернс, С. Коуфмана). Методика показує відношення дитини до членів своєї сім'ї, сімейних стосунків, які викликають у дитини тривогу або конфлікти, сприйняття взаємин з іншими членами сім'ї і свого місця в сім'ї.

Аналіз результатів малюнків здійснювався за такими показниками: наявність занепокоєння у дітей щодо ставлення до них дорослих; емоційне напруження і дистанція; дискомфорт; наявність ворожості по відношенню до дорослих.

За підсумками тестування ми отримали наступні результати: з 20 сімей 12 дітей (60%) відчують емоційне благополуччя в родині, а у 40% (8 обстежуваних дітей) ми спостерігаємо в сім'ях емоційне неблагополуччя.

Наочно аналіз результатів констатуючого експерименту з виявлення емоційного благополуччя або неблагополуччя дитини старшого дошкільного віку в сім'ї зображено на рисунку 3.3.



Рис. 3.3. Аналіз результатів констатуючого експерименту з виявлення емоційного благополуччя або неблагополуччя дитини старшого дошкільного віку (%).

Інтерпретація малюнків яскраво виявила уявлення дітей про різні аспекти їхнього сімейного ситуації. При аналізі дитячих малюнків ми використовували принципи якісного аналізу, що передбачає враховувати загальний розмір малюнка, кількість зображених членів сім'ї, їх розташування, відстань між ними, зображення деяких частин тіла у членів сім'ї і дитини, ступінь акуратності виконання, використання кольорів.

Якісний аналіз дитячих малюнків дозволив розділити їх на дві умовні підгрупи:

- малюнки, що зображають благополучне сімейне ситуацію виконані яскравими квітами, декоровані, зображені всі члени сім'ї, що тримаються за руки;

- підгрупа малюнки, що відображають неблагополуччя сімейної ситуації (зображення членів сім'ї у вигляді маленьких звірят, геометричних фігур; спотворення складу сім'ї, виключення себе зі складу, використання більш темних тонів).

Аналізуючи малюнки дітей, ми виявили наступне: 40% дітей використовували в основному холодні тони, іноді в малюнках переважали темні кольори (коричневий, сірий, чорний), хоча їм пропонувався весь набір кольорових олівців.

Традиційно використання таких кольорів інтерпретується як ознака присутності почуття знедоленої людини, покинутості, внутрішнього психологічного дискомфорту дитини. У деяких малюнках був відсутній будь-хто з членів сім'ї, що вказує на наявність у дитини негативних почуттів по відношенню до цього члену сім'ї.

Ні на одному малюнку члени сім'ї не тримаються за руки, а в ряді випадків - відокремлені один від одного видимими межами. Це свідчить про те, що дитина вважає, що між членами його сім'ї велика психологічна дистанція.

Малюнки дітей часто схематичні, персонажі їх схожі один на одного. Лінії малюнка різкі, незграбні, що говорить про емоційне перенапруження, внутрішнє порушення, почуття тривоги.

В інших малюнках дітей (60%) ми виявили наступні відмінності: діти зображують повний склад сім'ї, використовують більш теплі тони, в одязі людей багато яскравих кольорів, багато індивідуальних деталей (у пап - окуляри, краватки; у мам - гарні зачіски, прикраси); сприйняття дитиною сімейних відносин як сприятливі виражається у тому, що на малюнку члени сім'ї з веселими обличчями тримаються за руки. Ці діти до завдання намалювати сім'ю поставилися охоче, малювали довго і старанно.

Таким чином, підсумки даної методики дозволяють нам говорити про те, що довірчі, близькі, дружні стосунки батьків і дітей спостерігаються далеко не у всіх сім'ях. У багатьох сім'ях дитина відчуває себе самотньою і знедоленою. Увага батьків зводиться лише до задоволення фізіологічних потреб дітей (одягнути, нагодувати, відправити в дитячий сад). Діти відчувають дискомфорт і незадоволеність відносинами з батьками.

Визначення типу батьківського ставлення до дитини провели по тесту-опитувальнику Варга А. Я. і Столина В. В.

Батькам було запропоновано бланки з питаннями (61 питання), на кожне питання передбачалась або позитивна, або негативна відповідь.

Результати дослідження показують, що переважаючий тип батьківського ставлення до дитини - «прийняття-відкидання» (35%), що говорить про неефективність форм і методів, що застосовуються батьками у вихованні дітей.

Ставлення батьків до дітей можна поділити на ефективні (оптимальні) і неефективні (порушені). Так, найбільш оптимальним є такий рівень батьківських відносин, як «кооперація» - соціально бажаний образ батьківської поведінки. Батько високо оцінює здатність своєї дитини, відчуває почуття гордості за неї, заохочує ініціативу і самостійність, намагається бути з нею на рівних.

До нейтрального рівню можна віднести стосунки на кшталт «симбіоз» і «маленький невдаха». При цьому батько бачить свою дитину молодше в порівнянні з реальним віком, прагне задовольнити його потреби, захистити від труднощів і неприємностей життя, не надає йому самостійності.

До негативного рівня батьківських відносин ми віднесли такий тип батьківських відносин, як «прийняття-відкидання» і «авторитарна гіперсоціалізація». Батько сприймає свою дитину поганою, непристосованою. Вимагає від неї беззастережного послуху і дисципліни, відчуває до дитини злість, роздратування, досаду.

Проаналізувавши відповіді батьків, ми отримали наступну картину батьківського ставлення до дітей:

- оптимальні батьківські відносини до дитини спостерігаються в 5 сім'ях (25%);
- нейтрального рівня можна віднести 5 сімей (25%);
- батьківські стосунки, які носять негативний характер, проявляються в 10 сім'ях (50%).

Отже, ми бачимо, що більшість сімей використовують неефективні відносини з дитиною, що призводить до розростання тривожності у дітей.

Наочно процентне співвідношення результатів тесту-опитувальника представлено на рисунку 3.4.

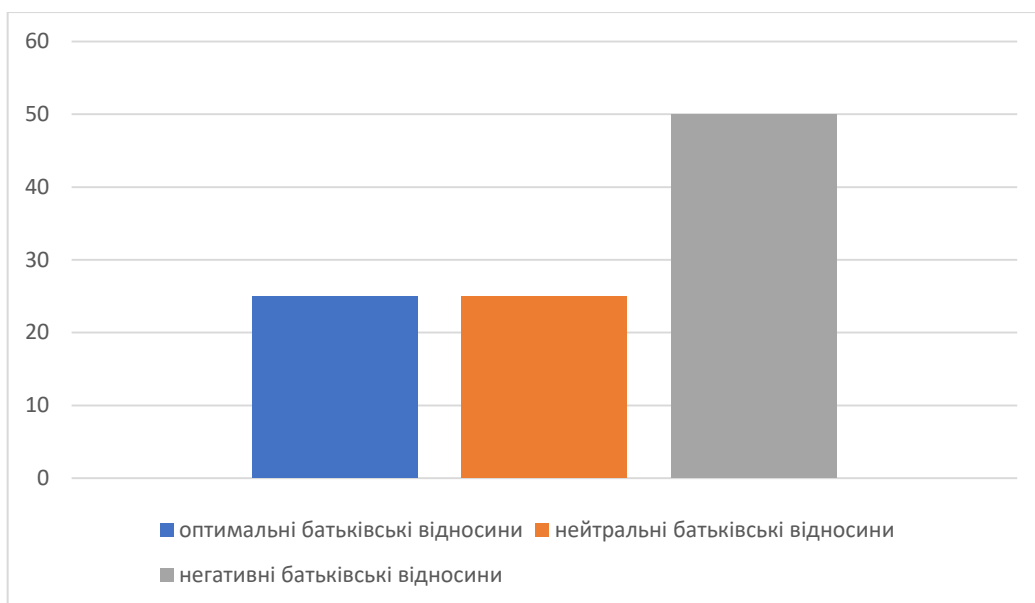


Рис. 3.4. Типи батьківського ставлення до дитини (констатуючий експеримент),%

Таким чином, на підставі результатів діагностики констатуючого експерименту, зіставляючи результати діагностичних методик, спрямованих на виявлення рівня дитячо-батьківських відносин та підсумовуючи отримані дані, ми виявили порушення в дитячо-батьківських відносинах, які впливають на емоційний стан дітей.

З метою визначення рівня розвитку творчих здібностей дітей нами була проведена їх діагностика. Для дослідження нами були використані експрес методики кандидатів психологічних наук В. Кудрявцева і В. Синельникова. За допомогою цих методик ми склали оперативний констатуючий мікрозріз творчого розвитку кожної дитини з усіх його підстав. Критерій для виділення підстав - виокремлені авторами універсальні творчі здібності: реалізм уяви, вміння бачити ціле раніше частин, надситуативно - перетворювальний характер творчих рішень, дитяче експериментування. Кожна з методик дозволяє фіксувати значущі прояви цих здібностей і реальні рівні їх сформованості у дитини.

Загальні результати діагностики універсальних творчих здібностей по групі.

Таблиця 3.3.

Результати універсальних творчих здібностей

Здібності	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
Реалізм уяви	61,5%	38,5%	0%
Здатність бачити ціле раніше частин	0%	30%	70%
Надситуативно-перетворювальний характер творчих рішень	54%	8%	38%

Результати діагностування показують, що у багатьох дітей треба розвивати таку творчу здатність як надситуативно-перетворювальний характер творчих рішень. Для розвитку цієї здібності перед дітьми необхідно ставити різні проблемні ситуації, вирішуючи які, вони повинні не просто вибрати оптимальну із запропонованих альтернатив, а створити свою альтернативу. Дорослі повинні всіляко заохочувати творчий підхід дітей до вирішення будь-якої проблеми. Розвиток даної здібності тісно пов'язане з формуванням діалектичності мислення. Тому ігри та вправи на формування діалектичності мислення можуть бути використані для розвитку вище зазначеної здатності.

Результати діагностики творчого потенціалу дітей виявили гарний розвиток здатності бачити ціле раніше частин. І цей результат закономірний, тому що однією з особливостей дитячого світосприйняття є його цілісність, дитина завжди бачить ціле раніше частин. Однак дуже скоро діти втрачають цю здатність, тому що традиційна методика дошкільного виховання входить в протиріччя з цим об'єктивним законом пізнання. Так як при вивченні будь-якого предмета або явища вихователю пропонується спочатку звертати увагу дітей на його окремі зовнішні ознаки і лише потім розкривати його цілісний образ. Однак форсування аналітичної тенденції в пізнавальному розвитку дошкільнят може призводити до істотного зниження їх творчих здібностей. Є

дані, що страхи і інші негативні переживання у афективних дітей безпосередньо пов'язані з їх не вмінням бачити ціле раніше частин, тобто вловлювати в окремих подіях сенс, за що дається контекстом цілісної ситуації. Звідси випливає необхідність розвитку у дошкільнят системності мислення.

Говорячи про проблему творчих здібностей дітей, хотілося б наголосити, що їх ефективний розвиток можливий лише за спільних зусиль як з боку вихователів дошкільних установ, так і з боку сім'ї. На жаль, педагоги скаржаться на відсутність належної підтримки з боку батьків, тим більше, якщо це стосується педагогіки творчості. Тому доцільно проводити спеціальні бесіди та лекції для батьків, на яких би розповідалося про те, чому так важливо розвивати творчі здібності з дитинства, які умови необхідно створювати в сім'ї для їх успішного розвитку, які прийоми та ігри можна використовувати для розвитку творчих здібностей в сім'ї, а також батькам рекомендувалося б спеціальна література з цієї проблеми.

3.3 Програма психологічної корекції неефективного (порушеного) типу батьківського ставлення до дитини

Програма, яка формує етап експерименту проведено в групі з неефективним типом батьківського ставлення до дитини, в яких емоційне неблагополуччя в сім'ї виражена найяскравіше. Корекційна програма спрямована на роботу, як з дітьми, так і батьками.

До групи були відібрані 10 дітей: Руслана М., Валентин П., Євгенія С., Тетяна С., Наталія Р., Іван Д., Дмитро М., Юрій Б., Соломія В., Катерина Є., і їхні батьки.

Мета формуючого етапу експерименту - розвиток і гармонізація дитячо-батьківських відносин у родині. Представлена мета реалізовувалася нами в програмі корекції дитячо-батьківських відносин і тривожності дітей старшого дошкільного віку.

Система занять передбачає проведення 10 занять, кожне заняття має свої цілі, зміст, домашнє завдання. В основу формуючого етапу експерименту були взяті теоретичні і практичні розробки Ю. Б. Гіппенрейтер, І. М. Марковської, Е. Берна, Т. Гордона, Р. Кемпбелла. Система занять показана в таблиці 3.4.

Таблиця 3.4.

Система занять по розвитку і гармонізації дитячо-батьківських відносин

Назва	Мета
1. «Знайомство»	Знайомство учасників один з одним, з цілями занять
2. «Світ дорослий і світ дитячий»	Усвідомленням різниці між світом дорослого і світом дитини. Навчити розрізняти три стану свого «Я»: батько, дитина і дорослий
3. «Мова прийняття»	Ознайомлення з поняттями «прийняття» і «неприйняття» дитини. Обговорення питання про ефективну батьківської позицію.
4. «Давайте спілкуватися»	Встановлення довірчого відносини між батьками і дітьми
5. «Що значить чути почуття?»	Усвідомлення необхідності прислухатися не тільки до слів дитини, але і до його почуттів
6. «Конфлікт»	Ознайомлення учасників заняття з поняттям «конфлікт» і можливими шляхами її подолання
7. «Покарання та заохочення»	Ознайомлення з принципами використання покарань і заохочень

Продовження таблиці 3.4.

8. «Дисципліна»	Ознайомлення і учасників заняття з поняттям «дисципліна» і позитивними засобами її розвитку у дитини
9. «Давайте складати»	Встановлення оптимальних міжособистісних відносин між батьками і дітьми
10. «Заключне»	Обговорення правила спілкування з дитиною. Завершити роботу в групі. Підвести підсумки занять

При організації системи занять ми керувалися такими принципами Ю. Б. Гіппенрейтер та В. Е. Пахальян:

1. Принцип детермінізму, тобто всі аспекти розвитку особистості дитини взаємопов'язані і взаємозумовлені. Так, наприклад, виникнення тривожності, страхів, неспокою, плаксивості у дитини-дошкільника сприятиме неефективний тип батьківського відносини.

2. Принцип єдності розвитку особистості дитини та спілкування передбачає, що вплив на розвиток дитини здійснювалося з урахуванням його мікросоціальної ситуації розвитку (взаємини з батьками, близькими членами сім'ї, педагогами, однолітками).

3. Принцип стереоскопічності, тобто в процесі формуючого експерименту необхідно було враховувати думки про проведені впливах обох вихователів (які працюють з дітьми експериментальної групи), музичного керівника, медичного персоналу, батьків, інструктора з фізичної культури.

4. Принцип не нанесення шкоди вимагає організації формуючого експерименту, що не завдає шкоди здоров'ю, станом і соціальним статусом дитини.

5. Принцип обліку вікових і психологічних, індивідуальних особливостей дитини погоджує вимоги відповідності ходу психічного і особистісного

розвитку дитини нормативному розвитку, з одного боку, і визнання факту унікальності і неповторності конкретного шляху розвитку кожної особистості - з іншого.

Таким чином, в процесі реалізації системи занять, було передбачено вирішення поставлених завдань, а саме:

- 1) формування ефективного (оптимального) типу батьківського відносини;
- 2) розвиток емоційного благополуччя дитини в сім'ї старшого дошкільника;
- 3) гармонізація взаємовідносин між батьками та дітьми старшого дошкільного віку.

3.4. Аналіз результатів після впровадження програми корекції неефективного (порушеного) типу батьківського ставлення до дитини

З метою виявлення ефективності впровадженої нами програми, а саме які зміни відбулися в дитячо-батьківських відносинах і чи відбулася гармонізація в цих відносинах після реалізації системи занять, нами було проведено контрольний експеримент. Контрольне дослідження емоційного благополуччя дитини в сім'ї і типу батьківського ставлення до нього проходив з використанням тих же методик, що і в констатуючому експерименті.

Розглянемо результати методики «Кінетичний малюнок сім'ї», які показали діти старшого дошкільного віку та їх батьки до формуючого експерименту і після нього (таблиця 3.5.).

Таблиця 3.5.

**Результати контрольного експерименту по емоційному благополуччю або
неблагополуччю дитини в сім'ї**

Ф. І. дитини	Емоційне благополуччя	Емоційне неблагополуччя
1. Руслана М.	+	
2. Валентин П.	+	
3. Євгенія С	+	
4. Тетяна С.	+	
5. Наталія Р.		+
6. Іван Д.	+	
7. Дмитро М.	+	
8. Юрій Б.	+	
9. Соломія В.	+	
10. Катерина Є.		+

Результати контрольного експерименту за методикою «Опитувальник батьківського ставлення» (А.Я. Варга і В.В. Столін) представимо в таблиці 3.6.

Таблиця 3.6.

**Типи батьківського ставлення до дитини за результатами
експерименту, що констатує**

ФІО дитини	Типи батьківського ставлення				
	«Ухвале ння- відкидан ня»	«Кооперація»	«Симбіоз»	«Авторитар на гіперсоціалі зація»	«Мале нький невда ха»
Руслана М.			+		

Продовження таблиці 3.6.

Валентин П.		+			
Євгенія С		+			
Тетяна С.		+			
Наталія Р.					+
Іван Д.			+		
Дмитро М.			+		
Юрій Б.		+			
Соломія В.		+			
Катерина Є.		+			

За результатами дослідження (таблиця 3.5), після формуючого експерименту ми бачимо, що тепер переважаючий тип батьківського відносини - «кооперація». У той час як до формуючого експерименту переважаючим типом батьківського ставлення до дитини було - «прийняття-відкидання».

Отже, за результатами дослідження за визначенням батьківського ставлення до дитини старшого дошкільного віку, видно що, до формуючого експерименту типи батьківського ставлення до дітей за шкалами: «прийняття-відкидання» - 35%, «кооперація» - 25%, «симбіоз» - 15%, «авторитарна гіперсоціалізація» також - 15% і «маленький невдаха» - 10%.

Після формуючого експерименту в досліджуваній групі ми отримали результати, які також значно покращилися (зображені у таблиці 3.5):

- переважаючим типом батьківського ставлення є «кооперація» - 60%, який відтворює соціально бажаний образ батьківського відносини. Вони зацікавлені в справах дитини, намагаються в усьому йому допомогти; намагаються бути з ним на рівних, довіряють дитині, намагаються прийняти його точку зору в спірних питаннях;

- «симбіоз» - 30%;

- «маленький невдаха» - 10%;

- такі типи батьківського відносини як «прийняття-відкидання» і «авторитарна гиперсоціалізація» не виявлено зовсім.

Таким чином, аналізуючи результати контрольного етапу експерименту, ми довели, що розроблена система занять показала свою ефективність. Корекційні заняття допомогли зняти напруженість в дитячо-батьківських відносинах, сформувати знання у батьків про психолого-педагогічних особливостях дітей, усунути негативні емоції, встановити доброзичливе, чуйне ставлення до дітей з боку батьків і довести батькам і дітям, що сім'я - це єдиний організм.

Відбулися істотні зміни у 90% дітей - вони стали відчувати емоційне благополуччя в родині. Так, діти у своїх малюнках стали використовувати теплі тони, в одязі членів сім'ї з'явилися яскраві кольори (червоний, жовтий, зелений, блакитний і т.д.), стали зображати повний склад сім'ї, багато індивідуальних деталей (у пап - окуляри, краватки; у мам - гарні зачіски, прикраси). В цілому, діти до завдання намалювати сім'ю поставилися охоче, малювали старанно. І лише 10% дітей - залишилися емоційно неблагополучні, з них 1 дитину часто хворіє і був відсутній на більшості заняттях з розвитку і гармонізації дитячо-батьківських відносин у родині, і 1 дитина, що має статус неповної, неблагополучної сім'ї.

Що стосується типів батьківського ставлення, то і тут відзначаються значні зміни. Так, тип батьківського ставлення до дитини «кооперація» змінився з 25% до 60%, що є ефективним (оптимальним) батьківським ставленням до дитини старшого дошкільного віку, так батьки стали цікавитися в справах і планах дитини, намагатися у всьому йому допомогти, високо оцінювати інтелектуальні та творчі здібності дитини, викликаючи почуття гордості за нього, заохочувати ініціативу і самостійність, намагатися бути з ним на рівних, довіряти дитині, намагатися встати на його точку зору в спірних питаннях.

Отже, система занять на розвиток і гармонізацію батьківсько-дитячих відносин, дозволили встановити більш теплий емоційний контакт між батьками та дітьми, сприяли гармонізації батьківсько-дитячих відносин у родині дитини, закріпленню доброзичливості і розуміння в їхніх взаєминах.

ВИСНОВКИ

Сім'я є інтелектуальним і посередницькою ланкою передачі дитині соціально-історичного досвіду, і, перш за все, досвіду емоційних і демократичних взаємин між людьми, досвіду ставлення до явищ, продуктам життя.

Аналізуючи психолого-педагогічну літературу, було встановлено, що сім'я є системою соціального функціонування людини. Вона забезпечує своїм членам економічну, соціальну та фізичну безпеку, турботу про малолітніх, людей похилого віку та хворих, умови для соціалізації підлітків і, що найважливіше, об'єднує своїх членів почуттям любові, спільності і радості життя.

Проблема сім'ї, виховання дітей відображена в роботах таких авторів як Л.С. Алексєєва, Л. І. Божович, М.А. Галагузова, Т. А Куликова, С.В Ковальова, І.П. Подлас, В.І. Титаренко, В.В. Ткачова, І.А. Фурманова та ін.

Сім'я виконує ряд функцій важливих для суспільства, необхідних для життя кожної людини: це виховна, репродуктивна, господарсько-побутова, соціально-контролююча, функція організації дозвілля.

В ході дослідження були вивчені стилі сімейного виховання: демократичний, авторитарний, ліберальний та індивідуальний, та їх вплив на розвиток здібностей дитини.

Демократичний стиль виховання передбачає наявність довірчого діалогу. Обмеження існують, але їх значимість докладно пояснюється. Батьки — авторитети, а контроль над дитиною здійснюється в розумних межах. Дитячі психологічні проблеми виносяться на обговорення. Емоційна підтримка в такій сім'ї — абсолютна норма. Природно, відсутня насильство будь-якого роду: покарання за проступки гуманні і послідовні. Особливість авторитетного стилю виховання — «сімейна демократія», де враховується думка всіх.

При авторитарному стилі виховання спостерігається примус як основний метод виховання, в діяльності батьків домінує догма загальної опіки, безпомилковості, одноосібного прийняття рішень. Діти авторитарних батьків, як правило, відрізняються замкнутістю, несамостійністю, боязкістю, дратівливістю. У підлітковому віці може спостерігатися реакція протесту, що виражається в агресивній поведінці, відхід з будинку. Це і показало наше практичне дослідження.

Ліберальний стиль виховання характеризується невтручанням батьків в процес виховання своїх дітей. Діти в таких сім'ях виростають неслухняними, і часто просто не вміють вести себе на людях.

Індиферентний стиль виражається в байдужості батьків і матерів. Вони, як правило, холодні і недбайливі. Неувага також сильно деформує дитячу психіку, як і тотальний гіперконтроль. Якихось певних правил немає, як немає і любові. У цьому значуща відміна від ліберального типу. Прикладом служать алкоголіки, чиї діти ростуть «вовчками», тобто замкнутими і недовірливими. Звичайно, такі діти теж схильні до асоціального способу життя.

Найоптимальнішим стилем виховання, звичайно ж, є демократичний - той при якому в дитині цінується його незалежність і самостійність, до дитини проявляється довіра і визнається право на автономію.

Підводячи підсумки, необхідно відзначити, що, як правило, діти засвоюють зразки поведінки своїх батьків, набувають переконаність в їх ефективності і в майбутньому можуть застосовувати їх в якості виховання уже своїх дітей.

Останнім часом дуже часто зустрічаються порушення дитячо-батьківських відносин, тому виникла необхідність у вивченні цих відносин, з подальшим їх розвитком і гармонізацією у родині.

В результаті теоретичних досліджень був підібраний психодіагностичний інструментарій: для вивчення дитячо-батьківських відносин у родині дошкільнят, були апробовані 2 методики: «Кінетичний малюнок сім'ї» (Бернс

Р., Кауфман С.) для визначення емоційного благополуччя або емоційного неблагополуччя дитини в сім'ї, а також використовувався «Опитувальник батьківського ставлення» (Варга А.Я., Столін В.В.) для визначення переважаючого типу батьківського ставлення до дитини.

У процесі констатуючого етапу експерименту за підсумками проведення методик ми отримали наступні результати:

- емоційне благополуччя в сім'ях відчувають 60% опитаних дітей, а емоційне неблагополуччя відчувають 40% дітей;
- за визначенням переважного типу батьківського ставлення до дитини в групі дітей можна виділити такий тип як «прийняття-відкидання» (35%). Даний тип батьківського відносин є неефективним (порушеним).

За результатами експерименту, що констатує була сформована експериментальна група дітей старшого дошкільного віку, яку склали діти з емоційним неблагополуччям в сім'ї, а також з неефективним типом батьківського ставлення до дитини. Групу склали 10 сімей: діти і їх батьки.

При реалізації змісту формуючого етапу експерименту керувалися принципами корекційної роботи. Розроблена система занять, спрямована на розвиток і гармонізацію дитячо-батьківських відносин у родині дошкільника, передбачала проведення 11-ти занять, кожне заняття мало свої цілі, зміст, домашнє завдання.

На контрольному етапі експерименту, в ході порівняльного аналізу, ми використовували ті ж діагностичні методики, що і на констатуючому етапі експерименту.

Результати діагностики показали, що відбулися істотні зміни, як у дітей, так і у їх батьків: по емоційному благополуччю дитини в сім'ї - відсоток дітей відчувають емоційне благополуччя збільшився на 30% і склав 90% дітей.

Змінився і тип батьківських відносин, так в результаті повторної діагностики, такий тип батьківських відносин як «кооперація» збільшився з 35% до 60%, а даний тип відноситься до ефективного (оптимального) типу

батьківських відносин, який сприяє гармонізації дитячо-батьківських відносин у родині. А такі типи батьківських відносин, як «прийняття-відкидання» і «авторитарна гіперсоціалізація», які відносяться до негативного рівня батьківських відносин не виявлено зовсім. Отже, аналіз результатів контрольного дослідження переконав нас у тому, що відбулися істотні зміни в поліпшенні дитячо-батьківських відносин, що відповідно позитивно вплинула на розвиток творчих здібностей дитини. Ми довели, що розроблена система занять була ефективна. Але надалі перспективою дослідження можуть бути системні заняття, що дозволять максимально підвищити рівень творчих здібностей дитини.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Белова Є.С. Обдарованість малюка: розкрити, зрозуміти, підтримати Є.С. Белова. Флінта, 2004. 144с.
2. Дружинін В.М. Психологія загальних здібностей. Санкт-Петербург, 2002.
3. Єрмолаєва-Томіна Л.Б. Проблеми розвитку творчих здібностей (за матеріалами зарубіжних досліджень). Питання психології. 1975.
4. Ільїн Є.П. Психологія творчості, креативності, обдарованості. Санкт-Петербург: Пітер. 2009. 448с.
5. Левицька І.Б., Турчак С.К. Розвиток креативності школяра. Педагогіка. 2007. № 4. 112-114с.
6. Маляко В.О. Чи можна навчити творчості? Обдарована дитина. 1998.
7. Ніколаєва Є.І. Психологія дитячої творчості. Санкт-Петербург. 2006.
8. Новлянська В.М. Чому діти фантазують? 1978.
9. Обдаровані діти: Пров. з англ. Загальн. ред. Г.В. Бурменській, В.М. Слущького. 1991. 376с.
10. Психологія обдарованості дітей та підлітків. За ред. Н.С. Лейтес. - М.: Академія, 1996. - 416с.
11. Сологуб О. Технологія креативного навчання О. Сологуб. Управління освітою. 2006.
12. Федотова Т.В. Основні підходи до проблеми розвитку креативності особистості. Практична психологія та соціальна робота. 2007. № 9. 60-65с.
13. Шмайс К. Вступ до танцювальної терапії. *Електронний ресурс. К. Шмайс Американський журнал танцювальної терапії*. 1986. Том 9. 23–30с.
14. Бирюкова І. Танцевально-двигательная терапия. *Електронний ресурс. І. Бирюкова. Московський психологічний журнал*. 2008.
15. Осіпова А. А. Загальна психокорекції. Навчальний посібник., 2002, 84.

16. Джонсон Д.Л. Контрольний список креативності, 1979.
17. Торренс Є.П. Тести Торренса на креативне мислення. Особиста преса, 1972, 1983.
18. Тунік Є.Є. Психодіагностика творчого мислення. Творчі тести. Санкт-Петербург, 1997.
19. Тунік Є.Є. Діагностика креативності. Тест Є. Торренса, 1998.
20. Арт-терапія. Упоряд. та загальна ред. Копитіна А.І. Санкт-Петербург.: Пітер, 2001.
21. Ділео Д. Дитячий малюнок: діагностика та інтерпретація Д. Ділео. Квітень Прес. Видавництво ЕКСМО-Прес. 2001. 272с.
22. Потьомкіна О. Ф., Потьомкіна Є. В. Психологічний аналіз малюнка і тексту. Санкт-Петербург. 2006. 524с.
23. Фатєєва А. А. Малюємо без пензлика; худож. А. А. Селіванов. Ярославль: Академія розвитку. 2007. 96с.
24. Ферс Г. Таємний світ малюнка: Лікування через мистецтво. Санкт-Петербург. 2003. 176с.
25. Горошко Н.А. Зображувальна діяльність у дошкільних навчальних закладах: малювання, аплікація. 2007. 224с.
26. Дабіжа Л.П. Розвивати творчий потенціал. Дошкільне виховання. 2002.
27. Кодіна Д. Н. Нетрадиційні техніки малювання. Сучасна дошкільна освіта. 2009. № 5. 15-16с.
28. Курочкіна М. Методи розвитку творчих здібностей молодших школярів. Виховання школярів. 2009. № 4. 48-51с.
29. Піддяков Н.М. Новий похід до розвитку творчості у дошкільнят. Зап. психології. 1990. №1. 16-20с.
30. Сухорукова Г. В. Дитяче експериментування як засіб розвитку творчості образотворчої діяльності. Інноваційні технології у дошкільній освіті України: розвиток дитячої обдарованості та креативності. 2012. 396с.

31. Веб-сайт Американської асоціації музичної терапії. 2019.
32. Веб-сайт Сертифікаційної ради музичних терапевтів. 2019.
33. Веб-сайт Всесвітньої федерації музикотерапії. 2019.
34. Хрестоматія з тілесно-орієнтованої психотерапії та психотехніки за ред. В. Баскакова. 1997. 2-е видання.
35. Олена Макаренко. Музикотерапія у роботі з дошкільниками. Практичний психолог ДНЗ №20. м. Луцьк. Психолог довкілля №6. 2012. 18-21с.
36. Психотерапевтична енциклопедія за ред. Б. Карвасарського.
37. Буданцева Н. І. Стаття на тему: Танцювальна терапія. 2018.
38. Андрєєва Т.В. Сімейна психологія. Санкт-Петербург. 2004. 244с.
39. Грецов А. Г. Практична психологія для підлітків та батьків. Санкт-Петербург. Питер. 2006. 224с.
40. Астремська, І. В. Прикладні методики та основи супервізії в соціальній роботі: навчальний посібник. Миколаїв: ЧНУ ім. Петра Могили. 2017. 116с.
41. Половіна О.А. Піскова терапія: міражі піщаної педагогіки. Київський університет імені Бориса Грінченка. 2012.
42. Олена Макаренко. Музикотерапія у роботі з дошкільниками. Практичний психолог ДНЗ №20. м. Луцьк. Психолог довкілля №6 (35), червень 2012. 18-21с.
43. Крюкова Т. Л., Сапоровська М. В., Куфтяк Є. В. Психологія сім'ї: життєві труднощі і співволодіння з ними. 2005.
44. Карабанова О. А. Психологія сімейних відносин та основи консультування. Гардаріки. 2004.
45. Кован Ф. А., Кован В. П. Стиль батьківської поведінки і розвиток трирічної дитини. Питання психології. 1989. № 4.
46. Варган. Я. Структура і типи батьківського ставлення: Дисс. канд. психол. наук. 1986.

47. Мясищев В. П. Психологія відносин: вибрані психологічні праці. Воронеж: НВО «МОДЕК». 1995.
48. Хоментаскас Г. Т. Сім'я очами дитини. Педагогіка. 1984.
49. Шнейдер Л. Б. Психологія сімейних відносин. Курс лекцій. 2000.
50. Арт-терапия. Составляющая и общая ред. Копытина А.И. Санкт-Петербург. Питер. 2001.
51. Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением. 1989.
52. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте. Психологический очерк. Книга для учителя 3-е изд. Просвещение. 1991. 93с.
53. Грегг М. Ферс. Тайный мир рисунка. Исцеление через искусство. Санкт-Петербург. Европейский дом. 2000.
54. Гренлюнд Э. Оганесян Н.Ю. Танцевальная терапия. Теория, методика, практика. Санкт-Петербург. 2004. 288с.
55. Калашник Т.И. Методы творческого самовыражения и арт-терапии в психокоррекционной работе. Методическое пособие для Практических психологов образования. Одесса: ИУУ. 1999. 53.
56. Лоуэн А. Терапия, которая работает с телом. Санкт-Петербург. 2000.
57. Никитин В.Н. Телесно-ориентированная и арт-терапия в работе с детьми и подростками. Киев. 1997.
58. Бетенски М. Что ты видишь? Новые методы Арт-терапии. Издательство ЄКСМО-Пресс. 2002.
59. Винникотт Д. Игра и реальность. Институт обще-гуманитарных исследований. 2002. 288с.
60. Шевченко Ю.С. Музыкотерапия детей и подростков. Психокоррекция: теория и практика. 1995.
61. Варга А. Я. Типы неправильного родительского отношения. дис. канд. психол. наук А. Я. Варга. 1987. 12с.

62. Кобытова Г. С. Психологические особенности внутрисемейных отношений и их влияние на проявление школьной дезадаптации: дис. канд. психол. наук Г. С. Кобытова. – М. 1998. – 166с.

63. Столин В. В. Психология развития ребенка и взаимоотношений родителей и детей как теоретическая основа консультативной практики. В. В. Столин, Е. Т. Соколова, А. Я. Варга; под ред. А. А. Бодалева, В. В. Столина. Семья в психологической консультации. Опыт и проблемы психологического консультирования. 1989. 16-37с.

64. Никитин Б. П. Л. А. Никитина. Мы и наши дети. Молодая гвардия. 1980. 223с.

65. Марковская И. М. Опросник для изучения взаимодействия между родителями и детьми. Семейная психология и семейная терапия. 1999. 16-18с.

66. Гозман Л. Я. Шлягина Е. И. Психологические проблемы семьи. Вопросы психологии. 1985. 186-187с.