

Арт-терапия в работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья в старшем дошкольном возрасте

*Парфёнова Виктория Анатольевна
МБДОУ №1 «Детский сад Будущего», воспитатель
(Богданович, Россия)*

Внутренний мир ребёнка с проблемами в развитии сложен и многообразен. Как помочь таким детям увидеть, услышать, почувствовать все многообразие окружающей среды, познать своё «Я», раскрыть его и войти в мир взрослых, полноценно существовать и взаимодействовать в нем, развивать себя и в то же время заботиться о своём здоровье.

В данном случае необходимо использовать новые технологии, одновременно обеспечивающие познавательное развитие детей. Такой технологией, несущей особые коррекционные и развивающие возможности, на мой взгляд, является арт-терапия.

Главная цель арт-терапии - гармонизация личности, поэтому значение метода особенно возрастает, когда речь заходит о детях с ограниченными возможностями здоровья. Через развитие возможностей самопознания и самовыражения средствами художественной деятельности можно изменить стереотипы поведения, повысить адаптационные способности, найти компенсаторные возможности такого ребенка и в конечном итоге - успешно интегрировать его в общество.

Арт-терапия в работе с детьми с ОВЗ в первую очередь подразумевает совместное рисование. Фундаментом такого способа помощи детям является цветовая система. После того, как будет сделан рисунок, педагог и психолог смогут увидеть, какие цвета используются ребенком чаще всего. Это и будет сигналом к его эмоциональному состоянию. Помимо того, что арт-терапия дает возможность провести диагностику психического состояния ребенка, она дает возможность раскрыть художественные способности. Чтобы занятие по арт-терапии не превратилось в обычный урок по изобразительной деятельности, нужно соблюдать некоторые условия. Арт-терапия - безопасная среда, способствующая самовыражению и спонтанной активности. Поэтому приемы и техники подбираются с учетом возможностей ребенка, любые усилия ребенка в ходе работы должны быть интересны и приятны ему. Ребенок имеет право отказаться от выполнения некоторых заданий и выбирать подходящие для него виды и содержание творческой деятельности. Взрослый должен избегать оценочных суждений и сравнений. Помнить, что основные цели арт-терапевтического занятия - психотерапевтическая и коррекционная, а не обучающая.

Поэтому ориентироваться нужно, прежде всего, на процесс, а не результат. Искусство - лишь средство, которое помогает лучше понять себя, свой внутренний мир. Существует несколько *видов* арт-терапии для работы с детьми с особенностями развития: изотерапия; имаготерапия; игротерапия; музыкотерапия; сказкотерапия, библиотерапия, мульттерапия.

Изотерапия – терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием. В основе изобразительной арт-терапии лежит особая «сигнальная цветовая система», согласно которой посредством цвета участник технологии сигнализирует о своем эмоциональном состоянии. Изобразительная арт-терапия, это с одной стороны - метод художественной рефлексии; с другой стороны - технология, позволяющая раскрыть художественные способности человека в любом возрасте, и чем раньше, тем лучше; а с третьей стороны - арт-педагогический метод, с помощью которого можно корректировать ощущения, которые испытывает каждый от работы: что мешало рисовать, а что помогало; какая из работ особенно нравится и почему; как изменилось ваше внутреннее состояние после рисования и т.д.

Музыкотерапия основана на процессе слушания музыки и музицирования. Она основана на способности музыки регулировать и развивать эмоциональную сферу личности. Еще в 19

веке ученые установили, что эмоции вызывают изменения пульса дыхания, скорости реакции, мускульной силы и т. д. Известно, что при снижении эмоционального тонуса или при наличии негативных эмоций ослабевает иммунитет человека, в результате - он чаще болеет. Различные по эмоционально-образному содержанию музыкальные произведения по-разному воздействуют на организм человека, вызывая различные эмоции и, соответственно, разные биохимические процессы. Так, мажорная музыка обычно вызывает светлое и радостное настроение, а минорная, как правило, связана с грустью, печалью. Правда, минорная музыка, выражая суровую энергию, драматические переживания, может способствовать активизации физиологических процессов и вызывать активное состояние.

Игротерапия - один из наиболее эффективных средств коррекции. Это метод психотерапевтического воздействия на детей и взрослых с использованием игры. В его основе лежит признание того, что игра оказывает сильное влияние на развитие личности. Цель использования игровой терапии – не менять и не переделывать ребенка, не учить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать возможность «прожить» в игре волнующие его ситуации при полном внимании и сопереживании взрослого.

Сказкотерапия – это процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни. Это процесс переноса сказочных смыслов в реальность. Этот метод особенно эффективен в работе с детьми с задержкой психического развития, так как позволяет ребёнку актуализировать и осознать свои проблемы, а также увидеть пути их решения.

Имаготерапия – занятия театрализованной деятельностью детей с ограниченными возможностями здоровья дают положительную динамику в качественном развитии воображения, формировании его творческого компонента. Обеспечивают становление знаково-символической функции мышления, произвольного внимания, коррекции психоэмоционального состояния, а также способствуют развитию многих компонентов личности.

Библиотерапия - чтение под руководством взрослого специально подобранной литературы с последующим обсуждением способствует не только нормализации, но и оптимизации психического состояния ребенка. Библиотерапия помогает при разного рода проблемах: страхах, отсутствии учебной мотивации, лжи, непослушании, упрямстве.

Мульттерапия. Силу воздействия зрительных образов на психику доказывать не надо, но только просмотр без обсуждения и игры по мотивам мультфильма все же будет недостаточным. Именно опора на несколько репрезентативных систем ребенка: визуальную, аудиальную и кинестетическую позволит достичь максимального эффекта. Беседа после просмотра анимационного фильма способствует не только переводу сказочных, волшебных смыслов в багаж реальных жизненных знаний ребенка, но и параллельно решает задачи развития речи, мышления, внимания, умение отстаивать свою точку зрения.

Виды техник для работы с детьми:

- техника каракулей. Вариант - рисунок по кругу: техника каракулей всегда была ценной методикой психотерапии. Полученные рисунки никого не оставляют равнодушными. Эту технику можно использовать в работе с гиперактивными детьми как инструмент развития ценных социальных качеств (терпения, внимательности и др.), а также для повышения самооценки. Изображение создаётся без красок, с помощью карандашей и мелков. Под каракулями в нашем случае понимается хаотичное или ритмичное нанесение тонких линий на поверхность бумаги. Линии могут выглядеть неразборчивыми, небрежными, неумелыми либо, наоборот, вычерченными и точными. Из отдельных каракулей может сложиться образ, либо сочетание предстанет в абстрактной манере. Каракули помогают расшевелить ребёнка, дают почувствовать нажим карандаша или мелка, снимают мышечное напряжение;

- техника «Волшебный клубок». Для работы потребуются клубки ниток разного цвета, лист ватмана или кусок обоев. Помимо того, что данная техника развивает воображение и фантазию, она хороша ещё и тем, что идеально подходит для робких, застенчивых детей,

боящихся рисовать и играть. Это своеобразная альтернатива рисованию, где не бывает «хорошей» или «плохой» работы. Технику можно смело использовать для гиперактивных, импульсивных, агрессивных детей. Работать можно как индивидуально, так и в паре. Использование детьми приёмов и техник создания изображений выступает у них как способ постижения своих возможностей и окружающей действительности, как способ моделирования взаимоотношений и выражения различного рода эмоций, в том числе и отрицательных, негативных, а также выступает средством для снижения психоэмоционального напряжения, агрессивности, гиперактивности, тревожности у детей;

- техника «Коллаж». Задачи: развитие самоинтереса, повышение самооценки, рефлексия различных «Я-схем», развитие креативности.

Ход работы: необходимо вырезать из газет и журналов картинки, лозунги, слова, части текста и из них составить композицию на заданную тему. Если для завершения композиции не хватает материала (его не нашлось в предлагаемых журналах), тогда разрешается дорисовать ее фломастерами и карандашами.

Часто у детей с особенностями развития в коллаже присутствует тема разрушения. Негативного намного больше, чем позитивного, поэтому при обсуждении работ ребята начинают со своих отрицательных черт, не зная, что сказать о положительных.

Приемы изотерапии:

- рисование предметами окружающего пространства. Рисование мятой бумагой, кубиками, губками, зубными щетками, ватными палочками, нитками, коктейльными соломинками, ластиками, спичечными коробками, свечой, пробками. Детская инициатива использовать нетипичные предметы для создания изображений всегда приветствуется, если, конечно, не является вредительством в чистом виде, не ущемляет права других детей. Привлечение окружающих предметов по инициативе ребёнка служит для педагога и психолога знаком вовлечённости в творческую деятельность, возрастания самооценки, появления сил для выдвижения и отстаивания собственных идей;

- рисование пальцами, ладонками. Ценность рисования пальцами и ладонями заключается в свободе от двигательных ограничений; от культурного влияния; от социального давления. Рисование пальцами, ладонями — это разрешённая игра с грязью, в ходе которой деструктивные импульсы и действия выражаются в социально приемлемой форме. Ребёнок, незаметно для себя, может осмелиться на действия, которых обычно не совершает, так как опасается, не желает или не считает возможным нарушать правила. Именно для этих детей «игры с грязью» служат профилактикой и коррекцией тревожности, социальных страхов, подавленности;

- рисование по мокрому листу. Данная техника способствует снятию напряжения, гармонизации эмоционального состояния, а также используется в работе с гиперактивными детьми;

- рисование сухими листьями, сыпучими материалами и продуктами. Сухие листья приносят детям много радости, они натуральны, приятно пахнут, невесомы, хрупки и шершавы на ощупь. С помощью листьев и клея ПВА можно создавать изображения. На листе бумаги клеим, который выдавливается из тюбика, наносится рисунок. Затем сухие листья растираются между ладонями на мелкие частички и рассыпаются над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Эффектно выглядят изображения на тонированной и фактурной бумаге. Также можно создавать изображения с помощью мелких сыпучих материалов и продуктов: круп (манки, овсяных и других хлопьев, гречи, пшена), сахарного песка, вермишели и т.д. Описанная техника создания изображений подходит детям с выраженной моторной неловкостью, негативизмом, зажатостью, способствует процессу адаптации в новом пространстве, дарит чувство успешности;

- марания. Данный приём нетрадиционного рисования эффективен в работе по коррекции агрессивности и гиперактивности у детей. Определение «марание» выбрано в связи с неструктурированностью изображений, отсутствием сюжета, сочетанием отвлеченных форм и цветовых пятен. Кроме внешнего подобия изображений, есть сходство в

способе их создания: ритмичности движения руки, композиционной случайности мазков и штрихов, размазывании и разбрызгивании краски, нанесении множества слоёв и смешивании цветов. Марания по внешнему виду порой выглядят как деструктивные действия с красками, мелками. Однако игровая оболочка оттягивает внимание от не принимаемых в обычной жизни поступков, позволяет ребёнку без опасений удовлетворить деструктивные влечения.

Выделяют два основных механизма психологического коррекционного воздействия, характерных для метода арт-терапии:

- первый механизм состоит в том, что искусство позволяет в особой символической форме реконструировать конфликтную травмирующую ситуацию и найти ее разрешение через переструктурирование этой ситуации на основе креативных способностей субъекта;
- второй механизм связан с природой эстетической реакции, позволяющей изменить действие «аффекта от мучительного к приносящему наслаждение».

Существует две формы арт-терапии:

- пассивная (ребенок «потребляет» художественные произведения, созданные другими людьми: рассматривает картины, читает книги, прослушивает музыкальные произведения);
- активная (ребенок сам создает продукты творчества: рисунки, скульптуры).

Работа по методу арт-терапии в коррекционной работе позволяет получить следующие позитивные результаты:

1. Обеспечивает эффективное эмоциональное реагирование, придает ему (даже в случае агрессивного проявления) социально приемлемые, допустимые формы.
2. Облегчает процесс коммуникации для замкнутых, стеснительных или слабоориентированных на общение детей с ограниченными возможностями.
3. Дает возможность невербального контакта (опосредованного продуктом арт-терапии), способствует преодолению коммуникативных барьеров и психологических защит.
4. Создает благоприятные условия для развития произвольности и способности к саморегуляции. Эти условия обеспечиваются за счет того, что изобразительная деятельность требует планирования и регуляции деятельности на пути достижения целей.
5. Существенно повышает личностную ценность, содействует формированию позитивной «Я-концепции» и повышению уверенности в себе за счет социального признания ценности продукта, созданного ребенком с ОВЗ.

Об эффективности арт-терапии можно судить на основании положительной динамики в развитии и активизации участия в занятиях, усилении интереса к результатам собственного творчества, увеличения времени самостоятельных занятий. Многочисленные данные показывают, что дети с ограниченными возможностями нередко открывают в себе творческие возможности и после прекращения арт-терапии продолжают самостоятельно увлеченно заниматься разными видами творчества, навыки которых они приобрели в процессе занятий.

Литература:

1. Башкирова Е. Н. Развитие детей с ОВЗ приемами арт-терапии [Текст] // Психология в России и за рубежом: материалы II междунар. науч. конф. (г. Санкт-Петербург, ноябрь 2013 г.). - СПб.: Реноме, 2013. - С. 85-90.
2. Выготский Л.С. Психология искусства. - М., Искусство, 2006.
3. Ермолаева М.В. Практическая психология детского творчества. - М., 2001.
4. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. - СПб, 2002.
5. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии. Подходы, диагностика, системы занятий. - СПб: Речь, 2003.