

IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ EMOCINIO RAŠTINGUMO UGDYMAS UGDOMĄJA MENO TERAPIJA

DOI: 10.13165/HST-25-12-1-07

Anotacija. Vaiko emocinis raštingumas pasireiškia svarbiausiose augimo srityse ir apima jausmų suvokimą ir apibūdinimą, savo emocijų valdymą, gebėjimą suprasti kitiems žmonėms būdingas jausmines būsenas ir tinkamą bendravimą. Ugdomoji meno terapija stiprina vaiko vidines galias, didina atsparumą neigiamam aplinkos poveikiui, moko atpažinti, įvardyti savo ir aplinkinių emocijas, piešiant, judant ar žaidžiant išlaisvinti emocijas. Straipsnyje analizuojamas tėvų požiūris į ugdomosios meno terapijos užsiėmimų įtaką ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinio raštingumo ugdymui. Atskleidžiamos ugdytojų bendradarbiavimo ir tinkamos ugdomosios aplinkos pritaikymo ikimokykliniui kryptys.

Reikšminiai žodžiai: emocinis raštingumas, ugdomoji meno terapija (UMT), vaikas, ikimokyklinis amžius.

IVADAS

Mokslinė problema, temos aktualumas ir ištirtumo lygmuo. Šiuolaikinėje visuomenėje sparčiai besikeičiant technologijoms ir gyvenimo tempui, vaikų lavinimas tampa vis sudėtingesnis ir reikalauja nuolatinio atnaujinimo ir prisitaikymo prie naujų iššūkių. Vienas iš esminių ugdymo aspektų, kuriam pastaruoju metu skiriama vis daugiau dėmesio, yra vaikų emocinės kalbos ugdymas. Ši tema tampa vis aktualesnė, siekiant ugdymo procese identifikuoti emocinius aspektus ir skatinti vaikų emocinio raštingumo įgūdžių lavinimą.

Pirmieji penkeri vaiko gyvenimo metai yra itin svarbūs jo asmenybės raidai. Šiame amžiuje formuojasi ne tik kognityvinės, bet ir emocinės įgūdžių bazės, kurias vaikas turės visą gyvenimą (Burbienė, 2013). Ankstyvas emocinio raštingumo ugdymas padeda vaikui suprasti savo elgesio priežastis, jausmus, neleidžia pasireikšti žiauriems, impulsyviems veiksams, moko empatiškumo, pozityvios projekcijos, bendravimo, prisitaikymo tolesniame gyvenime. Emocinis raštingumas – gebėjimas atpažinti, skirti, kontroliuoti ir reikšti savo ir kitų emocijas (Gayathri ir Meenakshi, 2013) – yra geros psichikos sveikatos ir sėkmės ateityje pamatas. Nuo socialinių ir emocinių įgūdžių priklauso, kaip gerai vaikai geba pažinti jį supančią aplinką ir prie jos prisitaikyti. Emocinių ir socialinių kompetencijų ugdymas taip pat padeda vaikams gerinti asmeninę psichologinę savijautą, megzti ilgalaikes draugystes ir santykius su kitais, ugdyti charakterį ir atskleisti asmeninį poten-

cialą (Sancassiani ir kt., 2015). Emocinis raštingumas yra išmokta kompetencija, o ne įgimta savybė, ir per gyvenimą gali būti ugdomas.

Ikimokyklinio amžiaus vaikams skirtų ugdomosios meno terapijos užsiėmimų turinys yra orientuotas į vaikų pojūčių, vaizduotės, dėmesio ir atminties, empatijos, stambiosios ir smulkiosios motorikos, gebėjimo orientuotis erdvėje lavinimą, emocinio intelekto, bendravimo ir bendradarbiavimo, gebėjimo įvairiapusiškai vertinti situaciją skatinimą ir puoselėjimą, kalbos ir kalbinių gebėjimų ugdymą ir pan. Svarbu užsiėmimų struktūriškumas, pedagogo pasirengimas (Bražienė, 2012).

Lietuvoje apie ikimokyklinio amžiaus vaikų kūrybiškumo ugdymą dailės terapijos metodais rašė E. Butaitė (2014); M. Domarkaitė (2023) nagrinėjo ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos stiprinimo metodus. J. Burkauskas (2023) ir kt. aprašė emocinio raštingumo ugdymo aspektus. L. E. Shapiro (2008) gilinosi, kaip lavinti vaiko emocinį intelektą. Ugdomoji meno terapija, apimanti įvairias meno sritis – dailę, muziką, judesį, šokį, žaidimą, yra mažai nagrinėjamas mokslo objektas.

Tyrimo objektas – ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinio raštingumo ugdymas ugdomąja meno terapija.

Tyrimo tikslas – atskleisti ugdomosios meno terapijos naudojimo galimybes ugdant ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinį raštingumą.

Tyrimo uždaviniai:

- 1) išanalizuoti ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinio raštingumo ugdymo svarbą;

- 2) aptarti ugdomosios meno terapijos užsiėmimų turinį;
- 3) išsiaiškinti tėvų požiūrį į ugdomosios meno terapijos užsiėmimų įtaką ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinio raštingumo ugdymui.

Tyrimo metodai: mokslinės literatūros analizė ir dokumentų analizė; pusiau struktūruotas interviu, kokybinė turinio analizė.

IKIMOKYKLINIO AMŽIAUS VAIKŲ EMOCINIO RAŠTINGUMO UGDYMO SVARBA

Ikimokyklinio amžiaus vaikų emociniam vystymuisi svarbus emocinio raštingumo ugdymas. Emocinis raštingumas – gebėjimas atpažinti savo ir aplinkinių žmonių emocijas, jas kontroliuoti ir reikšti tinkamu būdu (Buzkurt Polat, 2021).

Pasak Palevičienės (2021), neuromoksliniai tyrimai atskleidžia, kad pagrindiniai asmenybės elgesio modeliai susiformuoja per pirmuosius šešerius gyvenimo metus, todėl šis amžius yra ypač svarbus tolesniam vaiko gyvenimui. Emocinis raštingumas padeda vaikui prisitaikyti kasdienėje veikloje. Kuznecova (2020, 24) pažymi, kad „<...> 3–5 metų ikimokyklinio amžiaus vaikai jau žino, kaip atpažinti savo ir aplinkinių emocinę būseną. <...> Teisingas vaiko emocijų vystymasis yra raktas į sėkmę formuojant harmoningą asmenybę.“ Anot autorės, tėvai turėtų atkreipti dėmesį, kokioje emocinėje aplinkoje jų vaikas auga, kaip jis reiškia savo jausmus, emocijas (veido mimika, kalbėjimas, elgesys), ar apskritai geba tai reikšti, o pastebėję, kad vaikas patiria sunkumų, stengtis jam padėti, kantriai koreguoti netinkamas apraiškas.

Didelis dėmesys emocinio raštingumo ugdymui ikimokykliniame amžiuje skiriamas ir ugdymo įstaigose. Pedagogai savo veikloje remiasi ne tik moksline literatūra ar praktine patirtimi, bet ir dokumentais. Ikimokyklinio ugdymo programos gairėse (2023) pateikti vaiko pasiekimų žingsniai, susiję su vaiko raidos etapais. Viena iš 18 pasiekimų sričių – „Emocijų suvokimas ir raiška“. Dokumente rašoma, jog šios pasiekimų srities trečiame žingsnyje vaikas pradeda atpažinti, ką jaučia, turi savus emocijų ir jausmų raiškos būdus, pradeda vartoti emocijų pavadinimus; domisi kito vaiko ar suaugusiojo įvairių emocijų ir jausmų raiška; pastebi aiškiai reiškiamas emocijas, į jas skirtingai reaguoja (pasitraukia šalin, jei kitas piktas; glosto, jei kitas nuliūdęs). Ketvirtame žingsnyje vaikas ima suprasti, kad skirtingose situacijose (per gimimo dieną, susipykus su draugu) jis jaučia skirtingas emocijas; jas pavadina, išreiškia mimika, balsu, judesiu, vaizdu; atpažįsta kitų emocijas ir jausmus pagal veido išraišką, elgesį, veiksmus,

jas atliepia, imituoja vaidmenų žaidimuose; pradeda suprasti, kad jo ir kitų emocijos toje pačioje situacijoje gali skirtis (jam linksma, o kitam tuo pat metu liūdna). Penktame pasiekimų žingsnyje vaikas atpažįsta ir pavadina savo emocijas bei jausmus, įvardija situacijas, kuriose jie kilo; emocijas ir jausmus dažniausiai išreiškia sau ir kitiems priimtinais būdais; atpažįsta ir komentuoja kitų emocijas, jausmus ir situacijas, kuriose jie kyla, pradeda suprasti, kad kai kurie veiksmai ir žodžiai gali žėisti kitų jausmus. Apibendrinant galima teigti, kad pasiekimų aprašo sritis „Emocijų suvokimas ir raiška“ yra išsami vaiko raidos aspektu ir labai svarbi vaiko ugdymui.

Itin svarbų vaidmenį vaikui susipažįstant su emocijomis vaidina šeima: „Šeima yra pirmoji socialinė grupė, kurioje vaikas gauna žinių apie pasaulį, apie elgesio modelius, susipažįsta su elgesio normomis ir tikslais, kurių reikia siekti, su vertybėmis. Šeima taip pat yra sektinas pavyzdys.“ Šeima nukreipia, netgi nulemia vaiko raidą, sukurdamą jam geresnes arba prastesnes sąlygas (Molicka, 2010, 75). Svarbus ugdymo bendradarbiavimas ir ugdomoji aplinka.

Sujetaitė-Volungevičienė (2018) pabrėžia, jog pedagogo emocinė kompetencija ir jos nuolatinis tobulinimas yra esminiai veiksniai ugdant vaikų emocinį intelektą ikimokykliniame amžiuje. Šie veiksniai nulemia gebėjimų perdavimo kultūrą, kuria vadovaujasi pedagogas. Ši kultūra tampa svarbia ugdymo struktūros dalimi. Tai įrodo, kad vidinės pedagogo savybės yra lemiamos ugdant vaikų emocinį intelektą ir kuriant palankią mokymosi ir augimo aplinką ikimokyklinio amžiaus vaikams. Oaklander (2007) akcentuoja, jog pedagogui, besirengiančiam vaikams taikyti meno terapiją, svarbiausia – mylėti vaikus, išmąnyti jų vystymosi, augimo ypatumus ir suprasti svarbiausius amžiaus tarpsnio klausimus.

Lazdin (2022) teigia, jog tinkamai parinktos veiklos ir užsiėmimai padeda harmoningai formuotis kiekvieno vaiko asmenybei, jo kūnui, protui, emocijoms ir psichikai. Prie šių veiklų priskiriamas mokymasis groti instrumentais (maždaug nuo 3 metų), klasikinės muzikos klausymasis, aktyvios veiklos lauke, sportas, skaitymas, ritminiai užsiėmimai, laisvi žaidimai, per kuriuos vaikai įgyvendina savo sumanymus, dailė ir smulkiosios motorikos lavinimas. Pasak Lazdin (2022, 181), „[v]aikas mokosi savireguliacijos mokymasis koordinuoti savo kūną“. Per šias veiklas vaikai ne tik lavina fizinius įgūdžius, bet ir tobulina svarbius psichologinius aspektus, įskaitant emocinį intelektą, ir socialinius įgūdžius. Aktyvios veiklos moko vaikus dirbti komandoje, priimti atsakomybę, valdyti emocijas ir laikytis taisyklių. Moksliniai tyrimai patvirtina muzikinio

ugdymo naudą (Hallam, 2010). Muzika labai prisideda prie vaiko vystymosi, stiprindama tiek kognityvinius, tiek socialinius įgūdžius. Muzikos klausymasis, dainavimas ir grojimas instrumentais leidžia vaikams patirti įvairias emocijas, ugdyti kūrybiškumą, bendradarbiavimą ir socialinį suvokimą. Ikimokykliniame amžiuje svarbu žaisti, klausyti ir kurti pasakas (Medonė, 2020). Pasakos – puikus būdas ugdyti vaikų emocinį raštingumą, empatiją ir drąsą, bendruomeniškumo jausmą. Vaikus taip pat moko laisvi žaidimai ir kūrybinis eksperimentavimas. Taip lavinami kūrybiniai gebėjimai, mokomasi suvokti kitų žmonių emocijas per santykį su draugais. Nuo trejų metų vaikai ima jaustis savarankiškesni, gali rodyti nepasitenkinimą ar pyktį, pradeda bendrauti su kitais vaikais ir mokytis žaisti kartu.

Apibendrinant galima teigti, kad ankstyvas emocinio raštingumo ugdymas yra esminis veiksnys siekiant sukurti emocinę ir socialinę gerovę tiek individualiu, tiek visuomeniniu lygmeniu. Vaiko emocinis raštingumas pasireiškia visose svarbiausiose srityse ir apima jausmų suvokimą ir apibūdinimą, savo emocijų valdymą, gebėjimą suprasti kitiems žmonėms būdingas jausmines būsenas ir tinkamą bendravimą. Svarbiausi ugdymo veiksniai yra pedagogo pavyzdys, jo kompetencijos, vaiko santykiai šeimoje, tinkamų ugdymo metodų ir priemonių parinkimas bei ugdomosios aplinkos pritaikymas.

UGDOMOSIOS MENO TERAPIJOS UŽSIĖMIMŲ TURINYS

Meno terapija, kaip viena iš psichoterapijos krypių, apima metodus, kuriais žmogus skatinamas ką nors kurti, imtis meninės kūrybos (piešti, šokti, muzikuoti, vaidinti ir kt.). Šį terminą pirmas pavartojo Didžiosios Britanijos menininkas Adrianas Keithas Grahamas Hillas (1895–1977), 1942 m. dirbdamas su sergančiaisiais tuberkulioze. Vėliau šiuo terminu pradėta apibūdinti visus užsiėmimus (ligoninėse, psichikos sveikatos centruose, vaikų ugdymo įstaigose, kalėjimuose ir kitur), kuriuose naudojamos meno priemonės (Meno terapija, VLE).

Meno terapijos taikymą pedagoginėje veikloje nagrinėjo Liudmila Lebedeva (2003), Rasa Kučinskienė (2006), Liudmila Marder (2010) ir kt. Pažymima, kad terapinė veikla ir kūryba labai veikia žmogaus gyvenimo kokybę, sveikatą. Gana išsamiai sąvoką „meno terapija“ apibrėžė Nijolė Bražienė (2012, 2): „meno terapija vadinamas piešimo ar tapyimo procesas grupėje, kurį pasitelkiant ir kurio metu išreiškiami vaizdiniai, asociacijos, fantazijos, mintys, jausmai, interpretacijos apie piešinius, atliekama profesionali ir neprofesionali šių piešinių

analizė, kuri siejama su piešinio autoriaus asmenybe, gyvenimu, santykių sistema. Šis procesas tampa terapinis, kai padeda atskleisti piešinio autoriaus išgyvenimus, vidinius konfliktus, paslėptus jausmus, asmenybės vystymosi etapus, pozityvios kaitos potencialus, leidžia suvokti jas pačiam piešinio autoriui ir padeda keisti asmenybei tinkama teigiama linkme.“

Anot Lebedevos (2013, 11), taip suprantant pedagoginės (ugdomosios) meno terapijos tikslą, veiklos prioritetu tampa rūpinimasis žmogumi, jo ugdymas, auklėjimas ir socializacija naudojant meninės veiklos priemones. Svarbu išskirti kelis meno terapijos aspektus, į kuriuos atsižvelgiama kuriant ugdomąjį procesą:

1. *Vidinė saviraiškos laisvė.* Meninio ugdymo veiklų tikslas – suteikti vaikui teorinių žinių ir praktinių įgūdžių, t. y. kuriama pagal taisykles, kurių reikia laikytis, jei norima sulaukti teigiamo įvertinimo. Meno terapijos užsiėmimuose prioritetai teikiami vaiko spontaniškai veiklai, skatinančiai jo nuoširdumą ir atvirumą. Pagrindinis tikslas – ne išmokyti vaiką konkrečių meninių įgūdžių, o duoti jam priemonę pažinti pasaulį per savo paties veiklą. Kūrybiniai darbai nevertinami, netgi neišsakomos tokio pobūdžio pastabos, kaip „gražu ir negražu“, „panašu ir nepanašu“, „teisingai ir neteisingai“ ir pan. Svarbiausia, kaip pats vaikas vertina savo darbą, ar jį patį tenkina kūrybinis rezultatas. Pats vaikas nusprendžia, kas jo darbe taisytina, gal perdarytina ir pan. N. Rogers (1990, cit. Kučinskienė, 2006, 18) žodžiais, „vaikai natūraliai smalsūs ir kūrybingi. Jie eksperimentuoja, žaidžia, <...>, jiems neegzistuoja „teisingos“ ir „neteisingos“ spalvos <...>, jie paprasčiausiai dirba ir mėgaujasi tuo, ką daro. Jie mokosi šiame procese ir jaučia vidinę saviraiškos laisvę.“
2. *Santykiai auklėjimo procese.* Meno terapijos užsiėmimuose svarbu užmegzti empatišką ryšį su vaiku, priimant jį tokį, koks yra, gerbiant jo erdvę, apsisprendimus, nevaržant jausmų raiškos. Svarbiausias ugdytojo uždavinys – sukurti saugią bendravimo aplinką, nepažeidžiant nė vieno vaiko orumo. Ugdytojas yra lygus su vaikais.
3. *Vaiko savivokos stiprinimas.* Meno terapijos užsiėmimuose puoselėjami vaiko talentai, įžvelgiama ir stiprinama pozityvi savivoka; pastebimos tik paties vaiko pastangos, asmenybiniai pokyčiai „anksčiau“ ir „dabar“, nelyginant jo su kitais; vaikas neverčiamas daryti

to, ko nenori.

4. *Konfidencialumas*. Vaikas turi jaustis saugus. Informacija, gauta apie vaiką meno terapijos užsiėmimuose, negali būti viešinama, aptariama su kitais pedagogais.

Lebedeva (2003) atkreipė dėmesį į meno terapijos užsiėmimo specifiškumą: grupinės veiklos vieta turi būti nuolatinė, rami (be išorinių trukdžių), pakankamai erdvi kūrybinei laisvei, saugi (joje turi būti švaros priemonių), diskretiška (laikomasi konfidencialumo principų). Kabinete išdėstytų meninės raiškos priemonių gausa (įvairios dažymo ir tapymo priemonės, įvairių spalvų ir dydžių lapai, lipdymo priemonės, gamtinė medžiaga, buitės atliekos, audiniai, siūlai, žirkklės, klijai ir kt.) skatina kūrybiškumą, suteikia įvairių jutiminių potyrių.

Svarbu, kad per kiekvieną užsiėmimą būtų išlaikoma trijų dalių struktūra (Marder, 2010):

- 1) nuteikimas – teigiamos emocinės nuotaikos kūrimas;
- 2) pagrindinė veikla. Užduotys, skatinančios, ugdančios ir puoselėjančios kūrybiškai asmenybei būdingas raiškos formas: jautrumą problemam, lankstumą, originalumą ir gebėjimą asocijuoti, vaizduotę, humoro jausmą;
- 3) apibendrinimas – užsiėmimo refleksija (vaikai išsako, kas jiems patiko ar nepatiko; atidžiai, nekomentuojant, palaikant ir priimant bet kokią nuomonę, išklausomi jų argumentai, padėkojama už nuoširdų ir puikų visų darbą). Skiriama dėmesio savo paties ir aplinkinių išgyvenimams (empatiškumas). Kiekvieno užsiėmimo pabaigoje vaikams pasiūloma pajudėti arba atlikti kūrybinį darbą, padedantį atsipalaiduoti.

Remiantis minėtų autorių rekomendacijomis ir atsižvelgiant į grupės vaikų amžių, ugdomosios meno terapijos užsiėmimuose vyrauja tokios dalys:

- 1) apšilimo pratimas („Ledlaužis“, staigmena) (3 min.);
- 2) praeito susitikimo refleksija (2 min.);
- 3) kūrybos procesas (15 min.);
- 4) kūrinio interpretacija; proceso ir savijautos aptarimas, pavadinimo suteikimas kūrinui (10 min.);
- 5) grupėje vykstančių procesų aptarimas. „Ledlaužis“ (žaidimas). Apdovanojimas (5 min.).

Švietimo sistemoje ugdomąją meno (dailės, muzikos, šokio, dramos) terapiją tinka taikyti ne tik vaikams, bet ir pedagogų kolektyve – ji gerina adaptacijos procesus, ugdymo proceso kokybę, tarpusavio santykius. Tarp pozityvių reiškinių, pastebėtų užsienio praktikų, Lebedeva (2013, 16–17) mini šiuos:

- sukuria teigiamą emocinį nusiteikimą grupėje;
- palengvina komunikacijos procesą su bendraamžiais, mokytoju, kitais suaugusiaisiais. Bendras dalyvavimas meninėje veikloje padeda sukurti tarpusavio priėmimo, empatijos santykį;
- sustiprina kultūrinį vaiko identitetą, padeda įveikti kalbinį barjerą, ypač daugiakultūre mokyklose;
- padeda prisiliesti prie tų realių problemų ar fantazijų, kurias dėl kokių nors priežasčių yra sudėtinga aptarti žodžiu;
- suteikia galimybę simboliniu lygmeniu eksperimentuoti su įvairiais jausmais, juos tyrinėti ir išreikšti priimtina forma;
- stimuliuoja kinestetinius ir regimuosius pojūčius;
- skatina kūrybiškumą, lavina vaizduotę, ugdo estetinę patirtį, vaizduojamosios veiklos įgūdžius ir meninius gebėjimus apskritai;
- padidina žmogaus gebėjimą adaptuotis kasdieniame gyvenime ir mokykloje, sumažina su mokymusi susijusį nuovargį, negatyvias emocines būsenas;
- efektyvi koreguojant įvairius augimo sutrikimus, grindžiama sveiku asmenybės potencialu, vidiniais savireguliacijos ir gijimo mechanizmais;
- leidžia kurti meilę ir abipusiu prieraišumu grįstus santykius su vaiku.

Apibendrinant pažymėtina, kad ugdomosios meno terapijos užsiėmimai pedagoginėje veikloje, lydimi grupės poreikius atitinkančios programos, struktūros ir taisyklių, padeda ugdymo proceso dalyviams išlaisvinti kūrybinius procesus, pažinti save ir supantį pasaulį, ugdyti emocinį raštingumą ir taip pagerinti ugdymosi rezultatus ir asmenybės augimo procesus.

EMPIRINIO TYRIMO REZULTATŲ ANALIZĖ

2024 m. gegužės mėnesį N vaikų lopšelyje-darželyje, įgyvendinus ugdomosios meno terapijos (UMT) užsiėmimų programą, buvo atliktas tyrimas. Kokybinis tyrimas pasitelktas siekiant programos dalyvių grįžtamojo ryšio ir ieškant tobulintinų programos komponentų. Iš anksto parengtas pusiau struktūruotas interviu klausimynas leido plėtoti pokalbį tyrimui aktualia tema. Tyrime dalyvavo aštuonios ikimokyklinio amžiaus vaikų, kurie lankė šiuos užsiėmimus, mamos. Tėvų susirinkime pristacius UMT programą buvo derinamas interviu laikas ir

vieta. Visos respondentės sutiko dalyvauti tyrime. Per interviu gauti duomenys buvo analizuojami išskiriant kategorijas ir subkategorijas. Interpretuojant tyrimo duomenis tyrimo dalyvių kalba netaisyta.

Vaikų vardai pakeisti. Tyrimo rezultatai atskleidė vaikų mėgstamas veiklas UMT užsiėmimuose. Respondenčių įvardytos veiklos nurodytos 1 lentelėje.

1 lentelė. Ikimokyklinukų mėgstamos veiklos UMT užsiėmimuose

Kategorija	Subkategorija	Patvirtinantys teiginiai
Ikimokyklinukų mėgstamos veiklos UMT užsiėmimuose	Žaidimai, dainos	„Stebėjau žaidimus laukdama mergaitės. Labai jau linksmai atrodo.“ „Kažkokią dainą apie balionėlį Smiltė vis niūniuoja. Sakė, šoko per terapiją.“
	Meninio ugdymo priemonės	„Pradėjus lankyti užsiėmimus, Joris prašė nupirkti dažų, molbertą. Kartu vykome į parduotuvę. Jis išsirinko. Dabar toks atsipalaidavęs piešia. Jam labai patinka. Laukia trečiadienio.“
	Pedagogo veikla	„Martynui patinka ateiti į užsiėmimus. Laukia staigmenos, namuose yra toks judrus, o po užsiėmimų grįžta susikaupęs, dar nori piešti, lipdyti... <...> atsimena jūsų vardą, pasakoja, ką nupiešė.“
	Užsiėmimo struktūra	„Gerai, kad viskas suplanuota. Dirbate pagal programą. Vaikams patinka ir piešti, ir pajudėti. Patinka laikytis taisyklių. Apie jas man ir primena namuose. <...>“
	Tapymo procesas	„<...> kai jai paduodi dažus, pradingsta savame pasaulyje net kelias valandas. Paskui pasakoja. O kartais išmeta. Kokius dar dažus rekomenduotumėte? <...> Ačiū už patarimą klausyti klasikinės muzikos. Išbandysime.“

Ugdomųjų meno terapijos užsiėmimų veiklos yra aiškiai suplanuojamos, remiantis terapinės ir pedagoginės veiklos metodikomis (Kučinskienė, 2006). Siekiant daugiau dėmesio kiekvienam vaikui, formuojamos iki 10–12 panašaus amžiaus vaikų grupės. Užsiėmimai vyksta kartą per savaitę toje pačioje erdvėje (salėje). Orientuojamasi į kūrybinį procesą, o ne į rezultatą. Programoje temos parinktos pagal vaiko amžių ir grupės sudėtį, jos sudėliojamos į socialinę, asmenybinę, grupinę tematikas orientuojantis iš aplinkos pažinimo į asmeninį pažinimą. Kaip teigia Bražienė (2012, 64), „[i]kimokyklinuko kūrybiškumo ugdymo siekiamybė – skatinti vaiką atidžiau pažvelgti į save, geriau suvokti savo polinkius bei pomėgius, išgales, pajusti savo vertę“. Kiekvienas užsiėmimas apima vis kitą temą, „Ledlaužį“ (apšilimo pratimą), tikslą. Temos susijusios su savivokos stiprinimu, emocijų pažinimu ir įvardijimu, dėmesio lavinimu, aplinkos pažinimu, empatijos bei socialinių įgūdžių ugdymu ir kt. Lavinama vaikų vaizduotė, dėmesys, empatija, stambioji ir smulkioji motorika, pojūčiai, emocinis raštingumas, bendravimas ir bendradarbiavimas. Ugdomosios meno terapijos užsiėmimo trukmė priklauso nuo vaiko amžiaus (30–45 min.). Užsiėmimuose naudojamos įvairios dailės priemonės, jas vaikai renkasi patys: akvarelė,

guasas, dažai, pučiamieji dažai, pirštų dažai, klėjai, pieštukai, flomasteriai, kreidelės, molis, įvairaus dydžio ir spalvų popierius, žurnalai, įvairaus dydžio teptukai, žirkklės, molbertai ir kt. Pasitelkiamos ir stimuliacinės kortos, edukacinės priemonės. Kiekviena priemonė pasižymi skirtingomis fizikinėmis savybėmis, todėl jų sensorinis poveikis yra skirtingas. Naudojami skirtingi instrumentai (gitara, ukelelė, būgnai, barškučiai, marakasai, pianinas, dūdelė, akordeonas, kalimba ir kt.). Judesiams išreikšti naudojamos įvairaus dydžio ir spalvų skarelės, kaukės, kamuoliai, kauliukai, lankai, kilimėliai ir kt. Užsiėmimuose naudojama klasikinė ir populiarioji muzika, muzikos instrumentai, judesys, žaidimai, lavinamosios užduotys. Oaklander (2007, 113) pažymi, kad dirbdama su ikimokyklinio amžiaus vaikais pastebėjo, kaip muzika vaikui tampa saviraiškos priemone: „<...> Galima groti, kol vaikai kuria, muzika gali skambėti fone. <...> Klasikinės muzikos kūriniai ypač tinka atskleisti jausmams. <...> yra liaudies dainų, kurios nukreipia veiklą, išlaisvina kūrybiškumą, skatina improvizuoti, kurti, o tai stiprina pasitikėjimą savimi, žadina vaiko humoro jausmą ir pan.“ Žaidybinė meninė veikla padeda atsipalaiduoti, pažinti save ir aplinkinį pasaulį. Kiekvienam vaikui labai svarbu patirti sėkmę.

Tyrimo dalyvės išskyrė pedagogo veiklos svarbumą: „Martynui patinka ateiti į užsiėmimus. Laukia staigmenos, namuose yra toks judrus, o po užsiėmimų grįžta susikaupęs, dar nori piešti, lipdyti <...> atsimena jūsų vardą, pasakoja, ką nupiešė.“ Gavus pagyrimą dėl atlikto darbo arba klausimą apie jį vaikas pasijunta reikšmingas. Tai akcentuoja ir Marder (2010, 30–35): „pedagogo indėlis labai svarbus, jis reguliuoja vaikų veiklą, sudaro sąlygas vaikams veikti. <...> Meno terapijos užsiėmimų metu ikimokyklinio amžiaus vaikams svarbu prisotinti pačiu piešimo procesu.“ Mamos teiraujasi ir apie piešinius, kurie jų nepasiekia. Čia svarbus grįžtamasis ryšys: yra darbų, kurie vaikui „nemieli“ arba „nepavykę“, nors bandė kelis kartus. Tuomet jie arba lieka pas vadovą, arba išmetami. Tai sprendžia vaikas. Deja, ne visuomet vaikai sutinka arba nori tai pasakoti tėvams. Kartais jie pamiršta arba nejaučia tėvų ar artimųjų susidomėjimo.

Svarbu išlaikyti terapinės veiklos užsiėmimų struktūrą (remiantis Marder, 2010; Kučinskienė 2006, Lebedeva, 2013). Kaip minėjo respondentės, labai svarbus ir vaikams įsimenantis akcentas yra užsiėmimų taisyklės. Jos suteikia saugumo ir paprastai yra formuluojamos programos pradžioje, kai susipažįstama su grupės nariais, erdvėmis, priemonėmis, UMT užsiėmimo struktūra. Vaikai dažniausiai

pabaigoje gavę lipduką, kaip apdovanojimą už taisyklių laikymąsi per užsiėmimą. Paprastai grupės nariai laikosi šių taisyklių: gerbti vieniems kitus; jaustis laisvam; nesikalbėti kūrybos metu; kai dalyvis pasakoja apie savo darbą, kiti nekritikuoja, nekomentuoja ir nevertina, bet gali užduoti klausimų; gerbti laiką; sutvarkyti darbo vietą pasibaigus užsiėmimui.

Svarbu, kad vaikai supranta taisyklių reikšmę ir patys primena savo draugams, panašias taisykles siūlo namuose ir grupėje. Tyrimo metu pastebėta, jog UMT užsiėmimuose vaikai išlaisvėja – jie naudoja vis įvairesnes priemones, siūlo temas, drąsiau kalba apie savo kūrinius, daugiau padeda vienas kitam tvarkantis, primena taisykles. Tėvų nuomone, tam įtakos turi ta pati užsiėmimų vieta ir laikas, rezultato nereikalavimas, nedidelė ir pastovi vaikų grupė. Taip pat pastebima, jog kai kurie tėvai, leidžiantys vaikus į UMT užsiėmimus, patys domisi terapinės veiklos specifika ir į susitikimus ateina su paruoštais klausimais ir vaiko kūrybine produkcija. Ją saugoja, neišmeta, gilinasi ir analizuoja, o tai labai svarbu tėvų ir vaikų tarpusavio santykių puoselėjimui, vaiko pažinimui.

Tyrimas atskleidė ir ugdomosios meno terapijos užsiėmimų poveikį emocijų pažinimui, socialiniams įgūdžiams, emocinio raštingumo ugdymui. Duomenys pateikti 2 lentelėje.

2 lentelė. UMT užsiėmimų poveikis emocinio raštingumo, socialinių įgūdžių ugdymui

Kategorija	Subkategorija	Patvirtinantys teiginiai
UMT užsiėmimų poveikis emocinio raštingumo ugdymui	Jausmų supratimas ir įvardijimas	„Pastebėjau, jog pagalvojus ji gali įvardinti, ką jaučia.“ „Taip, jau moka pasakyti man, kad supyko.“ „Drąsiau sako savo jausmus – kad myli, pasiilgo. <...> piešinyje parodo linksmą ir liūdną personažą.“
	Pykčio valdymas, nusiraminimas	„Auklėtoja sakė, kad po užsiėmimų Jonukas grįžta nurimęs, nors prieš tai siautėjo.“ „Papasakokite apie tą ištirpusį pyktį. Sūnus pasakojo kaip galima pradanginti pyktį. Kokia tai metodika?“
	Kūrybiškumo ugdymas	„Emocijų pažinimas ir raiška skatina kūrybiškumą ne tik užsiėmimų metu. Tai padeda bendrauti, susikalbėti, net mokytis“ <...> gal galite savo pastebėjimus įrašyti prie vaiko „Mūsų darželis“ dienyne?“
	Sustiprėjusi savivertė, pasitikėjimas savimi	„Jokūbui užsiėmimai labai padėjo. Grupėje, tarp vaikų, jis jautė nuolatinį spaudimą, kad yra kitoks nei visi. Man taip pat malonu išgirsti ne tik pastabas apie jo elgesį, bet ir gerus, sėkmingus dalykus. <...> norėčiau, kad daugiau kalbėtų apie savo kūrinius. <...> bet jų neišmeta, deda į stalčių.“
UMT užsiėmimų poveikis socialinių įgūdžių ugdymui	Geresnis tarpusavio bendravimas	„Norėčiau labiau pažinti dukrą per piešinius. Žinau, kad svarbu, ką ji pasakoja apie savo kūrinių, bet ar yra tinkamų klausimų kūrinių analizei? Kai pradėdu daug klausinėti, ji nueina ir ne visada sugrįžta.“
	Stambiosios ir smulkiosios motorikos lavėjimas	„Barbora daug lipdo. Ne visus darbelius parsineša į namus. <...> daug pasakoja apie instrumentus. Vieną kartą nori mokytis muzikos, kitą kartą piešimo ar jojimo <...>“

Respondentės paminėjo, kad ugdomosios meno terapijos užsiėmimai padeda vaikams suprasti ir įvardyti savo, aplinkinių jausmus, nebijoti pasiteirauti artimųjų apie jų būseną. Kai kurie metodai, tokie kaip stimuliacinės kortos, ištirpęs pyktis, rūpesčio apsiaustas arba klasikinės muzikos piešimas, padeda nusiraminti, moko valdyti, transformuoti jausmus, kurie vaikui yra nemalonūs. Tai kelia pasitikėjimą savimi, skatina kūrybiškumą, kuria įtraukia aplinką, nes nėra akcentuojami kiekvieno vaiko gebumai, darbai nelyginami, nepublikuojami. Kiekvieno vaiko sėkmės atvejis akcentuojamas kaip dovana artimajam, konkrečiai – tėvams. Kaip teigia Songailienė ir Bražienė (2011, 64), „[i]kimokyklinuko kūrybiškumo ugdymo siekiamybė – skatinti vaiką atidžiau pažvelgti į save, geriau suvokti savo polinkius bei pomėgius, išgales, pajusti savo vertę. Svarbiausia vaiko kūryboje – pastangos vaizdu išreikšti savo išgyvenimus. Tam būtina vaikui suteikti laisvę laisvai veikti taip, kad atsiskleistų jo emocijų, iniciatyvumas, savarankiškumas.“ Nedidelėse grupėse vaikai turi galimybę būti išgirsti, jiems suteikiama reikiama pagalba pasirenkant kūrybines priemones. Įvairios priemonės (piešimo, konstravimo, lipdymo) ne tik sužadina skirtingus pojūčius, bet ir lavina smulkiąją motoriką. Bendri darbai, judrieji žaidimai, skirtingos kūrybinės erdvės lavina ir stambiają motoriką. Mamos pažymi, jog dėl šių užsiėmimų, per kūrinį jos geriau pažįsta savo vaiką tuomet, kai jis papasakoja apie savo veiklas („<...> svarbu, ką ji pasakoja apie savo kūrinį“). Čia išryškėja vaikų ir ugdytojų bendradarbiavimo poreikis, kad vaiko socializacija būtų sėkmingesnė. Tyrime dalyvavusios mamos pageidauja ne tik pagalbos pažįstant vaiką per piešinius, bet ir įvairių asmenybinės ir socialinės tematikos temų.

IŠVADOS

1. Emocinis raštingumas – mokymo(si) procesas, įgūdžiai, kurie nėra įgimti, o išmokstami: jis ugdo vaikų gebėjimus atpažinti savo ir aplinkinių žmonių emocijas, jas suprasti, kontroliuoti ir tinkamai reikšti. Labai svarbu šiuos gebėjimus pradėti ugdyti kuo anksčiau. Tėvų ir pedagogų bendradarbiavimas, pedagoginis tėvų švietimas sudaro sąlygas sėkmingam vaikų emocinių gebėjimų ugdymui.
2. Ugdomosios meno terapijos užsiėmimai padeda vaikams suprasti ir įvardyti savo, aplinkinių jausmus, nebijoti pasiteirauti artimųjų apie jų būseną. Tai suteikia saugumo, ugdo kūrybiškumą, socialinius įgūdžius, emocinį raštingumą.
3. Siekiant ugdyti emocinį raštingumą ugdomosios meno terapijos užsiėmimuose, tėvų požiū-

riu, svarbu kalbėtis su vaiku per kūrinį. Teigiamą poveikį daro užsiėmimų struktūra, pedagogo veikla, gausus meninio ugdymo priemonių pasirinkimas, dinamiškas kūrybinio proceso ir žaidybinės veiklos balansas.

4. Tyrimas išryškino vaikų ir ugdytojų bendradarbiavimo poreikį, kad vaiko socializacija būtų sėkmingesnė. Tyrime dalyvavusios mamos pageidauja ne tik pagalbos pažįstant vaiką per piešinius, bet ir įvairių asmenybinės ir socialinės tematikos temų.

NAUDOTI ŠALTINIAI

1. Bražienė, N. Ugdomoji meno terapija skatinant ikimokyklinio amžiaus tarpsnio vaikų kūrybiškumą. 2012. Prieiga per internetą: <http://www.ikimokyklinis.lt/index.php/straipsniai/specialistams/ugdomoji-meno-terapijaskatinant-ikimokyklinio-amžiaus-tarpsnio-vaiku-kurybiskuma/12348>. Žiūrėta 2024 m. liepos 14 d.
2. Burbienė, A. (2013). Emocinio neraštingumo kaina. *Žvirblių takas*, 1, 49–51. Prieiga per internetą: <https://www.lituanistika.lt/content/60036>. Žiūrėta 2024 m. liepos 14 d.
3. Burkauskas, J. (2023). *Emocinis raštingumas – žvilgsnis į vidinę būseną: atpažinkite šiuos pojūčius*. Prieiga per internetą: <https://www.lrytas.lt/sveikata/gyvenu-sveikai/2023/11/21/news/emocinis-rastingumas-zvilgsnis-i-vidine-busena-atpazinkite-siuos-pojucius-29237999>. Žiūrėta 2024 m. liepos 14 d.
4. Butaitė, E. (2014). *Elgesio ir emocinių problemų turinčių ikimokyklinio amžiaus vaikų kūrybiškumo ugdymas dailės terapijos metodais* (magistro darbas, Šiaulių universitetas).
5. Bozkurt Polat, E., Ulutas, I. ir Engin, K. (2021). Strategies to Develop Emotional Intelligence in Early Childhood, iš Taukeni S. G. (ed). *The Science of Emotional Intelligence*. Prieiga per internetą: [intechopen.com/chapters/76892](https://www.intechopen.com/chapters/76892). Žiūrėta 2024 m. liepos 14 d.
6. Domarkaitė, V. (2023). *Ikimokyklinio amžiaus vaikų emocinės sveikatos stiprinimas, taikant muzikos terapijos metodus chorinio dainavimo užsiėmimuose* (magistro darbas, Vilniaus universitetas).
7. Gayathri, N. ir Meenakshi, K. (2013). A literature review of emotional intelligence. *International Journal of Humanities and Social Science Invention*, 2(3), 42–51.
8. Golod, K. (2020). *Emocinio raštingumo lavinimo pratybos*. Vilnius: Lucilijus.
9. Hallam, S. (2010). The power of music: Its impact on the intellectual, social and personal development of children and young people. *International*

Journal of Music Education, 28(3), 269–289.

10. Ikimokyklinio ugdymo programos gairės, patvirtintos Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministro 2023 m. rugsėjo 4 d. įsakymu Nr. V-1142. LRS. Žiūrėta 2024 m. liepos 14 d. <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/76bb8f404b5911ee8185e4f3ad07094a?jfwid=f5arm-3g7r>.

11. Kučinskienė, R. (2006). *Dailės terapija. Seminarų užrašai*. Vilnius: Kronta.

12. Kuznecova, N. (2020). *Pasakos vaidmuo formuojant vaikų emocijas*. Visagino švietimo pagalbos tarnyba. Prieiga per internetą: <https://www.visaginospt.lt/pasakos-vaidmuo-formuojant-vaiku-emocijas/>. Žiūrėta 2024 m. liepos 14 d.

13. Lazdin, R. (2022). *Septynių intelektų mankšta*. Vilnius: Alma littera.

14. Lebedeva, L. (2013). *Dailės terapija: teorija ir praktika*. Kaunas: Žmogaus psichologijos studija.

15. Marder, L. (2010). *Spalvotas pasaulis*. Vilnius: Presvika.

16. „Mažyliai ir muzika“ programa 2–5 metų amžiaus vaikams. „Yamaha“ muzikos mokykla. Prieiga per internetą: <https://muzikosmokykla.lt/pro-gramos/programa/mazyliai-ir-muzika>. Žiūrėta 2024 m. liepos 2 d.

17. Medonė, J. (2020). Pasakos vaikams labai reikalingos. *Ypatingas vaikas*, 2, 16–19.

18. *Meno terapija*. Visuotinė lietuvių enciklopedija (VLE). Prieiga per internetą: <https://www.vle.lt/straipsnis/meno-terapija/>. Žiūrėta 2024 m. liepos 14 d.

19. Molicka, M. (2010). *Pasakų terapija*. Vilnius: Vaga.

20. Oaklander, V. (2007). *Langas į vaiko pasaulį*. Kaunas: Žmogaus psichologijos studija.

21. Palevičienė, M. K. (2021). *Vaiko emocinis intelektas. Kaip padėti vaikams pažinti emocijas, pasitikėti savimi ir gerai sutarti su kitais*. Vilnius: Alma littera.

22. Sancassiani, F., Pintus, E., Holte, A., Paulus, P., Moro, M. F., Cossu, G., Angermeyer, M. C., Carta, M. G. ir Lindert, J. (2015). Enhancing the emotional and social skills of the youth to promote their well-being and positive development: a systematic review of universal school-based randomized controlled trials. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health*, 11 (Suppl 1 M2), 21.

23. Shapiro, L. E. (2008). *Kaip ugdyti vaiko emocinį intelektą: vadovas tėvams*. Vilnius: Presvika.

24. Songailienė, R. ir Bražienė, N. (2011). Iki-mokyklinio amžiaus vaikų kūrybiškumo ir socializacijos ugdymas pedagoginės meno terapijos metais: kokybinis tyrimas. *Jaunųjų mokslininkų darbai*, 2(31). Šiauliai: Šiaulių universitetas.

25. Sujetaitė-Volungevičienė, G. (2018). Psichologė: kodėl emocinio intelekto neišmokysime per pamokėles ar užduotes. 3–7 metų vaiko lavinimas. Prieiga internetu: <https://www.tavovaikas.lt/lt/sveikata-ir-gera-savijauta/g44256-psichologe-kodel-emocinio-intelektu-neismokysime-per-pamokeles-ar-uzduotes>. Žiūrėta 2024 m. liepos 14 d.

26. Лебедева, Л. Д. (2003). Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система знаний. СПб: Реч.

PRE-SCHOOL EMOTIONAL LITERACY EDUCATION FOR CHILDREN THROUGH ART THERAPY**Edita Vosyliene****Summary**

A child's emotional literacy is manifested in the most important areas of growth and includes the perception and description of feelings, managing one's own emotions, the ability to understand the emotional states characteristic of other people, and appropriate communication. Educational art therapy strengthens the child's inner powers, increases resistance to negative environmental influences, teaches to recognize, name his own emotions and others' emotions while drawing, moving or playing in order to release emotions. The article analyzes the attitude of parents towards the influence of educational art therapy sessions on the development of emotional literacy of preschool children. The directions of cooperation between educators and adaptation of the appropriate educational environment to the preschoolers are revealed.

Keywords: emotional literacy, educational art therapy, child, preschool age.

EDITA VOSYLIENĖ

Mykolo Romerio universitetas, Sūduvos akademija, Ugdymo mokslų, teisės, žmogaus gerovės institutas. MRU edukologijos mokslo krypties doktorantė. Mokslinių interesų sritis: edukologija, ankstyvasis vaikų ugdymas, meno terapija.

El. paštas: edita.vosyliene@mruni.eu

EDITA VOSYLIENE

Mykolas Romeris University, Suduvian Academy, Institute of Education Sciences, Law and Human Welfare. PhD candidate in the field of Education at MRU. Research interests: educology, early childhood education, art therapy.

E-mail: edita.vosyliene@mruni.eu



This article is an Open Access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution 4.0 (CC BY 4.0) License (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).