

«Медленное чтение» картин как средство профилактики нарушений психического здоровья школьников

М.А. Яцкая

*Искусство... есть способ
уравновешивания человека с миром
в самые критические и ответственные
минуты жизни.*

Л.С. Выготский

Высокий уровень патологии у школьников указывает на приоритетность проблемы здоровья подрастающего поколения. Важной составляющей сложного понятия «здоровье» является психическое благополучие человека, особенно в детском возрасте.

Пока ребенок растет и формируется, он проходит ряд определенных этапов, внутри которых осуществляется воспроизведение (присвоение) ребенком исторически сложившихся человеческих способностей. В каждом возрастном периоде жизни у ребенка возникают потребности в познании, деятельности, самоактуализации, общении, привязанности и любви. Детский организм находит средства удовлетворения этих потребностей в окружающей его культурной среде, благодаря чему он растет и формируется. Если условия для своевременной реализации возрастных возможностей и формирования психологических новообразований не создаются, то возникают нарушения в развитии психических способностей. Нереализованные потребности вступают в конфликт с психикой человека, что влечет за собой психическую дезорганизацию личности и формирование симптомов неврозов и невротических реакций.

Поскольку в происхождении и характере течения неврозов одно из важнейших мест занимает социальная среда и для школьника она главным образом сводится к учебе, то ведущую роль в предупреждении отклонений и формировании психического статуса детей должна играть школа.



В современной медицине для лечения больных с расстройствами нервной системы активно используются **методы арттерапии или психодестеротерапии**, основанные на целебном воздействии произведений искусства. Значение этого средства признавали еще в древности. Вступая в общение с искусством, люди как бы очищаются от мелочных и амбициозных переживаний, заблуждений, плохого настроения. Этот процесс душевного очищения, успокоения Аристотель назвал словом «катарсис», которому придавалось чисто медицинское и гигиеническое значение врачевания духа.

К произведениям искусства, в частности к живописи, обращается и преподаватель начальных классов. Учитель рассматривает вместе с учениками репродукции картин, беседует со школьниками, дает им несложные задания подготовить устный рассказ по картине или небольшое сочинение. Однако нередко произведение искусства используют на уроке лишь как наглядное пособие и упрощенно трактуют как прямую иллюстрацию к тому или иному явлению жизни. Таким образом искусству приписывают цели познавательного характера и лишают его самостоятельной ценности.

Чтобы понять, какое значение имеет искусство в формировании психики человека, почему так важно научить детей понимать, переживать, ценить произведения искусства, надо осознать, глубоко вникнуть в смысл эстетического акта. Современная психология ищет его в сближении восприятия с процессом творчества, которое является «глубочайшей потребностью нашей

психики в смысле сублимирования некоторых низших видов энергии в высшие» (Л.С. Выготский). Это значит, что часть энергии человек расходует на поддержание ежедневной жизнедеятельности, а другая часть, не растратенная на непосредственное назначение, остается нереализованной и уходит в подсознание, где превращается в новые виды деятельности (сублимируется). Для неосуществленного возможны только два выхода – или сублимация, или невроз. Благодаря искусству наша психика воспринимает большее количество раздражений, чем то, на которое может отреагировать. Именно в искусстве и происходит сублимация, т.е. «трансформация низших видов психической энергии, нерастратенных и не нашедших себе выхода в нормальной деятельности организма, в высшие виды» (Л.С. Выготский). Причем сублимация в художественном творчестве осуществляется в чрезвычайно бурных и грандиозных формах, в художественном восприятии – в облегченных, упрощенных. Поэтому эстетическое воспитание имеет самостоятельное значение, и эстетическое чувство должно быть таким же предметом воспитания, но только в особых формах.

К сожалению, вопрос относительно культуры художественного восприятия остается наименее разработанным, потому что педагоги и не подозревают всей его сложности. Восприятие художественного произведения представляет собой трудную психическую работу и требует специального обучения. Поэтому мы предлагаем ввести в систему общего образования **уроки просмотра («медленного чтения») картин**, которые, по мнению Л.С. Выготского, являются образцом эстетического воспитания. Главная **цель этих уроков – приобщить ребенка к эстетическому опыту человечества**: «подвести вплотную к монументальному искусству и через него включить ребенка в ту общую мировую работу, которую прodelывало человечество в течение тысячелетий, сублимируя в искусстве свою психику» (Л.С. Выгот-

ский). Художник не просто выражает свои чувства, его цель – сделать видимыми и передаваемыми чувства, которые неосознанно уже завладели кругом его современников. Находки, которые сделаны в искусстве, оказываются верно выраженным ощущением жизни. «Искусство – это общественная техника чувств», – сказал великий психолог Л.С. Выготский. Пользуясь этим огромным опытом, можно очеловечивать чувства каждого нового поколения. «При этом искусство оказывается чем-то вроде терапевтического лечения для художника и для зрителя – средством уладить конфликт с бессознательным, не впадая в невроз» (Л. С. Выготский «Психология искусства»).

Умение смотреть картину – целая наука, и она постигается постепенно, в системном подходе, в приобретении навыков и опыта прочтения произведений искусства. Поэтому мы предлагаем свою технологию работы, которая была отлажена в опыте и показала свою эффективность.

Во-первых, в качестве объекта для работы мы выбрали один из жанров живописи – пейзаж, так как пейзажная картина, в отличие от бытовой (жанровой) или портрета, дает художнику возможность выразить свое отношение к миру в широком, обобщенно-поэтическом плане. Пейзажи обращены к миру природы, который сближает людей и часто рождает у них сходные настроения, раздумья, переживания. Поэтому произведения пейзажистов могут быть более близки и понятны самым разным людям. За основу нами были взяты лучшие полотна русских пейзажистов. Только в этом случае дети будут способны научиться сопереживать, а не только понимать. Мы обратились к произведениям А.К. Саврасова, И.И. Шишкина, А.И. Куинджи, В.Д. Поленова, И.И. Левитана.

Эти художники жили и работали примерно в одно время, их искусство питалось очень сходными общественными и художественными идеями, все они любили и глубоко чувствовали родную природу. Этим мастерам также

сближает само их отношение к окружающему миру, настроения, которые они выражали в своих произведениях, их чувства и раздумья. Мы невольно начинаем смотреть на окружающее глазами самих художников, благодаря чему их поэтический мир становится нам понятнее и ближе.

Во-вторых, перед нами встала проблема времени. Где найти часы для проведения уроков «чтения» картин? Для этой цели мы использовали уроки развития речи и межпредметную связь с уроками чтения и русского языка.

Технология работы на таких уроках имеет четкую структуру.

I. Первый этап – подготовительный. Расширение личного опыта.

1. Экскурсии в природу.

Работа по картине начинается задолго до урока, в ходе рассредоточенной подготовки к нему. То, что ребенок видит и слышит, является первыми опорными точками для его будущего творчества. Он накапливает материал, из которого впоследствии будет строиться его фантазия. Поэтому так необходимо начать подготовку к работе с экскурсий в природу. В естественной среде лучше всего обратить внимание детей на изыскство тонкой березки, предложить им вслушаться в шорохи и звуки, ощутить глубину и необъятность неба, почувствовать ласку теплого солнышка... Дети должны не только смотреть, но и видеть, не только слушать, но и слышать. Можно предложить им сымитировать полет птиц или падающего осеннего листа, почувствовать и осознать какой-либо предмет наблюдения в целом.

2. Ведение альбома «Времена года».

На этом этапе можно предложить детям отобразить свои впечатления от экскурсии в альбоме «Времена года»: написать рассказ или сказку, сделать рисунок понравившегося уголка природы, подобрать строки из стихотворений, которые бы ярче всего описали то или иное состояние природы или собственные чувства и впечатления от нее. Каждый ребенок по-своему проявляет присущую ему способность чувственных органов мгновенно при-

поминать и трансформировать пережитые образы, ощущения, демонстрирует разную чувственную память. Поэтому при одной и той же заданной тематике у каждого ребенка возникает своя воображаемая картина, своя красочная гамма, свои эмоциональные переживания.

3. Система практических упражнений.

Кроме того, подготовка к восприятию художественного произведения включает ежеурочные творческие пятиминутки. Их цель – обогащение словарного запаса и развитие речи детей, так как младшие школьники зачастую не находят точных слов и выражений для описания не только своих чувств и впечатлений, но и непосредственно увиденного. Данная система упражнений разработана в четырех блоках по временам года. За две недели до работы по картине учитель на каждом уроке русского языка использует несколько упражнений из определенного блока. Это может быть письмо по памяти, составление предложений на тему, работа с текстом. Постоянное общение с высокохудожественными литературными текстами позволяет пополнить активный словарный запас детей.

Таким образом, накопление личного опыта и обогащение словаря создает прочный фундамент для восприятия художественных произведений.

II. Второй этап – основной. Непосредственное общение с произведениями искусства.

Весь урок можно разбить на структурные части.

1. Создание «ситуации уподобления».

Встреча с произведениями искусства непосредственно на уроке должна быть подготовлена, ведь не случайно опера начинается с увертюры. Для вхождения в состояние уподобления, сопереживания необходимо создать соответствующую ситуацию «введения» в искусство, нужно это состояние подготовить. Дети должны как бы войти в роль воспринимающего, слиться с передающим в единое эмоциональное целое, чтобы пережить, как свои собственные, чувст-

ва автора. Задача учителя на этом этапе – тонко, незаметно ввести детей в нужную ситуацию, увлечь и вовлечь их в сопереживание. И в этом заключается особая сложность и специфика урока искусства. Это может быть:

- необычное начало урока – чтение стихотворения, объяснение эпиграфа к уроку;

- рассказ о ярких фактах биографии художника, которые послужат мостиком к пониманию произведения искусства и вызовут эмоциональный отклик в душах детей;

- непосредственный «вход» в картину. Учитель, призвав на помощь воображение, предлагает детям «войти» в картину, попробовать не только представить и ощутить себя в ее пространстве, но и попытаться сопереживать внутреннему миру картины. Сопереживание в искусстве является необходимым моментом для формирования зрительной культуры.

2. Развитие эмоциональности восприятия.

Далее необходимо предложить ответить на вопросы, которые не должны приглушить эмоциональное выражение детей в процессе их сопереживания. Для более успешной работы мысли надо позаботиться, чтобы умственная деятельность стимулировалась эмоционально. Ведь при неврозах на первый план всегда выступают расстройства эмоциональной сферы. Искусство учит овладевать системой своих переживаний, побеждать и преодолевать их, учит психику восхождению от негативного к позитивному. В поощрении положительных эмоций детей для педагога открывается чрезвычайно ценное средство воспитания. Поэтому первые вопросы могут быть следующими: какое настроение вызывает у вас эта картина? Что вы чувствуете, глядя на нее? Как вы думаете, какие чувства испытывал художник, создавая свою картину? Какое состояние природы он стремился передать?

3. Развитие художественного мышления.

Задача этого этапа урока –

раскрыть перед учащимися те выразительные средства, которые использовал художник. Здесь необходимо грамотно направить восприятие учащихся в нужное русло. Для этого учитель задает детям вопросы, помогающие выявить художественные средства, с помощью которых художник добился того, что мы почувствовали волнение, радость, страх, печаль, грусть и т.п. С этого этапа начинается первичное ознакомление с понятием «язык искусства», которое проходит незаметно, через все следующие этапы, на конкретных примерах. Язык искусства – это не просто его изобразительные средства, это образный строй произведения, система, структура, метод использования этих средств.

Необходимо строить представления ребенка о средствах искусства, все время связывая их с представлением о роли этих средств в языке, образном строе искусства, дать четкое понимание: человек изображает природу или любой другой объект не ради самого изображения, но ради выражения своего отношения к объекту, к жизни. При этом учитель должен не только знать, но и уметь раскрывать перед учащимися эстетическое содержание выразительных средств изображения в картине.

4. Развитие логического мышления.

Основными логическими формами, в которых реализуется мысль, принято считать **аналитическую и синтетическую деятельность ума** – первая разлагает воспринимаемый мир на отдельные элементы, а в процессе второй из этих элементов строятся новые образования, помогающие лучше разбираться в произведении.

На 4-м этапе урока проводится анализ содержания картины, в ходе которого учитель ставит вопросы, которые представляют учащимся логически мыслить:

- Кого (что) вы видите на картине? (Визуальное мышление.)

- Что изображено на первом плане? На втором? (Развитие пространственного мышления.)

- Почему предметы одного размера изображены вдали меньше, чем впереди?

– Какое время года, дня, суток изображает художник? По каким признакам вы это определили? (Логическое мышление.)

– Почему осенью деревья становятся желтыми?

5. Подведение итогов восприятия картины.

На этом этапе урока осуществляется **синтетическая деятельность**. Учащиеся вместе с учителем определяют идейное содержание картины, ее основную смысловую нагрузку.

Форма работы – диалог.

Вся работа по картине строится в форме диалога, который имеет большое значение для развития психики детей. Цель диалога учителя и ученика – мышление вслух, коллективное мышление о зрительном материале, формирование способности видеть за внешней формой явления его содержание. И как высшая цель – диалог с учителем, диалог друг с другом должен перейти в диалог с произведением искусства. «В произведениях искусства и литературы, в общении с учителями, с духовно развитыми людьми человек ищет собеседника, союзника, ищет высшего духом. Искусство необходимо ему для поддержания собственного духа», – пишет С. Соловейчик.

Многогранное прочтение одного произведения.

Привить вкус к постепенному, неспешному, эмоционально насыщенному, живому и интересному для ребят диалогу с картиной – задача, требующая от педагога творческого поиска. Причем к одному и тому же произведению можно возвращаться неоднократно, ибо каждый возраст дает опору для его разных толкований и прочтений.

Приемы стимуляции интереса к произведениям искусства.

Можно выделить еще одно педагогическое средство. Основное правило психологии и педагогики требует построения всей воспитательной системы и всего обучения на точно учтенных детских интересах.

Психологический закон гласит: прежде чем ты хочешь

призвать ребенка к какой-либо деятельности, заинтересуй его ею, позаботься о том, чтобы обнаружить, что он готов к этой деятельности, что у него напряжены все силы, необходимые для нее.

В своем опыте мы выделяем несколько приемов оживления и стимуляции детских интересов:

- Применение на уроках «чтения» картин других видов искусства (музыки, поэзии, прозы). Такая связность между предметами является лучшим залогом возбуждения единого интереса, группировки его вокруг одного стержня.

- Вариантный подход к анализу картины.

Учитель возвращается к изучению определенного произведения, но не для простого повторения, а для прохождения еще раз в углубленном и расширенном виде, со множеством новых фактов, обобщений и выводов. И ранее проанализированное произведение раскрывается с новой стороны, а новое так связывается с уже знакомым, что интерес легко возникает сам собой.

- Построение уроков просмотра картин в непосредственной близости к жизни. Экскурсии в природу (см. выше) подготавливают почву для новых реакций, т.е. возбуждают соответствующий интерес.

- Создание поисковых ситуаций.

Учителю нужно задать такие вопросы, ответ на которые как бы скрыт в сюжете и обнаруживается не сразу (например: «С какой целью И.И. Левитан в картине "Весна. Большая вода" среди молодых березок изобразил старое дерево?»). Здесь не может быть неправильных ответов, и поисковая ситуация дает ребенку шанс почувствовать, что в него верят, что у него все получится. Чем больше возникает у ребят суждений, предположений, тем более увлекательно и полезно проходит урок.

Детское творчество.

Наряду с воспитанием культуры художественного восприятия и обучением языку искусства в задачи эстетики входит и детское творчество. Детские рисунки, сочинения, сказки, рассказы учат ребенка овладевать системой сво-

их переживаний, побеждать и преодолевать их. Обычно детское творчество используется на подготовительном этапе и при подведении итогов восприятия.

Несмотря на то что работа с произведением искусства должна иметь четкую структуру, следует заметить, что прочтение педагогом самого урока просмотра картин может быть только личностным. Надежда на метод еще не дает мастерства. Урок всегда несет элементы театральности и дает возможность творческих поисков и открытий не только для учащихся, но и для учителя.

Учить творчеству можно лишь творчески, увлекаясь и увлекая ребенка искусством. Поэтому только знать свой предмет учителю недостаточно. Он должен любить живое искусство, ему самому приносящее радость. Он должен относиться к искусству с волнением и никогда не забывать, что «нельзя вызвать в душе детей любовь к тому, что не любишь сам, увлечь их тем, чем сам не увлечен» (Д.Б. Кабалевский).

Здоровье ребенка зависит не только от количества времени пребывания в школе, но и от того, что он переживает в течение всего учебного дня. Уроки «медленного чтения» картин находят эмоциональный отклик в душах детей. Дети работают увлеченно. Об этом можно судить даже по их мимике: дети задерживают дыхание при первой встрече с картиной, не сводят с нее глаз и все «превращаются в слух». Появляется потребность выразить свои чувства, поделиться переживаемым с одноклассниками. Об этом дети пишут в своих сочинениях и отзывах об уроках просмотра картин, где они выражают желание почаще проводить такие встречи с искусством.

Самый неожиданный и позитивный результат связан с тем, что дети стали общаться по поводу искусства не только с учителем, но и между собой. К сожалению, современный термин «некоммуникабельность» в наше время касается и многих детей. Часто в семье растет один ребенок. Нередко круг его общения в связи с занятостью родителей замыкается на телевизоре или

компьютере. Дети мало общаются. Комплекс некоммуникабельности становится реальностью. Уроки просмотра картин незаметно ломают замкнутость детей – ведь так увлекательно работать вместе, испытывать радость общения и даже переживать неудачи. Уроки просмотра картин как бы готовят почву для перехода от учебной деятельности в младшем школьном возрасте к общению в среднем, тем самым способствуя решению проблемы преемственности ведущих видов деятельности.

Становление человека зависит как от актуализирующихся у него потребностей, так и от тех средств, которыми он может удовлетворить эти потребности. Поэтому так важно выбрать средства, которые будут вполне согласовываться с идеями общего психического развития и формирования общей картины мира. «Вот что мы должны делать: давать ребенку как можно больше языков, потому что мир многоязычен. Речь идет не только об иностранных языках, нет – о языке кисти и красок, языке мелодий и гармонии, о языке закатов и восходов. Чем больше таких языков усвоят дети, тем более многосторонним будет их взгляд на мир, тем богаче будет их душа, тем сильнее они будут духом» (С. Соловейчик).

Искусство выступает в качестве универсального средства удовлетворения актуализирующихся потребностей на всех этапах развития личности. Следовательно, чем больше встреч с искусством состоится у человека, тем богаче будет его душа, крепче здоровье, счастливее жизнь.

Литература

1. Буянов М.И. Беседы о детской психиатрии. – М., 1992.
2. Выготский Л.С. Педагогическая психология. – М., 1984.
3. Выготский Л.С. Психология искусства. – М., 1984.
4. Зайцев Г.К. Школьная валеология. – СПб., 1998.

Марина Александровна Яцкая –
учитель гимназии № 4, г. Волгоград.