

ДУХОВНА АРТ-ТЕРАПІЯ ЯК ЗАСІБ САМОПІЗНАННЯ ДЛЯ ЛЮДЕЙ З ІНТЕЛЕКТУАЛЬНИМИ ПОРУШЕННЯМИ

*Оксана РОЗДОРСЬКА,
психологиня, художниця,
вчителька індивідуального навчання для дітей з ООП,
Петропавлівський ліцей №1 Петропавлівської селищної ради,
магістрантка Сумського державного педагогічного
університету імені А. С. Макаренка
zhenskii.psiholog@gmail.com*

Анотація. Духовна цінність людини виступає головним орієнтиром у житті, базовим фундаментом для усвідомлення себе, як неповторного, унікального творіння на шляху до свободи, волі та вибору способу життя. Однак, у духовному світі важко обрати вірний напрямок через відсутність видимих орієнтирів, оскільки він внутрішній, тобто невидимий й невловимий. Та згадаємо, що ми народилися не тільки як тілесні істоти, але навіть більше – духовні, для постійного пошуку себе в цьому житті. Пропонуємо творчий шлях до пізнання внутрішнього світу людей з інтелектуальними порушеннями за допомогою символічного мистецтва Духовної арт-терапії.

Ключові слова: самопізнання; Духовна арт-терапія; особи з інтелектуальними порушеннями; духовність; мистецтво; образ; символ; архетип.

Rozdorska O.V. Spiritual art therapy as a means of self-knowledge for people with intellectual disabilities.

Abstract. The spiritual value of a person is the main reference point in life, the basic foundation for self-awareness as a unique, unique creation on the way to freedom, will and lifestyle choice. However, in the spiritual world it is difficult to choose the right direction due to the lack of visible landmarks, since it is internal, that is, invisible and elusive. But let's remember that we were born not only as physical beings, but even more so - spiritual beings, to constantly search for ourselves in this life. We offer a creative way to get to know the inner world of people with intellectual disabilities using the symbolic art of Spiritual Art Therapy.

Key words: Self-knowledge; Spiritual art therapy; People with intellectual disabilities; Spirituality; Art. Image; Symbol; Archetype.

Актуальність. Людське життя – це постійна гонитва, пошук, прагнення самореалізації на рівні потреб душі і тіла. Кожна дитина відчуває у своєму житті певні вподобання і прагнення, яким відповідає щось, що реально існує. Відчуваючи голод, вона отримує їжу для задоволення цього голоду. Також існує голод до знань, тому видаються книжки та розвивається наука. Ми ж хочемо зосередити вашу увагу на потребі людини в духовному самопізнанні, бо духовна цінність людини виступає головним орієнтиром у житті, базовим фундаментом для усвідомлення себе, як неповторного, унікального творіння.

У мить народження всі діти однакові і водночас різноманітні, без вроджених переваг один перед одним. Усі можливі порушення проявляються поступово через аномальні реакції, надмірні чи недостатні психоемоційні стани, некеровану поведінку, нерівномірний фізичний, інтелектуальний розвиток. Та у кожного малюка є видима матеріальна база: батьки, родичі, місце народження, країна проживання, робоча та домашня адреса, за якими, як по мапі, його можна буде знайти навіть у дорослому віці.

Однак, у духовному світі все набагато складніше через відсутність видимих орієнтирів, оскільки він – внутрішній, тобто невидимий й невловимий. Та згадаймо, що ми народилися не тільки як тілесні істоти, але навіть більше – духовні, що постійно шукають себе в цьому житті. Тож, було б добре мати при собі маршрут власного внутрішнього світу для постійного руху крізь біль, страх, втому, залежність, страх до усвідомленого життя вільної людини.

Самопізнання – це процес розуміння людиною самої себе. Не секрет, що цей рух складний з тієї причини, що інформація про себе, стосунки, бажання, та й самі думки вміщують у собі водночас суперечливу інформацію. Як розрізнити фантазії й вигадку від реальності? Важливою рушійною силою всебічного розвитку та навчання є пізнавальні інтереси, які в дітей і дорослих з розумовою відсталістю виявляються несформованими.

В основі низької пізнавальної активності лежить психічна пасивність, тому люди з інтелектуальними порушеннями виявляють байдужість до навчання, уникають завдань і дій, які потребують подолання труднощів. Саме тому вони зрідка звертаються із запитаннями, особливо

духовного спрямування. Та безумовно, люди з розумовою відсталістю можуть проявляти інтерес до навчальних занять з наповненням мистецькою діяльністю та арт-терапевтичною спрямованістю і розвивати розуміння самих себе.

Мета. Визнаючи індивідуальні емоційно-вольові потреби людини з інтелектуальними порушеннями, її слабкість у розумінні власних сильних і слабких сторін, добрих і злих намірів, прагнемо донести можливість її самопізнання через взаємодію з символами, архетипами та образами Духовної арт-терапії.

Виклад основного матеріалу. У сучасній науці проблема самопізнання виокремлюється як одна з найбільш значущих. Спроби осмислення різних її аспектів здійснювалися у класичній філософії Арістотелем, Августином та іншими. Психологічні закономірності самопізнання розроблялися Б. Ананьєвим, М. Боришевським, А. Маслоу, Ю. Орловим, В. Століним, Т. Титаренко та ін. У психологічній науці проблема самопізнання досліджується в контексті особистісного, гуманістичного, екзистенційного та інших підходів, де особистість розглядається з позиції свободи, активності та здатності до самовиховання і саморозвитку.

Для нас є важливою гіпотеза, що глибиною серця кожна людина, незалежно від вроджених нахилів, здібностей, талантів знає, що духовний світ існує і навіть більше, її тягне до нього, як зрячу людину – до світла в кінці тунелю. У темряві душі народжуються хибні висновки, створюються безглузді цінності, утворюється рух до порожніх цілей. І все це робиться в надії знайти просте людське щастя та спокій душі.

Важко зрозуміти, що саме необхідно змінити в собі, бо в людини відсутнє дзеркало, що показало б її внутрішній світ і дало б змогу побачити власні слабкості й проблеми одночасно з чеснотами, здібностями. Саме тому самопізнання здатне привести до відкриття внутрішньої сили, бажання бути потрібним і допомагати іншим. З Євангелія від Матфея маємо тому лаконічне підтвердження: «Бо немає нічого потаємного, що не відкрилося б, і таємного, що не було б пізнане» [3].

Як відомо, мистецтво – це невід’ємна частина духовної культури людства. Завдяки його художньо-образній формі відбувається сильний емоційний вплив на психіку особистості, що сприяє розвитку її активності спрямованої на творення краси в навколишньому світі й на внутрішнє самовдосконалення. Через процес самопізнання відбувається проживання, осмислення, усвідомлення свого «Я», бажань, вивчення особистих фізичних

і психологічних особливостей. І творчість допомагає здійснити цю зустріч з собою екологічно, бережливо, цікаво, пізнавально, продуктивно.

Л. Виготський, Є. Крупник, О. Леонтьєв, С. Рубінштейн переконливо доводять, що завдяки творам мистецтва відбувається активізація зорових слухових та інших рецепторів з наступною зміною фізіолого-біологічних ритмів організму. Катарсична реакція, що є також наслідком впливу художніх образів, гармонізує внутрішній світ людини, сприяє встановленню комфортного стану особистості у відносинах зі своїм Я.

Слово «духовність» входить у понятійний апарат таких наук, як: філософія, етика, богослов'я, психологія, педагогіка для визначення якостей, що характеризують внутрішній світ людини. Цікаво, що в системі освіти стосовно поняття «духовність» не перший рік точаться дискусії.

Е. Помиткін зазначає, що «пробудження духовної природи людини починається з переорієнтації від споживання до самовіддачі. Цінності самопізнання, самовдосконалення, самореалізації стають актуальними завдяки розкриттю потенціалу, набуття позитивних якостей та самоусвідомлення власного буття для служіння людству [8].

М. Антонець вважає, що «духовність – це стосунки людини з Богом, обопільна праця Духа Святого та розуміння власного «Я» [1], а І. Зязюн зауважує, що втрата відчуття духовних цінностей – не просто відсутність духу, а шлях до спотворення людської душі. У Біблейному розумінні гуманістичними цінностями вважаються любов, радість, мир, довготерпіння, милосердя, віра, стриманість, прощення [3].

І. Бех визнає концептуальну модель Я-центрованості у вихованні та духовному розвитку особистості [2].

О. Сухомлинська висловлює поняття духовності як єдності смисложиттєвих цінностей, формування образу людського у кожному індивіді.

Серед філософсько-богословських викладів, перейнятих духом абсолюту краси й віри, християнський богослов Августин Аврелій зупиняється на питанні про те, як може проявляти себе пам'ять у пригадуваннях, а також зміни у споминах прожитих почуттів [12]. Міркування Августина стосовно взаємодії пам'яті і духу надзвичайно важливі, якщо перенести їх на розуміння здатності мистецтва впливати на емоції і волю людини, активізувати забуте, посилювати значуще, послаблювати болюче, анулювати руйнівне, відновлювати творче для душі і тіла.

У процесі духовного розвитку людина отримує певні новоутворення, що формують духовну сферу особистості. Е. Помиткін вважає, що «до цієї сфери відносять ідеали, цінності, смисли та досвід людини» [7].

Зауважимо, що В. Сухомлинський ввів у педагогіку такі ціннісні категорії, як «духовна зрілість», «педагогіка серця», «труд душі», «духовне багатство», «духовна культура», «духовна діяльність», «творення щастя», «щастя душі», «духовна краса» та інші. [4].

Л. Гридковець зазначає, що «розуміння духовності у християнській психології набуває більш глибинної, інтимної взаємодії особистості з Творцем, а не обмежується лише духовними цінностями» [5].

Отже, духовний розвиток особистості зосереджений на пошуках глибин людського «я», шляхом пізнання потенціалів, духовних цінностей, сформованих на ідеалах, ціннісних орієнтаціях, життєвих позиціях. Кожне наше слово, вимовлене вголос, народжується зсередини невидимого оку духовного серця.

Важливу роль у духовному розвитку особистості відіграє Духовна арт-терапія (далі – ДАТ). Теоретико-методологічну основу цього методу складають світові духовні надбання християнства, православної психології, фізики й психології кольору, психосинтезу (Р. Ассаджиолі), аналітичної психології (К. Юнг), феномену «внутрішньої картини хвороби та лікування» (Р. Лурія, В. Ніколаєва, А. Орлов, В. Уриваєв), емоційного інтелекту (Д. Майер, П. Селовей), позитивної психології (Х. Пезешкіан), вікової психології (Л. Виготський), загальної психології (С. Рубінштейн), арт-терапії (Е. Крамер), педагогіки (В. Сухомлинський).

Головна мета ДАТ – це пізнання і усвідомлення себе цілісною людиною, що має духовні, душевні і тілесні потреби, про які необхідно піклуватися й розвивати. Для розкриття особливостей методики ДАТ надважливим є розуміння питання взаємозв'язку духовності, педагогіки та психології як синтезу християнського віровчення, образотворчого мистецтва і арт-терапії.

Для глибинного розуміння різниці між арт-терапією і Духовною арт-терапією варто зануритися у визначення цих методів. Так, арт-терапія – це метод психотерапії, що будується переважно на знаннях аналітичної, вікової психології і використовує творчі прийоми казко-, ізо-, ігро-, піскової-, музико-, бібліо-терапії у досягненні психотерапевтичного результату (не будемо плутати з терапією творчістю, де головною лікувальною силою є образотворча діяльність). Як правило, зустрічі

будуються у відносинах арт-терапевт-клієнт, де психолог, педагог має додаткову освіту у напрямку арт-терапії.

Духовна арт-терапія надає можливість зробити крок до пізнання власної душі сакральним шляхом усвідомлення бажань тіла і душі у єдності з Божим задумом, зустрічами зі страхами, виправленням помилок, відкриттям здібностей, укріпленням доброї волі, розвитком талантів за допомогою образотворчих засобів. Обраний нами напрямок насамперед пов'язаний із розумінням Духовної арт-терапії як внутрішнього «світу молитви, образотворчого мистецтва, уявних історій, метафор і Божої творчості», світу, до якого непридатні закони природничо-наукового знання. На цьому шляху суто медична модель «надання допомоги психіці» стає неадекватною та марною і поступається місцем таким метафорам психотерапевтичного контакту, як:

- *навчання* – коли позиція духовного арт-терапевта (ДАТ) приймається як роль вчителя, а дитини, що потребує допомоги - як учня, незалежно від віку, інтелектуального рівня і соціального стану. Таким чином, в обох сторін створюється готовність приймати участь у навчанні і вивчати духовні уроки засобами мистецтва;

- *взаємодія* – коли активність у пізнанні проявляє в однаковій мірі як вчитель ДАТ, так і сам учень;

- *співіснування* – коли у процесі взаємодії з символами та образами Духовної арт-терапії відбувається обмін досвідом, емоціями та смислами;

- *внутрішнє розуміння* – коли учень рухається у внутрішньому просторі душі за власним запитом, визначаючи за допомогою вчителя ДАТ актуальне місце, момент та міру самодослідження;

- *безумовна любов* – коли учень і вчитель ДАТ входять в особливі відносини психологічної інтимності, сповнені любов'ю та прийняттям.

Тож, хоча техніки ДАТ зовні схожі на деякі арт-терапевтичні методи, роботу з метафоричними асоціативними картками, образотворчу діяльність, але суттєво відрізняється від них глибинною роботою із духовним серцем. У пізнанні внутрішнього світу засобами мистецтва ми спираємося на дослідження В. Войно-Ясенецького, який у книзі «Дух. Душа. Тіло» пояснює різницю духу і душі не як метафізичне твердження, а через вплив тілесної сторони людини на духовну. До того ж, автор бачить і зворотний вплив духа на тіло, і «духом» називає сферу, де переважає і панує духовна сторона, а «душею» – ту сферу, де духовне пов'язане з тілесним найтіснішим чином і залежить від нього. Своїм життям святий Лука довів єдність релігії й науки во благо здоров'я людини [6].

Учитель Духовної арт-терапії під час занять з учнем орієнтований на:

- підтримку мотивації до процесу самопізнання символами і образами Духовної арт-терапії;
- виявлення негативних почуттів, помилкових суджень, хибних бажань, руйнівних дій, що порушують цілісність людини;
- виявлення і укріплення сильних сторін особистості;
- розвиток здібностей художнього, гуманітарного, артистичного напрямків;
- вдосконалення оригінальності, допитливості, сміливості;
- прийняття Божественної природи в собі, рідних і подіях життя;
- допомогу у розкритті безумовної любові до себе і людей;
- розвиток почуття вдячності людям і Богові за все, що є в долі;
- усвідомлення цінності тіла, душі, відносин і життя взагалі.

Таким чином, учитель ДАТ повинен орієнтуватися в сучасній педагогіці, православній, віковій, аналітичній психології, мати досвід святих таїнств і молитви, володіти теоретичними і практичними знаннями з образотворчої діяльності та арт-терапії. Під час занять він пропонує допомогу учню в самопізнанні шляхом споглядання, створення метафоричних історій, аплікацій, колажів, декоративних панно, графічних картин на основі примітивних символічних картин і лінійних зображень, розроблених спеціально для методу Духовної арт-терапії.

Процес навчання відбувається під безпосереднім керівництвом учителя ДАТ, який спрямовує увагу учня на явища зовнішнього світу, внутрішніх переживань-станів-почуттів-емоцій, розкриває їх красу й водночас учить законам духовного життя і правилам їх усвідомлення через застосування графічних матеріалів, фарб, тканин, паперу. Учбові вправи відбуваються за системою всебічного поступового дослідження актуальних потреб спеціальними картинами Духовної арт-терапії (арт-терапевтичні прийоми можуть використовуватися як допоміжні, але не є обов'язковими). Обмеженнями для учнів в методі Духовної арт-терапії є сліпота, відсутність уяви, фантазії та зневага до духовних цінностей [8].

Ми переконані, що малювання – це складний процес пізнання, вивчення і творення. Великий італійський живописець, скульптор і архітектор Мікеланджело Буонарроті влучно сказав: «Малюють не руками, а розумом». Та якщо прийняти до уваги цілі Духовної арт-терапії – розмову з власною душею, то варто зазначити, що малювання відбувається не руками, не головою, а духовним серцем. Саме тому наочність Духовної арт-терапії перш за все має бути зрозуміла для внутрішніх процесів

самопізнання, народження вільної від страхів людини, а не зовнішнього спостереження [11].

Медики, біологи, геологи, географи, що працюють над своїми дослідженнями, можуть краще за допомогою малюнка пояснити здобуті результати. Лаконічний малюнок допомагає розкрити думку дослідника, доповнює фотографію, збагачує, урізноманітнює матеріали про роботу наукових експедицій. Уміння малювати, знання зображувальної граматики сприяє успішному виконанню дослідницьких і виробничих завдань.

Дослідження дефектологів свідчать, що корекційна робота дає позитивні результати, якщо вона побудована на матеріалі, зрозумілому, доступному для засвоєння. В наочності Духовної арт-терапії використовуються абстрактні, примітивні і водночас змістовні зображення, які не мають вигляд «ідеальних». Тим самим, зменшується рівень тривоги, очікувань і зникає страх помилкових суджень при створенні метафор, складанні історій, розмовах з героями картинок. Для немовленнєвих учнів створюються умови для комунікації картками ДАТ, в результаті якої учитель отримує інформацію про внутрішній стан учня, його бажання залежно від тем дослідження.

Під час малювання з природи уміти бачити означає не просто розглядати предмет, а осмислено його спостерігати. Це допомагає вирізнити головне, характерне в предметі, встановити його подібність і відмінність з іншими предметами. Духовна арт-терапія має в якості природи... власну душу. Як можна її побачити, розгледіти, пізнати?

На початковому етапі у рамках Духовної арт-терапії учням важливо мати досвід наївного споглядання навколишнього світу. Подальше усвідомлення власних дій, рішень, бажань відбувається з використанням метафоричної проєкції «примітивних уявних історій» у власну реальність сьогодення.

Художні особливості примітивізму в картках ДАТ

1. Відсутність лінійної перспективи.
2. Відмова від зображення тривимірних зображень.
3. Порушення пропорцій.
4. Відмова від принципу реалізму.

Так само, як малюючи з природи глечик учні за допомогою конструктивного аналізу «розкладають» його на суму простих геометричних тіл: верхня частина – циліндр, нижня – зрізаний конус і середня - куля, так і учні Духовної арт-терапії вивчають внутрішній світ, починаючи з примітивних, іноді смішних, а деколи й незрозумілих

зображень, аби позбутися хвилювання, тривоги щодо власної недосконалості і мати змогу поступового входження в невідомий простір віри і любові з надією отримати щось цінне для душі.

Не секрет, що художнику потрібно вміти малювати куб, циліндр, призму, піраміду, конус, кулю, бо саме ці фігури утворюють форму складних предметів і без художніх навичок неможливо правильно визначати суть форми предмета, її складові частини і взаємозв'язок [11]. Та коли мова стосується зображення предметів внутрішнього життя людини, ми зустрічаємося з потребою стати дитиною без будь яких знань, аби потрапити у цей духовний світ.

Маленькі діти не соромляться свого невміння малювати, бо їхнє образне уявлення про предмети реального світу відповідає тим зображенням, які в них виходять. У процесі розвитку мислення діти починають критично сприймати результат своєї образотворчої роботи. Здатність до об'єктивної оцінки малюнка ще більше розвивається під керівництвом вчителя в процесі систематичного малювання. Те саме можна сказати й про отримання результатів від навчання Духовної арт-терапії. Систематичне самопізнання навчає об'єктивній оцінці власних почуттів і вчинків.

Примітивна символічна наочність ДАТ знайомить людину зі світом, наповненим власними помилками, намірами, пристрастями, бажаннями та одночасно відкриває раніше відомі, але знецінені цінності, витіснені почуття, заборонені емоції, неусвідомлені стани і дії.

Не зважаючи на те, що діти з інтелектуальними порушеннями мають первинно збереженні відчуття, предмети та явища навколишнього світу сприймають своєрідно і значно повільніше, ніж діти з нормотиповим розвитком. Труднощі й недоліки сприймання зумовлені особливостями психофізичного розвитку: недорозвиток уваги, уявлень, пам'яті, мовлення, мислення, предметної діяльності тощо. Це виявляється у фрагментарності, звуженості та уповільненості сприймання предметів та явищ навколишньої дійсності.

Для того, щоб естетично сприйняти предмет, його необхідно побачити оком (фізичним зором) і відчути душею (внутрішнім зором) своє відношення до побаченого, або мати сформовані уявлення про цей предмет на основі набутого досвіду. Для того, щоб намалювати естетично сприйнятий предмет, його необхідно добре розглянути, щоб визначити форму, будову, характерні деталі, колір, положення в просторі. Через це вимога передати в малюнку подібність з зображуваним об'єктом змушує

учня помічати в ньому такі властивості і особливості, які, як правило, не стають об'єктом уваги при пасивному спостереженні [10].

Побудова уявлень про себе як особистість значною мірою пов'язана з активізацією мнемічних процесів людини. Саме тому її «Я-образ» утворюється завдяки сприйманню себе як ціле у минулому, теперішньому та майбутньому часі, що враховується під час роботи з символами ДАТ, де спочатку створена історія про героя в теперешньому часі «переносить» учня у власне минуле завдяки метафорі і створює вибір варіантів для майбутнього.

Через недостатній розвиток пам'яті діти з інтелектуальними порушеннями не пам'ятають свого дитинства, не можуть пригадати події, які відбувались минулого тижня, або, пригадуючи, перекручують їх, плутають послідовність подій. Образ власного минулого постає у вигляді розрізнених фрагментів, тому таким дітям важко сприймати себе як цілісну особистість. У пам'яті дітей-олігофренів залишаються ті події минулого, які справили на них сильне емоційне, частіше негативне враження. Проте уявлення про ці події є фрагментарними, суперечливими, а іноді навіть міфічними [13].

Образи та архетипи ДАТ допомагають учню з інтелектуальними порушеннями візуалізувати «внутрішніх монстрів» без особливих зусиль завдяки розфарбовкам, що значно спрощує роботу з психологічним супротивом стосовно страху білого аркуша.

Недорозвиток уявлень про себе є також наслідком психічної пасивності, недостатності уваги. Особи з інтелектуальними порушеннями не помічають специфічних особливостей предметів та явищ навколишнього світу, а процес сприймання змін у внутрішньому світі інших людей і власному зокрема є найскладнішою для них темою. Через недостатність розподілу уваги психічна активність націлена виключно на продукт діяльності, а власний внутрішній світ та переживання перебувають за межами усвідомлення.

Попередня робота з образом ДАТ перед взаємодією з фарбами – це наведення контурів образу ДАТ кольоровим олівцем, забезпечує зацікавлення учня у виконанні подальшої творчої роботи, формує концентрацію, координацію, розвиває моторику пальців, а запитання про почуття під час діяльності ознайомлюють з внутрішнім світом.

Значне місце в активізації самопізнання посідає уява, що дає можливість учню прогнозувати свою керовану поведінку в різних ситуаціях у майбутньому. Картини Духовної арт-терапії відзначаються

абстрактними формами та сюжетами, їх можна розглядати з будь-якої сторони (хоча вони мають сталу композицію) і тим самим формувати уявлення про предмети, відносини, стани з обов'язковою коригуючою роллю вчителя для утворення зв'язку з реальністю.

Недоліки уяви позначаються на формуванні «Я-ідеального». Як відомо, розвиток ідеалів у дітей з нормальною психікою починається з обрання конкретної людини, героя, в якому втілюється ідеал індивіда, і спрямовується на формування узагальненої системи психологічних якостей, якими він хотів би володіти. У розумово відсталих дітей не формується конкретний ідеал. Саме тому, при аналізі візуалізованих героїв символів, архетипів ДАТ запитання «Чи хочеш ти бути схожим на нього?» або «Хто із твоїх знайомих схожий на героя картини і які в тебе з ним відносини?» створюють умови для формування «Я-образу».

Недорозвиток уяви також певною мірою зумовлює імпульсивність поведінки дітей з інтелектуальними порушеннями, оскільки вони неспроможні «побачити» кінцевий результат своїх дій перш, ніж виконають їх до кінця. Задля зменшення рівня тривожності учня варто ознайомити його з різноманітними варіантами робіт інших учнів, що працювали з цим самим наочним матеріалом. Тож, вчитель ДАТ повинен мати творчу базу готових робіт інших учнів за кожною картиною Духовної арт-терапії, включаючи власний досвід розфарбовування і виготовлення колажів, аплікацій [10].

Словник дітей з інтелектуальними порушеннями нараховує обмежену кількість слів, що позначають якості особистості. Часто учні не в змозі пояснити свої переживання, почуття, потреби через те, що не володіють відповідним поняттям. Тоді на допомогу приходять ілюстрації з книг, журналів, інтернет ресурсів у якості індивідуального тренажера альтернативної комунікації для розширення пасивного, а потім і активного словника.

Наслідком низької потреби у спілкуванні, несформованості діалогічного мовлення є низька потреба у самопізнанні. Порушення регулювальної функції мовлення призводить до розриву, невідповідності між уявленнями школярів про себе та їхньою поведінкою. Прагнення і можливість адекватно себе оцінити з'являється, якщо в індивіда добре розвинена здатність до емоційної децентрації, уміння переводити себе із суб'єкта в об'єкт самопізнання [13].

Більшість школярів із інтелектуальними порушеннями не можуть об'єктивно оцінити не лише себе, а й своїх однокласників. Здебільшого

вони приписують друзям усі позитивні якості, а учню, який не подобається, усі негативні. Програвання виявлених ролей дає змогу відчутти себе на місці як позитивного, так і негативного героя, прожити почуття, що ігноруються.

Впровадження методики в систему освіти відбувалося протягом 2004-2021 років на базі Петропавлівського Будинку творчості дітей та юнацтва, Петропавлівської ЗОШ №1 та приватної практики. Також, метод Духовної арт-терапії пройшов попередню апробацію у колі професійних психологів, лікарів, педагогів [9].

- 13-16 жовтня 2011 року проведено тренінгові заняття ДАТ для психологів, лікарів під час III Кримської міждисциплінарної конференції з міжнародною участю «Інтегративні підходи в психотерапії порушень сексуального здоров'я»;

- 10-12 квітня 2012 року проведено навчальні майстер-класи ДАТ для спеціалістів психологів, педагогів, реабілітологів під час II Міжнародної науково-практичної конференції «Аромакорекція психофізичного стану людини»;

- 2004-2023 роки дослідження ефективності методу ДАТ в індивідуальному консультуванні та груповій роботі;

- 2016 - 2021 роки – впровадження методу Духовної арт-терапії у систему корекційно-розвиткових занять учнів 1-11 класів та інклюзивного супроводу учнів з ЗПР, розумовою відсталістю, РАС;

- 2018 рік – проведення навчального майстер-класу з ДАТ для практичних психологів в День психологічної служби Дніпропетровської області;

- 2018 рік – видано книгу «600 уроків Любові... з щоденника аутистки. Народження Духовної арт-терапії», Дніпро: Видавництво Белая К. А., 2018. 396 с.;

- 2019 рік – видано 196 карток для навчальної програми Духовної арт-терапії;

- 2019 рік – отримано авторське свідоцтво на твір, що підтверджує авторство Духовної арт-терапії;

- 2020 рік – отримано диплом лауреата II етапу всеукраїнського конкурсу авторських програм серед практичних психологів і соціальних педагогів «Нові технології у новій школі» за корекційно-розвиткову програму «Розвиток емоційного інтелекту засобами Духовної арт-терапії»;

- 2023 рік – видано методичний посібник «Розвиток ЕІ засобами Духовної арт-терапії. для вчителів закладів середньої та спеціалізованої

позашкільної освіти» (затверджено на засіданні кафедри образотворчого мистецтва Криворізького ДПУ 18 травня 2023 р., протокол № 12), 2023. 91 с.

Живописні символи і графічні образи, що використовуються в ДАТ, були створені під час довготривалої дослідницької роботи. Ми працювали з формою, кольором, композицією впродовж 1994-2016 років і водночас враховували їх вплив на органи почуттів, прояви волі, тілесні відчуття, стан здоров'я учасників самопізнання віком від 4 до 75 років з нормотиповим розвитком і аутизмом. Починаючи з 2016 року по теперішній час відбувається постійне вдосконалення образотворчих технік і вправ для створення простору Духовної арт-терапії, аби було достатньо діагностичних, корекційних, розвивальних та відновлювальних інструментів для самопізнання людьми з інтелектуальними порушеннями [11].

Наочність Духовної арт-терапії має по 49 пар дзеркальних символів і образів у загальній кількості 196 зображень, що гарантує увагу до широкого вивчення і розвитку актуальних тем життя дитини. Сюжети ДАТ підпорядковуються:

- 7 основним горизонтальним темам розвитку душі і тіла (родова спадковість, комунікація з собою, відносини в сім'ї, психосоматика, мотивація, мислення і цінності);

- 7 основним вертикальним потребам духовного вибору (від страху до сміливості, від залежності до свободи, від жадності до творчості, від гордості до любові, від спустошення до надії, від насилля до віри, від руйнування до сенсу життя).

Починаючи роботу з картками Духовної арт-терапії, ми завжди припускаємо, що у внутрішньому житті дитини є прихований духовний зміст певної проблеми (завдання), знання який перетвориться для учня на ключ до її вирішення. Глибинне дослідження індивідуального відношення до символу-образу-архетипу відбувається шляхом діагностики, корекції, відновлення і сконцентровано на наданні допомоги людині у розкритті індивідуальних внутрішніх смислів та підтримки під час пошуку свого духовного ключа.

Під час кожного заняття ми приймаємо до уваги, що будь-який творчий результат учня, учениці відзеркалює індивідуальний шлях розвитку. Продукти творчості у вигляді архетипів ДАТ (розфарбованих образів ДАТ), малюнків, аплікацій, записаних розповідей, фото композицій з пластичних матеріалів створюють портфоліо учня, за яким можна

прослідити динаміку, проаналізувати весь процес Духовної арт-терапії, виявити «проблемні» теми, щоб мати змогу редагувати напрямок самопізнання.

Споглядаючи, аналізуючи авторські малюнки учнів слід звертати увагу на наступні особливості: які емоції передає малюнок; що знаходиться в центрі малюнку; чи є розтушовування, об'єкти з тінню; що виглядає дивним на малюнку; як розташовані об'єкти по відношенню до країв аркуша; чи відповідає малюнок поточній порі року; наявність підкреслення; чи є витирання об'єктів і використання гумки для стирання; які розміри і пропорції об'єктів; чи є об'єкти, які повторюються; як виконана робота і яке ставлення автора до неї; чи є підписи у роботі та що вони можуть означати для особи [10].

Для досягнення поставлених цілей, нами широко використовується авторський професійний інструмент «ВТАНКІС» для всебічної сенсорної стимуляції процесу навчання з 7 сторін пізнання [9]:

- «В» – візуальна стимуляція: репродукції картин відомих і сучасних художників, відеозаписи кольорового сприйняття світу; тематичні мультфільми;

- «Т» – тактильна стимуляція: глина (пластилін), каміння, гудзики текстиль, іграшки;

- «А» – аудіальна стимуляція: твори відомих композиторів XVII-XIX століть, тематичні аудіо історії;

- «Н» – нюхова стимуляція: ефірні масла аромапсихології;

- «К» – кінетична стимуляція: елементи танцювально-рухової й танцювально-ігрової терапії;

- «І» – інтуїтивна стимуляція: картини Духовної арт-терапії у вигляді символів, образів та архетипів;

- «С» – смакова стимуляція: чай, солодоці, сушені фрукти.

Так як символічна мова є основною в Духовній арт-терапії, бо допомагає висловлювати свої переживання через метафору, дивитися на ситуацію та життєві проблеми з позиції спостерігача та знаходити шляхи до їх вирішення, то вчителю слід розуміти, що символи, володіючи надзвичайно ємним змістом, не можуть отримати однозначне тлумачення. Більш прийнятною є робота із закладеними в символах енергіями шляхом їх спонтанної «трансляції» через образи і архетипи. Підхід до практичної роботи з учнями має будуватися на високому ступеню довіри до їх внутрішніх ресурсів самопізнання, самоцілення, пов'язаним з гомеостатичною функцією колективного несвідомого.

На основі робіт К. Юнга, ми дотримуємося думки, що символи тісно пов'язані з динамікою індивідуального та колективного несвідомого. Ті символи, які відображають зміст колективного несвідомого, мають статус так званих архетипових символів, що позначають уроджені форми психічного досвіду. Архетипові символи мають стійкий, часто транскультуральний характер і відображають найбільш фундаментальні психічні властивості та процеси, а також відпрацьовані еволюцією способи вирішення внутрішньопсихічних конфліктів.

Базова структура арт-терапевтичної роботи з одним символом ДАТ складається з наступних кроків:

1. *Налаштування дитини на роботу, входження в тему.*

2. *Сенсорна інтеграція «ВТАНКІС».*

3. *Аналітична діяльність* включає в себе взаємодію з символами ДАТ, створення назви майбутнього авторського твору. Пошуку «актуального слова» надається першочергова увага, бо саме воно наближає до істинних потреб душі і тіла учня. Назва картини-символу може змінюватися 1-3 рази за урок до моменту встановлення остаточної фрази, що складається з 1-4 слів. Обов'язковою умовою аналізу картини є пошук уявної історії в реальному житті дитини і допомога в усвідомленні своїх внутрішніх і зовнішніх почуттів, дій, бажань, намірів, станів.

4. *Творча діяльність* складається зі створення творчого продукту: архетипу, малюнку, казки, історії (залежно від теми пізнання і завдань заняття); дистанціювання, процес розглядання творчості оком, руками; вербалізація почуттів, відчуттів та думок, що виникають в процесі розгляду малюнка, використання прийомів керованої уяви; внесення змін у готову роботу для покращення композиційності, емоційного забарвлення, інформативності твору, якщо виникла у цьому потреба після обговорення.

5. *Аналітична діяльність* – робота з архетипами ДАТ, продуктами додаткової творчості і створення остаточної назви авторського твору. Пошуку «актуального слова» повторюється, але додається досвід прожитих почуттів під час творчої роботи з фарбами, олівцями, пластиліном, тканиною, папером тощо.

6. *Заключний етап* – рефлексивний аналіз. На цьому етапі, у разі потреби, створюються «чарівні речі» для укріплення віри в невидиме Чудо: кулі, цукерки, палички, головні убори, листівки, каблучки з паперу, пластиліну, фольги.

Долучення до системно організованих між собою творів образотворчого, музичного мистецтва дає учню можливість відчути потяг

до самопізнання, свободу приймати рішення, створювати креативні продукти діяльності; створює умови для вивільнення думок, почуттів, емоцій, потреб, станів; сприяє підвищенню позитивного мислення і конструктивної поведінки.

Висновок. Духовне самопізнання не схоже на святкову подорож, відпочинок чи витання у хмарах. У ньому є кризи і падіння. Віра в Бога, однак, дозволяє нам здобувати сили, аби постійно підводитися. Віра дозволяє бачити сенс навіть у чомусь так абсурдно шокуючому, як страждання людей, а у ситуаціях надзвичайної кризи, трагедії допомагає пережити найважчі моменти.

Ми тримаємось думки, що «внутрішнє... діє через зовнішнє і саме себе змінює». Оманлива простота стилю ДАТ приховує потужний світоглядний концепт, здатний розкрити найглибші та найщиріші прагнення людської душі. Примітивність символів і образів Духовної арт-терапії виконує роль провідника у внутрішнє життя. Так ми отримуємо можливість поступового входження людей з інтелектуальними порушеннями у таємничі потаємні кімнати душі через світ мистецтва, обходячи психологічні захисти, табу, суб'єктивні оцінки власної здатності малювати, щоб вільно спілкуватися зі своєю душею за допомогою ліній, форми, кольору і всебічної комінукації.

Заняття ДАТ сприяють здійсненню психологічної саморегуляції, вільному вираженню емоцій, думок та почуттів, а також візуалізації та вербалізації негативного емоційного досвіду учнів. Додаткові техніки образотворчого мистецтва розвивають емоційно-рухову координацію, оскільки потребують узгодженої участі багатьох психологічних функцій, а також зумовлюють координування взаємодії між півкулями головного мозку і створюють природну можливість для розвитку уяви, гнучкості й пластичності мислення.

Таким чином, у процесі самопізнання методом Духовної арт-терапії вчитель обережно проводить дитину між її страхами, тривогами, болем до стану прийняття себе і світу такими, якими вони є. Створене портфоліо містить датовані днем проведення уроку архетипи ДАТ, малюнки, записи вигаданих і усвідомлених історій, схематичні замальовки-пояснення від вчителя складних для дитини ситуацій, незрозумілих взаємовідносин людей. Авторський матеріал дає змогу прослідити динаміку розвитку духовних цінностей учня, побачити прогрес і регрес відносно певних тем самопізнання і отримати широкі відомості для планування наступного навчання і психолого-педагогічної корекції.

Список використаної літератури

1. Антонець М. О. Впровадження програми розвитку духовності здобувачів вищої освіти. *Наукові записки національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»*. Острог: Видавництво національного університету «Острозька академія», 2016. Вип. 4. С. 54–64.
2. Бех І. Д. Особистість на шляху до духовних цінностей: монографія. Київ; Чернівці: Букрек, 2018. 296 с.
3. Біблія або книги Святого Письма Старого й Нового Заповіту. Українське біблійне товариство. 2002. 1296 с.
4. Білюк О. В. Духовний розвиток особистості з погляду В. О. Сухомлинського. *Наукові праці Чорномор. держ. ун-т ім. Петра Могили комплексу «Києво-Могилянська академія». Серія «Педагогіка»*. 2012. Вип. 187. Т. 199. С. 130–134.
5. Гридковець Л. М. Світ життєвих криз людини як дитини своєї сім'ї, свого роду та народу: монографія. Львів: Скриня, 2016. 516 с.
6. Дух, душа і тіло. Київ: Голосіївська пустель, 2012. 127 с.
7. Помиткін Е. О. Психологія духовного розвитку особистості: монографія. Київ: Наш час, 2007. 280 с.
8. Роздорська О. В. Розвиток емоційного інтелекту засобами Духовної арт-терапії. Методичний посібник для вчителів закладів середньої та спеціалізованої позашкільної освіти, 2023. 91 с.
9. Роздорська О. В. Розвиток емоційного інтелекту засобами Духовної арт-терапії. Авторська корекційно-розвиткова програма 1-7 рік навчання (для дітей з особливостями інтелектуального, ментального розвитку). Дніпропетровський обласний центр практичної психології і соціальної роботи, 2019. 164 с.
10. Роздорська О.В. Розвиток естетичного сприймання в учнів з інтелектуальними порушеннями засобами образотворчого мистецтва. *Корекційно-реабілітаційна діяльність: стратегії розвитку у національному та світовому вимірі : матеріали ІХ Міжнародної науково-практичної конференції (22 листопада 2023 року, м. Суми)*. Суми: Вид-во СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2023. С. 121–126 с.
11. Роздорська О. В. Роль примітивного зображення в наочності Духовної арт-терапії. *Мистецька освіта: традиції, сучасність, перспективи : матеріали І Міжнародної науково-практичної конференції здобувачів вищої освіти та молодих учених, (12 травня 2023 року, м. Кривий Ріг)*. Кривий Ріг: Вид-во Криворізький ДПУ, 2023. С. 247–251.
12. Святий Августин. Сповідь. Київ, 1996. 182 с.
13. «Я-концепція» у розумово відсталих школярів. URL: <https://studfile.net/preview/2299414/page:32/>. Дата звернення 10.02.2024).