

Висновки. Важливими психологічними особливостями особистості каратистів-початківців, представників низького рівня майстерності, є початок процесу формування системи вольових якостей.

Список використаних джерел

1. Книга Самурая: Сборник. – СПб.: Евразия, 2003. – 384 с.
2. Ояма М. Путь каратэ Кёкусинкай /М.Ояма. – М.: До-информ, 1992. – 107 с.
3. Ояма М. Это каратэ /Масутацу Ояма. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2001. – 320 с.
4. Ояма М. Классическое каратэ /М.Ояма. – М.: Эксмо, 2008. – 256 с.

Peculiarities of the training process and the technical program in the kyokushinkai karate are considered in the article. Detailed characteristics of the white and orange skill belts are given. Psychological peculiarities of a personality of a karatist-beginner with a low qualification level are also covered.

Keywords: kyokushinkai karate, training process, technical program, white belt, orange belt, psychological peculiarities, personality, karatist-beginner.

Отримано: 14.03.2011

УДК 159.923.2-053.4:615.851

О.В.Осика

Арт-терапевтичні методи як чинник морального розвитку особистості дитини

У статті розглянуто провідні арт-терапевтичні методи як чинник морального розвитку особистості дитини. Окреслено блок морально-етичних проблем та задач, котрі потребують негайного втручання психотерапевта і термінового розв'язання. Висвітлено етапи та методику психокорекційної роботи.

Ключові слова: арт-терапевтичні методи, моральний розвиток, особистість, дитина.

В статье рассмотрены ведущие арт-терапевтические методы как фактор нравственного развития личности ребенка. Очерчены блок морально-этических проблем и задач, которые требуют немедленного

вмешательства психотерапевта и срочного решения. Освещены этапы и методика психокоррекционной работы.

Ключевые слова: арт-терапевтические методы, нравственное развитие, личность, ребенок.

Постановка проблеми. В процесі дослідження морального розвитку школяра необхідно вивчити психологічну природу та характерні особливості арт-терапевтичних методів як чинника морального розвитку особистості дитини.

Аналіз основних досліджень і публікацій. Психологічна наука широко досліджує структуру, механізми та психологічні особливості провідних арт-терапевтичних методів: Р.Азовцева, Е.Гарднер, Т.Зінкевич-Євстігнеєва, Р.Овчарова, А.Осіпова.

Формулювання цілей статті (постановка завдання). Метою дослідження є вивчення ефективної роботи арт-терапевтичних методів у процесі морального розвитку особистості дитини.

Виклад основного матеріалу дослідження. Танцювальна терапія застосовується в роботі з дітьми, що мають емоційні розлади, порушення спілкування, міжособистісні взаємодії. Використання цього методу потребує від психолога досить глибокої підготовки.

Мета *танцювальної терапії* – розвиток усвідомлення власного тіла, створення позитивного образу тіла, розвиток навичок спілкування, дослідження почуттів і придбання групового досвіду. В історії розвитку танцювальної терапії К.Рудестам виділив низку ключових подій.

Перша зв'язана з необхідністю фізичної, психічної реабілітації ветеранів, що брали участь у другій світовій війні.

Другим фактором, що сприяє зростанню популярності танцювальної терапії, є рух тренінгу людських відносин, що з'явився в 60-х роках ХХ ст.

Третє. Інтерес до нових програм танцювальної терапії був підігрітий дослідженнями з невербальної комунікації, особливо аналізом комунікативних функцій людського тіла. Танцювальна терапія спонукає до волі і виразності руху, розвиває рухливість і зміцнює сили як на фізичному, так і на психічному рівнях.

Головна установка формулюється так: рухи відбивають риси особистості. Танцювальна терапія спрямована на вирішення таких задач: 1) поглиблення усвідомлення членами дитячої групи власного тіла і можливостей його використання; 2) посилення почуття власної гідності; 3) розвиток соціальних навичок; 4) допомога членам дитячої групи вступити в контакт з їхніми власними почуттями; 5) створення дітьми “магічного кола”. Спеціальні вправи танцювальної терапії являють собою вільне

розгойдування, рухи, що вимагають зібраності і контролю над тілом, чергування розслаблення і зібраності, зв'язаних з дихальним циклом, необхідність переміщення в кімнатах лише певним чином.

Методика проведення. На першому етапі розминальні вправи мають фізичний (“розігрів”), психічний (ідентифікація з почуттями) і соціальний (установлення контактів) аспекти.

Одним із варіантів початку заняття передбачається виконання спонтанних рухів вільної форми під попури, з різних мелодій. Тут трапляються вправи, що містять струшування, розтяжки, розгойдування, удари, потрушування, що, починаючи з кистей рук, поширюються на ліктьові суглоби, плечі, грудну клітину. Ці вправи повторюються доти, доки вся група дітей не розігріється як слід.

На другому етапі відбувається розробка загальногрупової теми. Наприклад, розробляється тема “зустрічей і розставань”. На рівні рухів можуть “зустрічатися” і “розставатися” окремі частини тіла. Кисті рук і лікті можуть “зустрітися”, щоб відразу “розстатися”, чи вони можуть “зустрітися”, щоб “вступити в бійку” або ніжно “обійняти” одне одного.

На заключній стадії заняття тема розробляється з використанням усього наданого групі простору, при цьому, змінюється швидкість рухів і їхня послідовність. Керівник групи може бути: партнером у танцях, розпорядником (організатором), каталізатором морального розвитку особистості дітей через рух, у світі чарівного танку.

Танцювальна терапія використовується для поліпшення фізичного стану, виходу емоцій, удосконалювання навичок міжособистісної взаємодії, для одержання позитивних емоцій, розширення моральної свідомості та самосвідомості дітей. Звичайна тривалість заняття – 40 – 50 хвилин. Заняття можуть бути щоденними, щотижневими. У профілактичних цілях можливе проведення одноразових танцювальних марафонів з морального розвитку особистості дитини. Оптимальний кількісний склад групи – 5-12 дітей.

Складання історій, розповідей використовується для поживлення почуттів дитини, вербалізації образів, асоціацій, символів, що є в доробку дитини, для того щоб перетворити внутрішнє занепокоєння в конкретний образ і надихнути на творчість. Цей метод може використовуватися як в індивідуальній, так і в груповій роботі з дітьми.

Процес написання розповідей, творів, щоденникових записів сприяє звільненню від багатьох переживань й усвідомленню внутрішнього конфлікту дитини.

Р.М.Стіртцінгер запропонував метод “загального складання історій” дитиною і дорослим. Цей метод використовувався ним для того, щоб допомогти дитині знайти адекватні способи розв’язання конфліктів, котрі породжують порушення поведінки дитини вдома й у школі, мають певний вплив на процес морального розвитку особистості дитини.

Метод реалізується так: спочатку свою історію розповідає дитина, потім її продовжує дорослий, котрий уводить в оповідання “більш значущі” способи адаптації і розв’язання конфліктів, ніж ті, що були викладені дитиною. Кожну історію дитина починає зі слів: “Одного разу...”, “Давним – давно...”, “Колись...”, “Далеко-далеко...”. Наприкінці кожної історії дитина придумує заголовок, котрий допомагає психологу виділити найбільш важливі аспекти історії, звернути увагу колег на необхідність активно використовувати жанрову та стильову своєрідність, ідейно-тематичний потенціал творів у процесі морального розвитку особистості дитини.

Метод “загального складання історій” може використовуватися і для групових занять з дітьми. При цьому одна дитина пропонує початок розповіді, друга продовжує, третя складає кульмінацію розповіді, четверта придумує розв’язку. Після того, як розповідь складена, діти обговорюють її, і дорослі пропонують їм альтернативні способи розв’язання конфліктів, більш прийнятні в сучасному суспільстві й надзвичайно важливі в процесі морального розвитку особистості дитини.

Лялькотерапія як метод базується на процесі ідентифікації дитини з улюбленим героєм мультфільму, казки чи улюбленою іграшкою [1; 2].

Основним прийомом корекційного впливу є лялька як проміжний об’єкт взаємодії дитини і дорослого. Лялькотерапія широко використовується для розв’язання інтра- та інтерперсональних конфліктів, поліпшення соціальної адаптації, у корекційній роботі зі страхами, заїкуватістю, порушеннями поведінки, а також для роботи з дітьми, що мають емоційну травму. Можливі індивідуальна та групова форми лялькотерапії. Лялькотерапія популярна як у зарубіжній (*Ф.Зімбардо*), так і у вітчизняній практиці корекційної роботи (*І.Вигодська, О.Захаров, А.Співаковська*).

Гра з лялькою дає змогу використовувати природне і безболісне втручання дорослого в психіку дитини для її корекції чи психопрофілактики.

Процес лялькотерапії проходить у два етапи: 1) виготовлення ляльок; 2) використання ляльок для відреагування значущих емоційних станів.

Процес виготовлення ляльок також є корекційним. Захоплюючись процесом виготовлення ляльок, діти стають більш спокійними, урівноваженими. Під час роботи у них розвивається довільність психічних процесів, з'являються навички концентрації уваги, сидючості, розвивається увава. Все це позитивно впливає на моральний розвиток особистості дитини, на процес її морального становлення.

У лялькотерапії використовуються такі варіанти ляльок: ляльки-маріонетки, пальчикові ляльки, тіньові ляльки, мотузкові ляльки, площинні ляльки, рукавичні ляльки, об'ємні ляльки. Таке розмаїття лялькової країни має непересічний вплив на моральний розвиток особистості дитини, на унікальність та своєрідність її духовного світу.

Казкотерапія — метод, що використовує казкову форму для інтеграції особистості, розвитку творчих здібностей, розширення свідомості, удосконалювання взаємодій з навколишнім світом. До казок зверталися у своїй творчості відомі зарубіжні і вітчизняні психологи: Р.Азовцева, Е.Берн, Е.Гарднер, Т.Зінкевич-Євстігнеєва, А.Менегетті, М.Осоріна, Е.Фромм.

Образи казок належать одночасно двом психічним рівням: свідомості і підсвідомості. Виділяють такі корекційні функції казки: психологічну підготовку до напружених емоційних ситуацій; символічне відреагування фізіологічних і емоційних стресів; прийняття в символічній формі своєї фізичної активності.

Психологічний простір роботи з казкою.

1. Використання казки як метафори. Текст та образи казок викликають вільні асоціації, які торкаються особистого життя дитини, а потім ці метафори й асоціації обговорюються щодо морального розвитку особистості дитини.

2. Малювання за мотивами казки. Вільні асоціації проявляються в малюнку, а далі відбувається аналіз графічного матеріалу.

3. Обговорення поведінки і мотивів дії персонажа слугує приводом для обговорення цінностей поведінки людини, виявляє систему оцінок людини в категоріях: “добре – погане”, нагальні проблеми та провідні напрямки морального розвитку особистості дитини.

4. Програвання епізодів казки. Дає змогу дитині, дорослому відчути емоційно значущі ситуації та програвати емоції.

5. Використання казки як притчі-моралі. Підказка за допомогою метафори варіантів вирішення ситуації. Спрямованість потенціалу метафоричного світу в сферу морального розвитку особистості дитини.

6. *Творча робота за мотивами казки* (складання, дописування, переписування казок).

Жанр казки надзвичайно багатий і різноманітний, він містить у собі: казки побутові, казки-загадки, казки-байки, притчі, казки про тварин, чарівні казки, казки з перетвореннями. Казки поділяються на традиційні (народні) й авторські. Привабливість казок для психокорекції і морального розвитку особистості дитини полягає в таких їхніх рисах: 1) відсутність у казках прямолінійної моралі та нудних повчань; 2) через образи казки дитина стикається з життєвим досвідом багатьох поколінь. Перемога добра в казках забезпечує дитині психологічну захищеність та надійну підтримку в процесі морального розвитку особистості дитини; 3) головний герой – це збірний образ, і дитині легше ідентифікувати себе з героєм казки і стати учасником казкових подій на шляху до країни добрих справ; 4) ореол таємниць і чарівництва, привабливості й неперевершеності краси духовного світу.

Основні прийоми роботи з казкою:

1. *Аналіз казок.* Мета – усвідомлена інтерпретація того, що стоїть за кожною казковою ситуацією, конструкцією сюжету, поведінкою героїв. Для аналізу дається знайома казка. Дитині пропонується відповісти на певні запитання за змістом казки.

2. *Розповідання казок.* Прийом допомагає опрацювати такі моменти, як розвиток фантазії, уяви, здібності до децентрації. Дитині або групі дітей пропонується розповісти казку від першої, третьої особи або від імені інших дійових осіб, які беруть чи не беруть участь у казці.

3. *Переписування казок.* Переписуючи казку, дописуючи свій кінець або доповнюючи необхідні їй персонажі, дитина вибирає найбільш відповідний їй внутрішньому стану варіант вирішення ситуації, який дозволяє їй звільнитися від внутрішнього напруження.

4. *Постановка казок за допомогою ляльок.* Робота з лялькою дозволяє вдосконалювати та проявляти через ляльку ті емоції, які дитина за якимись причинами не може собі дозволити проявляти.

5. *Складання казок.* Дитина може складати казку індивідуально, спільно з групою; на тему, запропоновану психологом або вибрану самостійно; за опорними словами. Казка дає змогу дитині відреагувати значимі емоції, виявити внутрішні конфлікти та утруднення в процесі морального розвитку її особистості [2].

Представимо систему вправ, що сприяють моральному розвиткові особистості дитини.

Вправа “Герої добрі та злі”.

Розвиток пізнавальної активності, тренінг експресії. Діти називають і демонструють мімікою основні якості характеру казкових героїв.

Кого з них ви обрали б собі за друга? Чому? У кого з казкових героїв серце було: кам'яне, złе, золоте, самотнє, холоднє, прекраснє, щедре?

Гра-експеримент “Подаруй своє серце”

На дошці портрети добрих і злих героїв казок, дітям пропонується “подарувати своє сердечко” герою, який їм подобається.

Подорож у казкову країну

Гра “Дракон”. Послухайте історію про Дракона. У деякому царстві, у деякій державі жив-був Дракон. Характер у нього був кепський, примхливий. Ніщо не подобалося йому. Ранком він просинався роздратованим, удень ходив сердитим, а спати лягав незадоволеним. Одного разу в похмурий дощовий день Дракон відчув себе дуже самотнім.

“Чому ж ніхто не дружить зі мною?” – замислився Дракон. Він думав цілих чотири хвилини, але так і не здогадався, чому це з ним ніхто не дружить. І вирішив Дракон звернутись до мудрого Філіна... Філін пояснив Драконові, що з таким характером важко розраховувати на дружбу.

“Що ж мені робити?” – спитав Дракон.

“Треба випити чарівний напій,” – порадив Філін.

“Що за напій?” – здивувався Дракон.

“Напій зроблений з тільки що придуманих казок. Адже в казках зібране все добро, усі фантазії, уся мудрість людей. Якщо ти вип'єш цей напій, то одержиш усі ці якості і почнеш одержувати любов і повагу. Ти більше не будеш одинаком – у тебе з'являться друзі”. “Хто ж придумає нові казки, хто полюбить мене?” – захвилювався Дракон.

– Діти, ви згодні допомогти Драконові? Але, на жаль, ліки для Дракона приготувати дуже складно: вони складаються з трьох частин.

У першій склянці повинні бути казки, придумані за поданим початком. У другій склянці – за серединою... У третій склянці – за кінцівкою...

1) Послухайте початок казки і спробуйте закінчити її.

Казка: жив-був Войовничий Півень. Він дуже пишався своїм міцним дзьобом і гострими шпорами. Його так і прозвали у дворі – Півень-Воїн. Не проходило дня, щоб Півень-Воїн когось не образив: то каченя клюне, то в щеняти з хвостика вирве шерсть, то курей від

годовниці прожене... Довго терпіли мешканці двору ці образи. Одного разу зібралися вони під ганком і домовились...

2) А тепер я розкажу вам середину казки, а вам необхідно придумати початок і кінець. Слухайте!

... І він пішов на пошуки. Довгий і тяжкий був його шлях, кінць його стомився, одяг зносився, а шкіра згрубіла. Він уже забув, як бенкетував у своєму палаці, як носив прекрасний одяг, як відпочивав у садах серед фонтанів і чудесних квітів, у затінку дерев.

Але ось він дістався до Країни Феї Печалі. Палац Феї стояв посеред мертвої кам'яної пустелі. Тільки вітер проносився над цим простором... Він зайшов до палацу. Фея чекала на нього.

“Навіщо ти прийшов до мене?” – спитала вона.

3) А зараз спробуйте скласти казку з таким кінцем:

... Вовк заскочив, потер поколотий ніс і побіг у хащу. Більше він ніколи не пробував полювати на Лужку.

Гра “Зустріч”

Ціль: розвиток уяви, збагачення словника, формування вміння вести діалог з огляду на особливості співрозмовника. Інструкція:

I варіант – Уявіть собі, що зустрілися двоє і розмовляють. Про що б вони могли поговорити? А давайте спробуємо зіграти в цю зустріч! Нехай зустрінуться і поговорять: 1) Колобок і Лисичка; 2) добрий і злий чарівник; Дерево і Вітер.

II варіант – Вибрати собі пару. Нехай кожна пара придумає свою розмову і покаже її всім. Але не треба називати героїв. Героїв будуть відгадувати ті, хто дивиться зустріч.

Гра “Придумай казку”

Дітям пропонується розглянути кілька сюжетних малюнків і скласти за ними казку. Кожній дитині пропонується малюнок. Діти з'єднують усі малюнки в єдину розповідь з переходом від одного малюнка до іншого. У кожного за своїми малюнками народжується новий казковий світ. Наприкінці діти придумують назву казки.

Гра “Зустріч казкових героїв” (розігрування казок).

Психолог підбирає кожній дитині казковий персонаж, котрий володіє протилежними особистісними особливостями. Наприклад, конфліктній дитині дається роль персонажа, що з усіма дружить, усім допомагає (Попелюшка, Хлопчик-мізинчик...), дитині з низькою самооцінкою дається роль героя, яким усі захоплюються (Ілля Муромець, Василиса Премудра). Кожному героєві Чарівник дає по 5 життів, яких вони позбавляються, якщо змінюють стиль поведінки своїх героїв. Діти відкривають зустріч казкових героїв.

Тему для розмови діти вибирають самі. Вони придумують казку для своїх героїв і розігрують її.

Обговорення після гри. Опишіть свої відчуття в новій ролі. Чи зможете ви в реальному житті поводитися так, як ваш герой? Назвіть сильні і слабкі сторони кожного героя. Ця гра добре підходить для корекції негативних поведінкових реакцій, формування нового досвіду взаємин між дітьми.

Зустріч з Ласкавущою та Колючкою

Діти, сьогодні вас також чекає зустріч з казковими героями! Вони прийшли до нас з казки про чарівну країну “Теплого Пуху” – знайомтесь! Їх кличуть Ласкавущка і Колючка (через ширму з’являються казкові персонажі).

- Що це таке “Теплий пух”? (Це доброта, турбота, лагідність)
- На що насправді схожий “Теплий Пух”? (На добрі, лагідні, щирі слова.)
- А що таке “Холодна колючка”. (Це щось таке холодне, колюче, що боляче ранить, дуже неприємне.)
- Чому жителі “Теплого Пуху” знову стали щасливими? (Приймаємо всі можливі відповіді дітей.)
- Так, діти, в історії з Ласкавущою і Колючкою ми справді побачили, що добрі слова дійсно лікують, а злі ранять. Ось така сила слова!

Давайте разом поміркуємо, що ми можемо зробити для інших людей, щоб усі були щасливими, а чого ми ніколи не будемо робити, щоб не чинити зла. Адже в нашому житті часто трапляються ситуації, коли інші потребують нашої доброї участі, поради, лагідного слова.

Вправа “Як стати добрим”

– Діти, а мені дуже шкода Колючку, адже вона могла помилятися, і ми могли б своїми добрими порадами допомогти їй виправитись і стати доброю.

Допоможіть Колючці. Які добрі поради ви їй дасте?

Дійсно, від ласкавих слів ущухає гнів. І в цьому теж сила слова. Ви дали Колючці стільки добрих порад, що своїм щирим серцем і доброю участю справді допоможете їй змінитись.

Етюд “Вижени з себе злість”

– Давайте зараз усі виженемо злість із нашого життя. Давайте видихнемо її із себе, я навіть відкрию їй двері і нехай вона йде геть назавжди. Закрийте очі. Зробіть сильний видих і подуйте на Колючку. (Діти роблять глибокий видих, з силою видихаючи із себе

уявну злість, дують на Колючку. Вона зникає, а замість неї з'являється Фея Доброти.)

– Погляньте, діти, Колючка перетворилась на прекрасну Фею Доброти.

Вправа “Улюблений герой”

Мета: рефлексія та аналіз альтруїстичних проявів у поведінці.

Інструкція: згадайте своїх улюблених героїв казок, мультфільмів, оповідань, уявіть себе на їхньому місці, подивіться на світ їхніми очима, проявіть їхні почуття.

Обговорення: назвіть свого улюбленого героя. Що ви відчували, коли були на його місці? Який досвід поведінки можна взяти для себе?

Читання казки “Різнобарвна зірочка”

Казка розповідається докладно, робиться акцент на почуттях, що герої відчувають у різних ситуаціях. “Зірочки” (діти) літають у довільному порядку, поки ведучий не скамандує. “Зірочки-зірочки-два!”. І тоді всі зірочки повинні вибрати собі пару, узявшись за руки. Кількість “зірок” у “сузір'ях” щоразу змінюється.

Програвання казки “Різнобарвна зірочка”

Зобразити зірочки, що літають у довільному напрямку. Зірка стоїть прямо, гордо, розправивши плечі і витягнувши в сторони руки-промені. Біла зірочка спочатку сидить навприсядки, а потім поступово “народжується”, випрямляючи, розправляючи “проміннячка” і оглядаючись. Увагу дітей звертається на те, що дотик зоряних променів – дуже легкий і ніжний. Психолог показує, який саме. Заздалегідь домовляються, що до чаклуна зірки не торкаються, а світять на нього довгий час, витягнувши руки-промені вперед і розкривши долоні.

Гра “Квітка-семицвітка”

Гра сприяє розвитку вміння робити правильний вибір, співпрацювати з однолітками. Кожна дитина, зірвавши пелюстку, може загадати одне заповітне бажання. Розповісти про нього можна іншим тільки тоді, коли пелюстка облетить весь світ. По черзі діти з пелюсткою кружляють разом з іншими: “Лети, лети, пелюстко, через захід на схід, через північ, через південь, повертайся, зробивши коло. Ліп торкнешся ти землі, буті по-моему вели”. Під час гри заохочуються ті бажання, котрі пов'язані з душевною потребою подбати про товаришів, старих людей, про тих, хто слабший. Наприкінці гри обговорюється, які бажання сподобалися всім дітям і чому.

Висновки. Арт-терапевтичні методи в процесі ефективного використання стають важливим чинником морального розвитку особистості дитини.

Список використаних джерел

1. Овчарова Р.В. Технологии практического психолога образования / Р.В.Овчарова. – М.:ТЦ “Сфера”, 2000. – 448 с.
2. Осипова А.А. Общая психокоррекция /А.А.Осипова. – М.: ТЦ “Сфера”, 2000. – 512 с.

The article deals with the leading art-therapeutic methods as a means of the moral development of child's personality are considered in the article. Certain block of moral-ethical problems and tasks calling for the immediate psycho-therapeutic help and urgent answering to the problem are also outlined. Stages and methods of the psycho-correction work are covered too.

Key words: art-therapeutic methods, moral development, personality, child.

Отримано: 11.03.2011

УДК 1+159.923 (092)

М.П. Плахтій, С.А.Михальська

Філософсько-психологічне розуміння основ особистості В.В.Зеньковським

У статті висвітлюється творча спадщина В.В.Зеньковського у контексті становлення та розвитку вітчизняної психології. Філософські пріоритети дослідника пов'язані з ідеалістичним напрямком. Тому мислитель негативно ставився до матеріалізму, стверджуючи, що визнання вічності матерії та сили не дозволяє говорити про виявлення пануючих у природі закономірностей. За переконанням В.В.Зеньковського, особистість завжди глибша від свого емпіричного вираження, в її глибині є основа, динамічний центр, детермінуюча сила, що визначає увесь її розвиток. Саме розуміння особистості як живої єдності емпіричного та позаемпіричного, даного та прихованого, виявленого та потенційного змушує запроваджувати метафізичне поняття особистості.

Ключові слова: В.В.Зеньковський, філософія, логіка, причинність, психологія особистості, психологія дитинства.

В статье освещается творческое наследие В.В.Зеньковского в контексте становления и развития отечественной психологии. Философские приоритеты исследователя связанные с идеалистическим