

Педагог-психолог

Лисовская А.В. 1к.к.

МБДОУ «ДС № 262 г. Челябинска»

«Арт-терапия как средство коррекции эмоциональных нарушений у детей дошкольного возраста».

Наукой доказано, что эмоциональная сфера детей особенно быстро развивается в период дошкольного детства. В этом возрасте активно усваиваются способы выражения и проявления эмоций и чувств, с которыми ребенок столкнется в процессе взаимодействия и с другими людьми. Эмоции и чувства - это уникальный набор впечатлений и переживаний, с помощью которых ребенок взаимодействует с окружающим миром, познавая и узнавая его. Эмоционально-личностную сферу детей дошкольного возраста формируют взаимоотношения с воспитателем, отношения в семье с родителями, коллектив группы - взаимоотношения с детьми и положение ребенка в коллективе.

В современном обществе, заботясь о физическом и познавательном развитии детей, педагоги не всегда уделяют необходимое внимание эмоциональному развитию, которое напрямую связано с психологическим и социальным благополучием ребенка. По мнению многих ученых воспитание и обучение дошкольника должно быть направленно как на развитие интеллектуальных процессов, так и на развитие эмоциональной сферы ребенка.

Творчество взаимодействует с жизнью ребенка, которая наполнена эмоционально окрашенной фантазией и деятельностью, которая обусловлена символами. Чувства и эмоции нередко находят выражение с помощью используемых детьми символов. Происходит смещение внутренней и внешней реальности.

Предметы внешнего мира наделяются чувствами. «Ребенок чаще всего не разделяет фантазию и реальность. Для него изображение на бумаге

или постройка из кубиков отождествляется с тем, что изображено» [9; с.34] ребенок творит и развивает свою фантазию. Ф.Карлгрен в книге «Воспитание к свободе» говорит, что творческая фантазия – одна из важнейших способностей. Фантазия играет важную роль в жизни, как ребенка, так и взрослого человека. Именно в воображении индивид находит силы для преодоления всего того, что есть, и – через свою деятельность – для достижения того, что будет.

У детей, в отличие от взрослых, существует теснейшая связь телесного и духовного. Взрослые постоянно контролируют свои проявления эмоций. Ребенок может мгновенно показывать свои чувства. Поэтому в своем творчестве дети, не задумываясь, рисуют то, что для них значимо выразить.

Открывая мир, ребенок показывает свои открытия в творчестве. «Ребенок без усталости наблюдает, накапливает запасы образов и сведений, пытается размышлять, систематизировать свои знания, творчески их перерабатывать» [9; с. 38]. Часто, взаимодействуя с внешним миром, дети чувствуют свою беспомощность, а реакция взрослых лишь только сбивает их с толку и запутывает еще больше. Рисуя, они сами формируют познаваемое, и таким образом находят свое внутренне представление и путь обращения к нему. Искусство соединяет мир воображения ребенка с его актуальным миром, в который он погружается.

Таким образом, вся творческая работа детей является важным элементом его развития. Для детей чаще важен не результат, а сам процесс творческого рисования. Именно поэтому терапия искусством так эффективна при работе с детьми. Ребенок не думает о конечном результате, а получает удовольствие от самого процесса, поэтому этот процесс так важен для них.

Процесс творчества развивает чувственную и двигательную координацию, так как требует согласованного участия многих высших психических функций. По мнению ученых, рисование участвует в

согласовании межполушарных взаимоотношений, поскольку в процессе детского творчества активизируется конкретное и образное мышление, в основном, с работой правого полушария, и абстрактно-логическое, за которое ответственно левое полушарие головного мозга [4].

Количество методов, облегчающих детям выражение их эмоций при использовании терапии искусством бесконечно. Психотерапевтическая работа с детьми – это процесс, требующий особой деликатности, процесс, при котором происходящее в душе психолога взаимодействует с происходящим в душе ребенка. Изобразительное творчество – это мощное средство самовыражения, помогающее осуществить самоидентификацию и обеспечить путь для проявления эмоций и чувств ребенка.

Несмотря на тесную связь с лечебной практикой, арт-терапия во многих случаях имеет преимущественно психопрофилактическую и развивающую функцию, благодаря чему она может стать ценным инструментом в работе образовательных учреждений.

Очевидно, что различные виды творческой деятельности могут оказывать важные психопрофилактические и развивающие эффекты. Новые подходы к образованию, например, должны опираться на проявления творческого потенциала детей, а также использование его здоровьесберегающих факторов. Педагоги и дошкольные психологи в ходе образовательного процесса могут освоить такие формы взаимодействия с воспитанниками, которые основаны на игровой деятельности и приемах изобразительной, музыкальной и художественно поэтической экспрессии.

Для создания первых техник арт-терапевтической работы с детьми были заложены такими авторами, как В.Ловенфельд, Е.Кейн. Они говорят о том, что творческая деятельность детей в неразрывной связи с развитием его интеллектуальной и эмоциональной сфер и видят в ней потенциал для гармонизации психики в целом.

Опираясь на психоаналитическое понимание процесса психического развития и творческой активности, Э. Крамер в большей мере связывают ее

возможности с тем, что в процессе занятий ребенка рисованием происходит переход от относительно простых форм психической деятельности к более сложным.

Она пишет, что «изобразительная деятельность и творческий процесс предполагают развитие комплекса умений, включающих овладение изобразительными материалами таким образом, что они начинают выступать в качестве эквивалента человеческого опыта и психических процессов» [6; с.137].

Крамер рассказывает о пяти способах обращения детей с творческими материалами, соответствующих стадиям психического развития и совершенствования интеллектуальных и коммуникативных навыков:

1. «предвестники» изобразительной деятельности, такие как создание каракулей, размазывание краски, исследование свойств материалов;
2. беспорядочное выражение чувств - разбрызгивание, размазывание краски;
3. стереотипии – создание линий и простых стереотипных форм;
4. пиктограммы, выступающие в качестве основы графической коммуникации;
5. оформленная экспрессия – создание символов и образов, обеспечивающих успешное выражение эмоций и коммуникацию.

Э. Крамер акцентирует внимание, на том, что арт-терапию ребенка невозможно рассматривать в отрыве от его потребностей в общении и укреплении важных для него внешних коммуникаций. Во многих случаях творческая деятельность выступает важным инструментом коммуникации ребенка, позволяя ему восполнить дефицит общения и построить гармоничные отношения с внешним миром.

Будучи напрямую арт-терапия связана с важнейшими функциями (высшими психическими функциями), творчество не просто способствует развитию каждой из этих функций, но и объединяет их между собой. Арт-терапия использует процесс создания картин в качестве инструмента

реализации поставленных целей. Это не создание произведения искусства, не часть занятий по изобразительному искусству. Психокоррекционные занятия с использованием терапии творчеством служат инструментом для выражения чувств и эмоций, для развития коммуникативных навыков и отношений, формирования самооценки и уверенности в себе.

Специалист строит свои отношения с ребенком таким образом, чтобы он делился своими впечатлениями, возникающими при арт-терапии, эмоциями, касающимися подхода к выполнению и решению задачи, к самой работе, к процессу творения. В результате дети начинают лучше осознавать и понимать себя [10].

Самопознание ребенка углубляется благодаря обсуждению и анализу вопросов, относящихся к разработке частей изображения, их более четкому выделению, достижению большей четкости путем анализа формы, цвета, образов, предметов, людей.

Первый этап: свободная деятельность перед самым творческим процессом - непосредственное переживание. На этом этапе арт-терапии дети хотят, как они это называют, «пачкать», сначала используя один, затем другой материал, а потом смешивая их.

Второй этап: сам процесс творческой деятельности – создание визуального представления. Дети без слов уходят во взаимодействие со своим творческим самовыражением, вне зависимости от возраста.

Третий этап: процесс рассматривания. На этом этапе нужно расположить работу в таком месте, где на нее было бы легко смотреть. Детям можно предложить поместить свое художественное произведение в удобном для них месте на вертикальной поверхности.

Четвертый этап: проговаривание чувств, мыслей, возникших в результате рассматривания и анализа творческой работы [10].

Особенности четвертого этапа творческой деятельности, на которые необходимо обратить внимание:

1. Психолог просит ребенка рассказать о картинке так, как будто картинкой является он сам, с использованием слова «Я».

2. Выбираются интересные предметы на картинке, для того чтобы ребенок их идентифицировал с чем-нибудь: «Если ты будешь голубым квадратом и опиши себя: на что ты похож, каковы твои действия и т.д.».

3. При необходимости задают ребенку вопросы, чтобы облегчить ему выполнение задачи: «Что ты делаешь?», «Кто тебе ближе всех?»

4. Ребенку предлагается вести диалог между двумя частями его картины или противоположными точками (такими как дорога и автомобиль или счастливая и грустная стороны образа).

5. Специалист просит ребенка обратить внимание на цвета. Излагая свои предложения о том, как нарисовать картинку, пока ребенок может сидеть с закрытыми глазами, ему можно предложить подумать над следующим: «Подумай о цветах, которые ты собираешься использовать. Вопросы строятся таким образом, чтобы ребенок понимал, насколько это можно, что именно он делал, даже если он не хочет говорить об этом.

6. Психолог работает над идентификацией, помогая ребенку «отнести к себе» то, что он говорит, описывая картинку или ее части. Можно спросить ребенка: «Ты когда-нибудь испытывал что-нибудь похожее?» Подобные вопросы можно задавать в самой разнообразной форме. Необходимо задавать их очень осторожно и мягко.

7. Дети не всегда четко представляют себе свою жизнь, собственные чувства и переживания. Иногда они сдерживают себя и очень боятся говорить о своих чувствах. Иногда бывает так, что оказывается, что они готовы излить чувства, возникшие при рисовании, хотя не переносят содержание картин на себя, но рассказывает таким образом, что становится ясно, что они хотели сказать.

8. На этом этапе анализ рисунка откладывается, и прорабатываются реальные жизненные ситуации или рассказы, «вытекающие» из рисунка. Иногда ситуация выясняется очень быстро с помощью прямого вопроса,

например: «Это относится к твоей жизни?», а иногда у ребенка возникают спонтанные ассоциации, связанные с какими-либо событиями его жизни.

9. Психолог выясняет, нет ли пустых мест на картинах и обращает внимание на это факт.

Психолог говорит на тех вещах, которые для ребенка выходят на первый план. При этом необходимо проявлять большой интерес и настойчивость.

10. Наблюдение за внешними проявлениями поведения: особенностями оттенка голоса ребенка. Выражение лица, жесты, дыхание, паузы. Молчание может означать контроль, обдумывание, припоминание, тревогу, страх или осознание чего-либо. Можно использовать эти признаки в последующей работе [10].

Применение технологии арт-терапии в работе с детьми, позволяет получить следующие положительные результаты:

- способствует эффективному эмоциональному реагированию, придает ему социально приемлемые, допустимые формы выражения своих эмоциональных состояний;
- процесс коммуникации для замкнутых, стеснительных детей становится наиболее доступным;
- дает возможность невербального выражения, способствует преодолению коммуникативных барьеров и психологических защит;
- создает положительные условия для развития регулятивных навыков и способности к саморегуляции. Эти условия обеспечиваются за счет того, что творческая деятельность требует планирования и регуляции деятельности на пути достижения целей;
- оказывает существенное влияние на осознание ребенком своих эмоций, переживаний и эмоциональных состояний, создает предпосылки для развития регуляции эмоциональных состояний и реакций;
- значительно повышает личностную ценность, способствует формированию положительной и адекватной самооценки и повышению

уверенности в себе за счет социального признания ценности продукта творчества, созданного ребенком [2].

Таким образом, рассматривая эмоциональную сферу дошкольника, как сложный, закономерный процесс развития важно отметить, неравномерность развития отдельных сторон эмоциональной сферы ребенка, необходимо учитывать индивидуально-личностные и характерологические особенности каждого ребенка и социальных условий, в которых он воспитывается, так как у каждого из нас есть свой внутренний мир, и чем лучше человек будет понимать себя и других людей, тем больше надежд на то, что он будет жить в гармонии с самим собой и будет принят другими людьми.

Литература:

1.Белозорова Л.А. Арт-терапия как средство психокоррекции нарушений эмоциональных состояний детей – дошкольников: Автореф.дис. ... канд. психол. наук. Курск, 2011.

2.Джукенова, Г.Д. Возможности арт-терапии в коррекции эмоционального состояния личности дошкольника [Электронный ресурс] /Г.Д. Джукенова // Проблемы и перспективы развития образования в России. – 2014. - №28. – с. 43-48 - <http://elibrary.ru>

3.Донская, Т.К. Арт-педагогика в современной образовательной парадигме [Электронный ресурс] / ТК. Донская // Наука. Искусство, культура. – 2013. - №2. – с. 144-152 - <http://elibrary.ru>

4.Захаров А.И. дневные и ночные страхи у детей. СПб.: Союз,2000.

5.Киселева, Т.Ю. Арт-терапия как психолого-педагогическая технология [Электронный ресурс] /Т.Ю. Киселева // Сибирский педагогический журнал. - 2015. - №11. – с. 218-225 - <http://elibrary.ru>

6. Копытин А.И. Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. 2-естереотип. изд.- М.: «Когито-Центр, 2014. – 197 с.

7.Мартьянова, Г.Ю. Потенциал арт-терапии в системе коррекционной помощи дошкольнику [Электронный ресурс] / Г.Ю. Мартьянова // Психолог. – 2015. - №1. – с. 94-118 - <http://elibrary.ru>

8.Мамайчук И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии. – СПб.: Речь, 2001. – 220 с.

9.Николаева, В.В. Использование средств арт-терапии в развитии эмоциональной сферы дошкольников [Электронный ресурс] /В.В. Николаева // Актуальные проблемы современности: наука и общество. – 2015. - №4(9). – с. 34-38 - <http://elibrary.ru/>

10.Остер Дж., Гоул П.Рисунок в психотерапии. Методическое пособие. М.: Прогресс, 2000.