

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДОВ АРТ-ТЕРАПИИ ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ВОЛЕВОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, ПРИЗНАННЫХ НАХОДЯЩИМИСЯ В СОЦИАЛЬНО ОПАСНОМ ПОЛОЖЕНИИ

Морозова Татьяна Валерьевна

Аннотация. В данной статье автор раскрывает основные виды арт-терапии как способа коррекции нарушений эмоционально-волевой сферы у детей, описывает применение методов, которые предполагают использование «языка» визуальной и пластической экспрессии в коррекционной работе педагога-психолога. Представлен опыт работы по использованию методов арт-терапии.

Эмоционально-волевая сфера человека – важная составляющая человеческой психики. Ее основное назначение состоит в регуляции жизнедеятельности человека, отражении его отношения к окружающему миру. Кроме того эта сфера имеет огромное значение в усвоении знаний, умений и навыков, а также в установлении контактов с окружающими и социальной адаптации.

Формирование и развитие эмоционально-волевой сферы является одним из важнейших условий становления личности ребенка. Развитие этой сферы личности является довольно сложным процессом, который происходит под воздействием как внешних, так и внутренних факторов. К внутренним факторам относятся наследственность, физическое развитие ребенка, а к внешним – условия социума, в котором находится сам ребенок.

Вопросы формирования и развития эмоционально-волевой сферы рассматриваются в тесной связи с современным научным знанием о ведущей роли деятельности в становлении индивида как личности (Б.Г. Ананьев, М.В. Чумакова), положением о тесной связи эмоциональной и волевой регуляции (Е.О. Смирнова), положением В.А. Горбачёвой, Ю.М. Миланич о нарушениях эмоциональной сферы детей [4; 5].

Внутренний мир ребенка с трудностями в эмоционально-волевом развитии сложен. У детей, признанных находящимися в социально опасном положении, часто наблюдаются расстройства настроения (эйфория, дисфория, депрессия, тревожный синдром, страхи, апатия, неадекватность эмоций), расстройства поведения (гиперактивность, агрессивность), нарушения психомоторики (слабо выраженная мимика, маловыразительная пантомимика) [2]. В развитии эмоционально-волевой сферы у детей большую роль играет своевременное проведение коррекционной работы.

Коррекция эмоционально-волевой сферы детей – это, с одной стороны, организованная система разнообразных педагогических и психологических воздействий, с другой, взаимодействие, основным направлением которого является смягчение эмоционального дискомфорта у детей, повышение активности и самостоятельности детей, устранение вторичных личностных реакций, обусловленных эмоциональными нарушениями, таких, как агрессивность, повышенная возбудимость, тревожная мнительность.

Основными направлениями коррекционной рабо-

ты педагога-психолога являются:

- развитие умения адекватно распознавать свои и чужие эмоции и чувства, переживания, управлять ими и выражать их в социально приемлемой, безопасной форме;
- развитие позитивного самовосприятия, самопредъявления;
- содействие установлению и поддержанию эмоциональных контактов, сформированность мотивов установления и сохранения положительных взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, успешная адаптация в коллективе;
- формирование конструктивных способов разрешения конфликтных ситуаций, споров, развитие коммуникативных навыков;
- развитие способности подчинять свое поведение ситуации, соблюдение установленных требований и правил.

Психолого-педагогические исследования одним из наиболее эффективных способов оздоровления детей на современном этапе является арт-терапия.

Использование педагогом-психологом таких методов «арт-терапии», как изотерапия, сказкотерапия, куклотерапия, мультитерапия, музыкотерапия, акватерапия, камнетерапия, мандалотерапия, игровая терапия, крупотерапия, песочная терапия, ниткография, тестопластика в работе с детьми дошкольного и младшего школьного возраста способствует преодолению трудностей в развитии их эмоционально-волевой сферы. (Таблица).

Из таблицы видно, что разнообразие методов арт-терапии и возможность комбинации допускает их внедрение с учетом направлений работы по коррекции эмоционально-волевой сферы детей разного возраста.

В практике профессиональной деятельности на занятиях применяются упражнения и техники: «Рисование себя», «Рисунок пальцами», «Радуга», «Рисование на стекле», «Чудесные превращения», «Рисуем эмоции», Рисунок акварелью на воде», «Невидимка. Рисование свечой», «Превращение», «На полянке», «Скульптура», «Веселый страх», «Знакомство с камушками», «Продолжи узор», «Разноцветие камней», «Дом умиротворения», Мир из песка», «Страна наших чувств», «Замок трех смельчаков», «Песочная фея», «Спрячь свой страх»; сказки: «Мой сказочный герой», «Росточек под солнцем», «Кто это?»; Маленький коте-

Направления	Трудности	Расстройства настроения	Расстройства поведения	Нарушения психомоторики
Развитие умения адекватно распознавать свои и чужие эмоции и чувства, переживания, управлять ими и выражать их в социально приемлемой, безопасной форме		Изотерапия, сказкотерапия, игровая терапия	Изотерапия, сказкотерапия, игровая терапия	Изотерапия, сказкотерапия, игровая терапия
Развитие умения позитивного самовосприятия, самопредставления		Мандалотерапия, музыкотерапия	Куклотерапия, музыкотерапия, сказкотерапия	Крупотерапия, песочная терапия
Содействие установлению и поддержанию эмоциональных контактов		Песочная терапия, изотерапия, сказкотерапия, игровая терапия	Песочная терапия, изотерапия, сказкотерапия	Ниткография, акватерапия, тестопластика
Формирование представлений о конструктивных способах разрешения конфликтных ситуаций, развитие коммуникативных навыков, понимание и адекватная оценка контекста беседы, ситуации в целом		Телесноориентированная терапия, игровая терапия, музыкотерапия	Мультитерапия, метафорические ассоциативные карты	Коллаж, оригами, ниткография
Развитие способности подчинять свое поведение ситуации, соблюдение установленных требований и правил		Мандалотерапия, куклотерапия	Метафорические ассоциативные карты, сказкотерапия	Тестоластика, глинопластика, песочная терапия

Таблица. – Методы «арт-терапии», направленные на преодоление трудностей в развитии эмоционально-волевой сферы детей

нок», «Волшебная палочка», «Сказка про братьев Бом и Минь», «О веселом Памси»; игры: «Атомы», «Снежный ком», «Путаница», «Дракон кусает свой хвост», «Архитектор», «Зеркало», «Островки»; мультфильмы «Подарок», «Мост», «Барашек», «Волшебный мешочек», «Про мальчика Сеню» и др. (Рисунок)



Рисунок. – QR-код доступа к картотеке арт-терапевтических упражнений

Поэтапное выполнение заданий с использованием методов арт-терапии не только содействует коррекции эмоционально-волевой сферы, но и помогает детям овладеть способами организации досуговой деятельности. Целесообразно проводить цикл групповых и индивидуальных занятий по коррекции психоэмоциональных проявлений детей дошкольного и младшего школьного возраста, признанных находящимися в социально опасном положении.

При проведении занятий рекомендуется использовать демонстрационный и дидактический материал: изображения базовых эмоций человека, кубики-пазлы «Эмоции человека» (девочка и мальчик), набор цветных фото эмоций детей разного пола и возраста, набор черно-белых схематических изображений базовых эмоций и чувств человека; терапевтические сказки о различных переживаниях человека; видео-ролики, отрывки из мультфильмов, детских сказок, где герой переживает яркие эмоции, для обсуждения с детьми; мягкие блоки, кубики, мячи разных размеров и текстуры, которые ребенок в гневе может пнуть,

крепко обнять, сдавить; коробочки и стаканчики «для плохих слов, обидок, злук»; кинетический песок и надувная песочница; газеты и журналы для коллажирования, «ведро гнева», «коврик злости», арт-альбомы Е. Васиной и А. Барыбиной и др.

Важным является участие родителей в терапевтических занятиях. Родители могут лучше понять детей, их потребности, стать внимательнее и чувствительнее по отношению к ним, прийти к новым формам взаимодействия.

Позитивными результатами в процессе использования методов арт-терапии в коррекционной работе являются:

- стабилизация эмоционального состояния детей;
- снижение тревожности, страхов, агрессии;
- повышение самооценки, принятие себя.

Ребята учатся дружить со сверстниками, проявлять реакции адекватно ситуации, снижается страх перед неудачей, критическим замечанием, возрастает уверенность в себе, своих возможностях, улучшаются детско-родительские отношения.

Положительной динамики в эмоциональной сфере удастся добиться за счет предоставленной возможности детям выразить все накопившиеся у них эмоции, за счет предоставленной иной схемы взаимодействия с окружающим миром.

Таким образом, арт-терапия является способом постижения своих возможностей и окружающей действительности, способом моделирования взаимоотношений и выражения различных эмоций, в том числе отрицательных, негативных. Стоит отметить, что

арт-терапия за последнее время получила широкое распространение в коррекционной работе, став одним из ведущих методов психологической коррекции.

Приложение

Коррекционно-развивающие занятия «Фруктовая мандала» (для младших школьников)

Цель: развитие эмоционально-личностной сферы посредством создания мандалы.

Задачи:

обучить новым способам снятия эмоционального напряжения;
развивать воображение, творческое мышление, коммуникативные навыки;
воспитать дружеские чувства, умение работать в коллективе.

Необходимые материалы: разные фрукты (хорошо вымытые), разделочные доски, пластиковые ножи, салфетки, шпажки для канапе или вилки, большой поднос или блюдо круглой формы.

Ход занятия

I. Ритуал приветствия.

Здравствуй, ребята, я очень рада вас всех видеть!

Давайте встанем в круг и поприветствуем друг друга. Приветствовать мы будем так:

Здравствуй, друг! (*Здороваемся с соседом справа*).

Здравствуй, друг! (*Здороваемся с соседом слева*).

Здравствуй, наш волшебный круг! (*Делаем поклон кругу*).

Вместе за руки возьмемся и друг другу улыбнемся! (*Дети берутся за руки и улыбаются друг другу*).

Ребята, а какое у вас сегодня настроение? (*Ответы детей*).

Да, у нас не всегда бывает хорошее настроение. Когда у вас плохое настроение, это мешает не только вам самим, но и другим детям. Ведь вы становитесь раздражительными и можете с кем-нибудь поругаться или подраться. Поэтому, я хочу, чтобы сегодня у всех вас было хорошее настроение.

Давайте вспомним основные эмоции, которые испытывает человек. Какая это эмоция? (*Ответы детей*).

II. Беседа по теме.

Мы знаем, что эмоции делятся на приятные и неприятные. Как избавиться от неприятных эмоций? Что для этого нужно сделать? (*Ответы детей – поиграть, порисовать, погулять, посмотреть мультики и т.п.*). Правильно. Молодцы! Давайте мы с вами поиграем в игру.

III. Упражнение «Ассоциации»: участники по кругу называют свои ассоциации «Если бы я был фруктом».

IV. Основной этап.

Я вас сегодня хочу познакомить с новым способом избавления от неприятных эмоций. Этот способ поможет вам успокоиться, не грустить, не злиться, не бояться. Он дарит хорошее настроение. Хотите о нем узнать? (*Показать белый круг*).

Что это у меня? (*Ответы детей*).

Какой он? (*Ответы детей*).

Да, кажется, что это обычный белый круг: совершенно простой и ничем не примечательный. Но это не так. Этот круг волшебный! Знаете, почему? Если на обычный круг нанести красивый узор (*например, нарисовать – он превратится в волшебный и будет называться «Мандала»*).

Посмотрите, какой красивый волшебный круг. Обратите внимание на узор: какой он необычный, повторяющийся, симметричный. Узоры могут быть разнообразными. Круг с таким необычным узором называется мандала. Давайте повторим, как называется этот круг? (*Ответ детей*).

Мандалы придумали в Индии очень давно, более 3000 лет назад. А знаете, почему мандала называется «волшебный круг»? Почему она волшебная? (*Ответы детей*).

В процессе создания мандалы человек успокаивается, обретает жизненные силы, в его душе поселяется мир и покой. Мандалы можно рисовать, раскрашивать, плести из ниток, делать аппликацию, составлять из мозаики, из природного материала. И когда грустный человек рисует, раскрашивает мандалу или даже просто рассматривает ее, он успокаивается, у него улучшается настроение. Злой, что сделает? (*ответ – подбодрит*), грустный – ..., испуганный – ..., скучающий – ...

Игра «Волшебная мандала».

А сейчас мы с вами немного поиграем. Для этого разделимся на три команды. Я положила обручи, а вы из кубиков выложите в обруче, то есть в нашем волшебном кругу, красивый узор – волшебную мандалу. (*Дети работают*)

Молодцы! Как у вас здорово получилось! А сейчас давайте поиграем в другую игру.

Игра «Цветные фрукты».

Задача участников, не повторяясь, назвать как можно больше фруктов, овощей заданного цвета (красный, желтый, зеленый, фиолетовый).

Арт-терапевтическое упражнение «Фруктовая мандала».

Дети придумывают варианты оформления общей фруктовой мандалы (как нарезать фрукты, как их разложить). Далее переходят к осуществлению задуманного, создавая коллективную большую фруктовую композицию. По завершению работы, ребятам предлагается придумать название мандале.

Обсуждение. Что понравилось? Что было интересно? Что сложно? Какое участие в создании композиции? Нравится ли вам, то, что вы сделали? Хотите что-то добавить, изменить? После обсуждения, предлагается попробовать фруктовую мандалу.

V. Рефлексия.

Дети делятся впечатлениями, высказывают пожелания.

VI. Ритуал прощания «Тепло рук и сердец»

Дети встают в круг и передают в ладошке соседу тепло своего сердца, которое можно почувствовать рукопожатием (по кругу).

Список литературы

1. Васина, Е. Арт-альбом для семейного консультирования. /Е. Васина, А. Барыбина. — СПб.: Речь, 2006. — 24 с.

2. Ковалевская, А.В. Психолого-педагогическая помощь детям, находящимся в социально опасном положении. / А.В. Ковалевская, З.Н. Ганчарик. — Минск: Зорны верасок, 2011. — 271 с.

3. Немов, Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. / Р.С. Немов. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. — Кн. 1: Общие основы психологии. — 688 с.

4. Немов, Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. / Р.С. Немов. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003. — Книга 2. Психология образования. — 376 с.

5. Немов, Р.С. Психология: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. / Р.С. Немов. — М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. — Книга 3. Психодиагностика. — 640 с.

6. Сучкова, Н.О. Арт-терапия в работе с детьми из неблагополучных семей / Н.О. Сучков. — СПб: Речь, 2008. — 111 с.

Дата поступления в редакцию: 31.08.2023