

Татаренко А., студентка 4 курса ДО (ЗФО)
Тверской государственной университет
Научный руководитель – Тюлин М.Ю.

ТЕЛЕСНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЕ ТЕХНИКИ В РАЗВИТИИ КОНСТРУКТИВНОГО НЕВЕРБАЛЬНОГО ОБЩЕНИЯ ДОШКОЛЬНИКОВ С РОДИТЕЛЯМИ

Ключевые слова: невербальное общение, телесно-ориентированные техники, мышечные зажимы, психоэмоциональное состояние.

Актуальность темы исследования обусловлена тем, что на сегодняшний день телесно-ориентированные техники завоевали широкую популярность среди психологов, так как знание языка тела может дать более достоверную информацию о человеке, чем слова [3, с. 145]. По причине того, что телесно-ориентированные техники не имеют противопоказаний, их могут применять как психологи, воспитатели дошкольных образовательных учреждения, так и родители, имеющие соответствующие знания и умения. К тому же на фоне утрачиваемой родителями способности конструктивно и доброжелательно общаться с детьми становится актуальным вопрос накопления опыта взаимности в общении с помощью специальных психолого-педагогических техник. В этом случае задача педагога – создать среду, способствовать развитию такого рода знаний, умений и навыков посредством совместных занятий. В связи с этим обосновано и актуально исследование способов оказания психотренинговой помощи родителям и их детям в накоплении опыта взаимности в общении.

Предметом нашего исследования является невербальное конструктивное общение в структуре детско-взрослой взаимности

Гипотезу исследования составило предположение того, что применение телесно-ориентированных техник положительно влияет на коррекцию тревожности детей среднего дошкольного возраста

Для решения задач и проверки гипотезы были использованы следующие методы исследования: сбор и анализ психолого-педагогической литературы, контент-анализ периодических изданий и научных публикаций по теме исследования, эмпирические методы (эксперимент). Эмпирическую базу исследования составили дети дошкольного возраста МДОУ № 33 г. Твери в составе 15 человек в возрасте 4-5 лет.

Изучив теоретические аспекты телесно-ориентированных техник в развитии конструктивного невербального общения дошкольников с родителями и в коррекции тревожности ребенка, было проведено экспериментальное исследование влияния телесно-ориентированной техники на коррекцию тревожности детей дошкольного возраста на базе группы детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет) в условиях педагогического процесса на базе Муниципального дошкольного общеобразовательного учреждения детский сад № 33 г. Твери в октябре 2013 г. В исследовании принимали участие 15 детей среднего дошкольного возраста (4-5 лет).

Программа экспериментального исследования включала в себя три этапа: диагностический, формирующий и контрольный. Для диагностики был выбран компонент эмоционально-волевой сферы психики ребенка как уровень тревожности. Уровень тревожности дошкольников напрямую связан с отношениями в семье. Для выявления особенностей *внутрисемейных отношений* был выбран тест «Рисунок семьи» и «Красивый рисунок» (Вагнер А.Л.) [1, с. 123].

Диагностирующий этап экспериментального исследования показал достаточно высокий уровень тревожности детей, связанный с их внутрисемейным общением. Этиология нарушений общения у детей разнообразна: семейные стереотипы поведения, особенности темперамента, внутренние конфликты самого ребенка. С учетом полученных данных была разработана программа занятий с использованием элементов телесно-ориентированных техник. **Согласно программе, в занятиях должны принимать участие педагог, ребенок и родитель. При этом были поставлены следующие задачи:** коррекция психоэмоционального состояния детей; коррекция поведения агрессивных и гиперактивных детей; улучшение психомоторных навыков, налаживание конструктивного общения в структуре детско-взрослой взаимности, снятие мышечных зажимов и т.д. Занятия были построены в три этапа: релаксационно-восстановительный, активизирующий и успокаивающий [2, с. 105]. Простота и игровая основа упражнений сделала их легковыполнимыми и интересными для разного контингента детей. Высокий позитивный фон и «ситуация успеха» на каждом занятии способствовала повышению самооценки ребенка, помогла по-новому оценить свои возможности.

Диагностика уровня тревожности детей на констатирующем и контрольном этапах позволила получить представление о динамике его изменений. Отражение благоприятного внутрисемейного климата наблюдалось на 7% рисунков на диагностирующем этапе и 73 % – на контрольном. Ребенок отсутствует на рисунках вообще на 7 рисунках (47 %) на констатирующем этапе. На контрольном этапе такой картины не наблюдается. На 14% ребенок был расположен в стороне от остальных членов семьи, на контрольном этапе такой тип отношений между родителями и ребенком не представлен. В рисунке семьи сверхтесные контакты отражались на 7 % общего количества рисунков на констатирующем этапе и на контрольном отсутствует. Незначительное положение в семье папы явно продемонстрировано на 7% рисунков на констатирующем этапе и отсутствует на контрольном. Отсутствует брат или сестра на рисунках на обоих этапах в 2 случаях (14%). Что касается метода «Красивый рисунок», то здесь ситуация следующая. Использование темных тонов наблюдается в 33 % случаев на диагностическом этапе и 20 % на контрольном этапе. Все количество многообразных цветовых решений сводится к одному-двум цветам – 47 % на диагностическом этапе и 0 рисунков на контрольном этапе. Ребенок рисует карандашами очень мягких и светлых оттенков, комбинируя их и сочетая с другими карандашами, близкими по цветовой гамме в 14

%случаев на диагностическом этапе, такой же результат мы видим и на контрольном этапе. В подборе цветовой гаммы наблюдается повышенная яркость, резкая контрастность, бросающаяся в глаза, линии и штрихи выполнены с сильным нажимом в 7 % рисунков на диагностическом этапе и в 7% на контрольном этапе. В рисунке преобладают чистые и яркие цвета в разумном сочетании, без выраженного преобладания какого-то одного цвета над другим, если нажим карандаша умеренный, а использование темных оттенков оправдано для подчеркивания общей контрастности – 0 на диагностическом этапе и 33 % рисунков на контрольном этапе.

Продиагностировав дошкольников повторно на контрольном этапе, можно сделать вывод о том, что в целом у детей, принимающих участие в экспериментальном исследовании, за время проведения занятий снизилось общее утомление, повышенная тревожность, неуверенность в себе, агрессивность и конфликтность с кем-либо. При этом повысилось количество детей с благоприятным психоэмоциональным состоянием, устойчивым к стрессу, детей с хорошим развитием в соответствии с возрастом. Таким образом, гипотеза о том, что применение телесно-ориентированных техник положительно влияет на коррекцию тревожности детей среднего дошкольного возраста полностью подтвердилась.

Список литературы

1. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты. – М.: ВЛАДОС-ПРЕСС 2007. – 220 с.
2. Грэнлюнд Э., Оганесян Н.Ю. Танцевальная терапия: теория, методика, практика. – СПб: Речь, 2011. – 288 с.
3. Тимошенко Г.В., Леоненко Е.А. Работа с телом в психотерапии: Практическое руководство. – М.: Психотерапия, 2006. – 480 с.