



Автономная некоммерческая организация
«Центр поддержки семьи «Азбука души»

материалы регионального семинара по теме:

**«ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ
АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ
В РАБОТЕ СПЕЦИАЛИСТОВ
ПОМОГАЮЩИХ ПРОФЕССИЙ»**

Архангельск
КИРА
2020

УДК 373.21(082)+159.9(082)

ББК 74.50я43+88.621.9я43

В 64

Возможности использования арт-технологий в работе специалистов помогающих профессий : материалы регионального семинара по теме / Автоном. некоммерч. орг. «Центр поддержки семьи «Азбука души» ; сост. Т. Е. Перепелкина. – Архангельск : КИРА, 2020. – 159 с. : ил.

ISBN 978-5-98450-692-2

В данный сборник вошли тематические статьи специалистов помогающих профессий Архангельской и Вологодской областей, отражающие практический опыт работы в области арт-технологий.

Представленные материалы раскрывают широкий спектр различных форм и приемов работы с использованием арт-технологий, с учетом особенностей конкретной возрастной группы и адресованы практикующим психологам, педагогам, а также для преподавателям, студентам и аспирантам, изучающих психологию.

УДК 373.21(082)+159.9(082)

ББК 74.50я43+88.621.9я43

ISBN 978-5-98450-692-2

© Т.Е. Перепелкина, 2020

© Изд-во «КИРА», 2020

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	6
Соколова Л.А. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СКАЗКОТЕРАПИИ, КАК МЕТОДА КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ В БУ СО ВО «СРЦН «РОСТОК» г. ЧЕРЕПОВЦА».....	7
Сынкова Е.В. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА СКАЗКОТЕРАПИИ КАК СРЕДСТВА НАРОДНОЙ ПЕДАГОГИКИ В РАБОТЕ СЕМЕЙНОЙ ЭНОСТУДИИ.....	10
Марченко Н.А. КИНЕТИЧЕСКИЙ ПЕСОК В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ	15
Алексеева Е.Е. ПСИХОКОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОВЗ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ	19
Сабитова А.М. Сорока А.В. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНИКИ «ЭБРУ» В КАЧЕСТВЕ ИЗОТЕРАПИИ В КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ОСОБЕННОСТЯМИ В РАЗВИТИИ	23
Трифанова П.А. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ РЕБЕНКУ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ В ПРОЦЕССЕ ТЕРАПИИ.....	26
Кривошапкина Ю.А. «РИСУЕМ СКАЗКУ»: ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ С ОСОБЕННОСТЯМИ В РАЗВИТИИ	34
Жерина А.Г. АРТ-ТЕРАПИЯ КАК МЕТОД ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ	38
Спиридонова Т.С. АРТ-ТЕРАПИЯ С ЗАИКАЮЩИМИСЯ ДОШКОЛЬНИКАМИ	44
Случаева М.А. ИМАГОТЕРАПИЯ КАК МЕТОД КОРРЕКЦИИ ДЕТСКИХ СТРАХОВ.....	48

Удальцова О.И. ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА С ДОШКОЛЬНИКАМИ 5–7 ЛЕТ ПО СНИЖЕНИЮ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ.....	53
Шараухова М.А. РИСОВАНИЕ НА СВЕТОВОМ СТОЛЕ – КАК МЕТОД СТАБИЛИЗАЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ РЕБЕНКА.....	56
Некрасова А.О. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА АКВАТИПИИ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ И ГРУППОВОЙ РАБОТЕ ПСИХОЛОГА.....	61
Богданова Н.И. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ КОРРЕКЦИИ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ В ПРИЕМНЫХ СЕМЬЯХ.....	66
Цыганова О.Б. Разина С.Н. Макарова Н.В. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ В РАМКАХ СЕМЕЙНОГО ИНКЛЮЗИВНОГО ФЕСТИВАЛЯ	72
Ожогова К.К. ТЕРРИТОРИЯ СЕМЬИ – ТЕРРИТОРИЯ ТВОРЧЕСТВА: ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ СЕМЬЯМИ С ДЕТЬМИ В ПЕРИОД САМОИЗОЛЯЦИИ.....	76
Карачева К.П. АРТ-ТЕХНОЛОГИЯ «МОЛОЧНЫЕ ФАНТАЗИИ».....	79
Семенова О.В. АРТ-ТЕРАПИЯ, КАК НАИЛУЧШИЙ ИНСТРУМЕНТ В РАБОТЕ ПСИХОЛОГА. ГЛИНОТЕРАПИЯ.....	82
Костюкова Ю.А. ПРАВОПОЛУШАРНОЕ РИСОВАНИЕ КАК ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ АРТ-ТЕРАПИИ.....	88
Кулакова Т.С. ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ К ЖИЗНИ В СЕМЬЕ ВОСПИТАННИКОВ УЧРЕЖДЕНИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ	92

Андриевская Н.И. ДРАМАТИЗАЦИЯ КАК УСЛОВИЕ ФОРМИРОВАНИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ УУД	96
Молчанова Т.Н. АРТ-НАСТРОЕНИЕ	102
Цветкова М.В. ОПЫТ РАБОТЫ ПО ПРИМЕНЕНИЮ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЕКТНОЙ И КОРРЕЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ	107
Пермякова Т.Л. АРТ-ТЕХНОЛОГИЯ КАК МЕТОД САМОПОЗНАНИЯ.....	114
Логинова Н.А. ФОТОТВОРЧЕСТВО В РАБОТЕ ПСИХОЛОГА (ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ РАБОТЫ С ПРИМЕНЕНИЕМ ФОТОГРАФИИ)....	120
Кузьмина Т. И. МАГИЧЕСКАЯ ФЕЕРИЯ МЕТОДА «SAND-ART».....	129
Суханова Е.А. «ВЫ РЕБЕНКУ В ГЛАЗА ЗАГЛЯНИТЕ».....	134
Ромицына Е.Г. ФОРМИРОВАНИЕ РЕФЛЕКСИВНЫХ УМЕНИЙ ПЕДАГОГА СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ.....	140
Мазур В.И. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ ПО СПЛОЧЕНИЮ КОЛЛЕКТИВА ДОУ	146
Коточигова А.В. АРТ-ТЕХНОЛОГИИ КАК ПОДХОД К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ СТУДЕНТОВ.....	151
Крылова А.П. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА В СИСТЕМЕ СПО	156
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	159

ВВЕДЕНИЕ

В последнее время в образовательных, социальных, медицинских учреждениях, как за рубежом, так и в Российской Федерации, все более активно применяется инновационный здоровьесберегающий подход, как «арт-технология».

Уникальность арт-технология заключается в том, что в ее основе лежат достижения и искусства, и науки. Она образовалась на стыке таких наук как медицина, педагогика, культурология, социология и многих других.

Методы, используемые арт-технологией универсальны и могут быть использованы для решения широко круга учебно-воспитательных задач.

В настоящее время арт-технология рассматривается учеными (Б.Д. Карвасарский, М.В. Киселева, А.И. Копытин, Л.Д. Лебедева, Н.Е. Щуркова) как средство прогрессивной педагогики, направленной на развитие и коррекцию психического здоровья детей, формирование коммуникативной культуры учащихся, как средство, способствующее творческому раскрытию и активизации общения между детьми.

Что же такое арт-технология?

Термин «технология» в переводе с латинского означает следующее: «техне» – искусство, ремесло, а «логос» – наука.

Арт (от англ. art) – визуальное искусство, технология – совокупность психолого-педагогических установок, определяющих специальный подбор и компоновку форм, методов, способов, приемов, воспитательных средств [1;2].

Таким образом, арт-технология – это система последовательных действий педагога, направленных на решение учебно-воспитательных задач, с использованием различных видов искусства.

Арт-технология – это творческое конструирование средствами искусства эмоционально значимых для ребенка, подростка, взрослого творческих действий (взаимодействий), система педагогических методов, реализация которых способствует активному формированию личности, развитию духовно-нравственной культуры и потребности в самосовершенствовании [1;2].

Представленные материалы раскрывают широкий спектр различных форм и приемов работы с использованием арт-технологий, с учетом особенностей конкретной возрастной группы и адресованы практикующим психологам, а также для преподавателей, студентов и аспирантов, изучающих психологию.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СКАЗКОТЕРАПИИ, КАК МЕТОДА КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ В БУ СО ВО «СРЦН «РОСТОК» г. ЧЕРЕПОВЦА»

*Соколова Л.А.,
заведующий отделением
консультативной и методической помощи
БУ СО ВО «СРЦН «Росток»,
г. Череповец, Вологодская область*

Сказка для большинства людей на всю жизнь остаётся одним из лучших воспоминаний детства. Это захватывающая история с волшебством, которая всегда заканчивается победой добра над злом. В 1997 году официально было зарегистрировано новое направление в этой области – сказкотерапия, которая на сегодняшний день активно развивается и показывает неплохие результаты.

Сказкотерапия – это метод психологической коррекции, помогающий развитию гармоничной личности и решению индивидуальных проблем. Инструментом данной терапии выступает сказка, позволяющая на примере героев проследить особенности поведения и поступков, разобрать конкретную жизненную ситуацию.

Сказкотерапия в последнее время активно используется в психологии и педагогике как составляющий элемент коррекционного курса и даже в логопедии.

Это метод, позволяющий скорректировать развитие личности ребёнка, направить его в нужное русло. Считается, что без этого жанра у детей формируются неправильные жизненные ценности и приоритеты. Для совершенствования внутреннего «я» обязательно нужно проводить грань между добром и злом. И проще всего это сделать с помощью сказкотерапии.

Важное значение сказка приобретает в раннем дошкольном возрасте. Дети, знакомые со сказками с раннего детства в дальнейшем имеют гораздо меньше проблем с социализацией и определением своего места в жизни [2,с.40].

Цели сказкотерапии:

- обучение детей навыкам безопасного поведения;
- коррекция агрессивных проявлений у детей старшего дошкольного возраста, снятие психоэмоционального напряжения;
- коррекции девиантного поведения у подростков для формирования правильных ценностей;

- устранение фобий и неуверенность в себе;
- коррекция характера;
- улучшение внутреннего состояния;
- внушение правильных общественных стереотипов на примере положительных сказочных героев;
- выстраивание «морально правильного» поведения;
- развитие творческих способностей;
- повышение заниженной самооценки;
- формирование веры в позитивное разрешение проблем [1, с.34].

В бюджетном учреждении социального обслуживания Вологодской области «Социально-реабилитационный центр «Росток» г. Череповца» (БУ СО ВО «СРЦН «Росток» г. Череповца») специалисты используют сказкотерапию, как метод коррекционной работы с детьми с 2019 года. Они устраивают театральные представления при помощи кукол-перчаток, изменяя голос, передавая пластику своих героев с помощью рук.

Театральное представление готовят специалисты вместе с воспитанниками учреждения старшего возраста. Дети, участвующие в представлении в качестве актеров используют все ресурсы своего организма. Работая над ролью, каждый ребёнок неизбежно задействует свой физический, эмоциональный, нравственный, психический, интеллектуальный уровни, реализуя себя наиболее полно и получая от этого наслаждение. Именно этот навык является залогом его дальнейшего успешного развития прививает ему вкус к активной, яркой, творческой, полноценной жизни. Театральное представление показывают детям воспитанникам учреждения младшего возраста. По завершению представления идет разбор-анализ сказки. Дети охотно отвечают на вопросы, высказывают свое мнение.

В результате, участие детей в театрализованном представлении, совершенствовало диалоговую речь, движение и пластику, развило умение внимательно следить за ходом действий, способствовало раскрытию творческого потенциала детей, работе в коллективе.

А подведения итогов, то есть анализ сказки научил детей размышлять и анализировать, делать выводы, выражать своё мнение, позволил сопоставлять происходящее в сказке с реальной действительностью.

В результате регулярных театральных представлений дети знакомятся с русскими народными сказками, приобщаются к историче-

скому опыту своего народа, в детях воспитывается любовь к труду, взаимовыручка, взаимопонимание, дружба, память, творческое воображение, фантазия.

Таким образом, театральная сказкотерапия – это один из методов социально-педагогической деятельности с детьми, который способствует многостороннему развитию личности.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. «Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку», Вачков И.В. – М.: Ось – 89, 2007, 144 с.
2. «Место сказки в дошкольном образовании», Большунова Н.Я. – Вопросы психологии, 1993, № 5, 39–43 с.
3. «Тренинг по сказкотерапии», Под редакцией Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой. – СПб.: Речь, 2006.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА СКЗКОТЕРАПИИ КАК СРЕДСТВА НАРОДНОЙ ПЕДАГОГИКИ В РАБОТЕ СЕМЕЙНОЙ ЭНОСТУДИИ

*Сынкова Е.В.,
педагог дополнительного образования
МАОУДО ДЮЦ,
г. Северодвинск, Архангельская область*

Одним из существенных условий развития современного образования является актуализация национальной системы образования. Основными положениями Закона «Об образовании» является: «приоритет общечеловеческих, национально-этнических ценностей...» (1, ст. 18).

Национальная культура становится для ребенка первым шагом в освоении богатств мировой культуры, присвоении общечеловеческих ценностей, формировании собственной личностной культуры.

Современный уровень развития педагогической науки позволяет по-новому взглянуть на традиции народной педагогики. В задачу педагога в контексте данной проблемы входит способность прогнозировать и реализовывать потенциал национальных традиций, обычаев; помочь воспитать интерес к родной культуре и научиться осознавать себя как носителя этой культуры. Механизмом, позволяющим включить народную педагогику в современный учебно-воспитательный процесс в УДО или ДОУ, является этнопедагогика. Она и в настоящее время несёт все те же воспитательные и развивающие функции, показывает педагогические возможности старых обычаев в современных условиях и определяет целесообразность новых традиций, содействующих воспитанию и развитию личности.

Основываясь на положительном опыте народной педагогики, в МАОУДО ДЮЦ успешно реализуется дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Семейная этностудия «Ладушки», целью которой является: создание условий для активизации роли семьи в воспитании подрастающего поколения на основе изучения русской культуры в ходе совместного творчества детей и родителей. Программа ориентирована на семьи, имеющие детей 5–10 лет. Именно в этом возрасте формируется национальное самосознание (идентичность) – чувство принадлежности к своей стране и народу.

Русская культура в течение веков выработала оптимальную систему воспитания и обучения детей. Апробированная многими поко-

лениями, она обеспечивала передачу жизненно необходимых трудовых навыков, знаний о природе, человеке, окружающем мире. Целью народной педагогики было овладение правилами обыденного и обрядового поведения, приоритетным считалось знание традиционной культуры своего края, народа, общины, семьи; прививалось умение правильно использовать досуг. Эта система готовила и к созданию семьи, и к воспитанию полноценных членов социума.

Народное прикладное искусство считается одним из самых захватывающих проявлений народной ментальности, которое имеет давние исторические корни. Народная игрушка как часть прикладного искусства занимает почётное место и, при этом, постоянно развивается.

За воспитательную роль игр и игрушек в жизни ребёнка, а также участие в них родителей ратует психолог Бурова А.В. [2]. По утверждению учёной К. Зворыгиной, «психологическая особенность игры с куклой состоит в том, что в ней много воображаемого, условного, но переживания тех, кто участвует в игре всегда правдивые, их действия реальные» [6]. В то же время, Пониманская Т. предупреждает, что высокий уровень информированности детей не всегда сопровождается развитием мышления [11].

В настоящее время меняются формы активности ребёнка, и, как результат, беднеет сюжетно-ролевая игра, которая всегда была показателем интереса к обществу, его принятия ребёнком дошкольного возраста. Ребёнку нужно помочь научиться играть с игрушкой. Поэтому в дополнительной общеразвивающей программе «Семейной этностудии «Ладушки» используются методы «сказкотерапии» и «изготовление кукол». Они направлены на развитие творческих способностей, совершенствования взаимодействия с окружающим миром, интеграцию личности. Сказки вызывают эмоциональный резонанс как у детей, так и у взрослых. Они позволяют рассказать в доступной форме о мироустройстве, о жизненно важных явлениях и ценностях; о постановке целей. Сказка в символической форме содержит информацию о том, как устроен этот мир, кто его создал; что происходит с человеком в разные периоды его жизни; какие этапы в процессе самореализации проходит женщина и мужчина; какие трудности и препятствия можно встретить в жизни и как с ними справляться; как приобретать и ценить дружбу и любовь; какими ценностями руководствоваться в жизни; как строить отношения с родителями и детьми; как прощать. Сюжеты сказок разнообразны.

В работе семейной этностудии «Ладушки» используются различные виды сказок. Для дошкольников более подходят сказки о животных, взаимоотношениях людей и животных. Дети до пяти лет идентифицируют себя с животными, стараются быть похожими на них. Поэтому сказки о животных лучше всего передают маленьким детям жизненный опыт. В программе этностудии в разделе «Народная кукла» к сказкам про животных разработаны дидактические кукольные наборы. Участники программы на занятиях учатся делать персонажей таких сказок.

В бытовых сказках рассказывается о превратностях семейной жизни, показаны способы разрешения конфликтных ситуаций (Гуси-лебеди, Аленушка и Иванушка). Они формируют позицию здравого смысла и здорового чувства юмора по отношению к невзгодам, рассказывают о маленьких семейных хитростях. Поэтому бытовые сказки незаменимы в формате семейной студии и направлены на формирование образа семейных отношений. Например, «Кто заговорит первый?», «Пузырь, Соломинка и Лапоть» и под. К бытовым сказкам можно отнести сказки К.Д. Ушинского о труде («Как рубашка в поле выросла», о Хлебе, Сенокосе, Жатве) и сказки Т. Кирюшатовой («Крупеничка», «Многоручка»).

Дети очень любят играть «В гости» и «В праздник». Каждый народный праздник имеет свой, проверенный временем, сценарий, свои атрибуты, свои персонажи, свои песни.

Сказки о праздниках рассказывают о народных праздниках и обычаях. Отдельные сцены сначала показываются педагогом, затем проигрываются обучающимися на столе в кукольном варианте. Затем разучиваются реальные сцены народного праздника (Рождество, Колядовщики, Масленица, Дожинки, Жаворонки и пр.) С помощью кукол можно проиграть сюжеты таких семейных праздников как Именины и Свадьба. В архиве этностудии имеются экспедиционные записи детских игр, в которых проигрываются все семейные жизненные циклы: Свадьба, Родины, Крестины, Похороны.

Детям старшего дошкольного возраста особенно нравятся волшебные сказки, которые содержат образы преобразований, трансформации. Детей завораживает превращение Царевны в Лягушку, Гадкого утенка в Лебедя. Превращение кукол происходит в сказках о семье и смене жизненных циклов («Девка-Баба», «Парень-Мужик»), о смене дня и ночи или времен года («Зима – Весна – Лето – Осень»). По мнению Зинкевич-Евстегнеева Т.Д. только «благодаря

волшебным сказкам в бессознательное человека поступает «концентрат» жизненной мудрости и информации о духовном развитии человека» [7].

В современной детской субкультуре различают также сказки-страшилки, которые присутствовали и в традиционной культуре. В народном сознании это сказки про нечистую силу, леших, домовых, Бабе Яге. Так же «страшное» действие есть в Вертепном Рождественском представлении. Многократно моделируя и проживая тревожную ситуацию в страшной сказке, дети освобождаются от напряжения и приобретают новые способы реагирования.

Любая работа со сказкой начинается с ее показа, анализа и обязательного обсуждения. Когда сказочные смыслы проработаны и связаны с реальными жизненными ситуациями, можно использовать и другие формы работы со сказками: изготовление кукол, драматизацию, рисование, исполнение песен.

В сказкотерапии особенно важен процесс изготовления куклы, в котором используются в основном натуральные материалы: ткани, нитки, глина, береста, солома, дерево, мука, крупа, что вводит в осязаемое соприкосновение с природой. Как отмечает Гребенщикова Л.Г.: «Любое изготовление куклы – это своего рода медитация, так как в процессе изготовления куклы происходит изменение личности» [3]. При этом у детей развивается мелкая моторика рук, воображение, способность к концентрации. В процессе изготовления куклы «происходит включение у ребенка механизмов проекции, идентификации или замещения», то есть куклы исполняют роль тех объектов, на которые смещается инстинктивная энергия человека. Изготовление куклы, манипулирование ею приводит к осознанию какой-либо проблемы, размышлению над ней и поиску решения» [3].

Манипулирование (игра) куклами способствует: развитию речи; снятию нервного напряжения; развитию коммуникативных навыков; достижению эмоциональной устойчивости и саморегуляции; приобретению важных социальных навыков; развитию крупной и мелкой моторики; профилактике и коррекции страхов; коррекции отношений в семье; становлению психосоциальной идентичности мальчиков и девочек.

По мнению Зинкевич-Евстигнеева Т.Д.: «Вовремя рассказанная сказка для ребенка значит столько же, сколько психологическая консультация для взрослого. Отличие только в том, что от ребенка

не требуют вслух делать выводы и анализировать, что с ним происходит: работа идет на внутреннем, подсознательном уровне» [7].

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 24.04.2020) «Об образовании в Российской Федерации».
2. Бурова А. В. Основы общей психологии. – М-во образования и науки РФ, Астраханский гос. ун-т. – Астрахань : Астраханский ун-т, 2013. – 216 с.
3. Гребенщикова Л.Г. Основы куклотерапии. Галерея кукол. [Текст]; – СПб.: Речь, 2007. – 80 с.
4. Дайн Г. Детский народный календарь. – Хотьково, Сергиев Посад, 2010. – 184 с.
5. Дайн Г. Тряпичная кукла. – Хотьково, Сергиев Посад, 2009. – 248 с.
6. Зворыгина Е. Комплексное руководство игрой с сюжетно-образными игрушками (второй год жизни). // Дошкольное воспитание. 1982. № 7. – С. 46–53.
7. Зинкевич-Евстегнеева Т.Д. Мастер сказок. 50 сюжетов в помощь размышления о жизни, людях и себе для взрослых и детей старше 7 лет. – СПб.: Речь. 2012. – 126 с.
8. Киселева М.Б. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. – СПб.: Речь, 2006. – 160 с.
9. Латышина Д.И. Традиции воспитания детей у русского народа. – М.:Школьная пресса, 2004 – 128 с.
10. Лунина Г.В. Воспитание детей на традициях русской культуры. – М.: ЦГЛ, 2005. – 126 с.
11. Пониманская, Т. И. Проблема нравственного и социального развития ребенка в концепции гуманистического воспитания / Т. И. Пониманская // Дошкольник. Методика и практика воспитания и обучения. – 2013. – № 1. – С. 17–23.
12. Чех Е.В. Я сегодня злюсь. Расскажи мне сказку. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2009. – 144 с.

КИНЕТИЧЕСКИЙ ПЕСОК В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С НАРУШЕНИЕМ ЗРЕНИЯ

Марченко Н.А.,

учитель-дефектолог

МБДОУ «Детский сад компенсирующего вида № 32 «Песенка»,

г. Архангельск

Игра – это естественная деятельность ребенка, как обычного, так и детей с нарушением зрения. Дети с нарушением зрения имеют низкий уровень развития осязательной чувствительности и моторики пальцев, кистей рук. У дошкольников с нарушением зрения по сравнению с нормально видящими детьми процесс познания окружающей действительности протекает медленнее и со значительными трудностями. Связано это с тем, что у таких детей зрительная информация об окружающем сильно ограничена, к тому же они, как правило, не умеют пользоваться при ориентировке пусть и неполноценным, но все же зрением и другими сохранными анализаторами.

Одним из действенных методов арт-терапии является песочная терапия.

В играх-упражнениях с кинетическим песком активно участвуют руки ребенка, тем самым, осуществляя, как и познание окружающего мира, так и восстановление, компенсацию и коррекцию нарушенных функций: зрительных, глазодвигательных, психических.

В последнее время этот материал стал достаточно популярным. Кинетический песок – это уникальный материал, по-другому его ещё называют – живой песок. Кинетическая масса на 98% состоит из кварцевого песка. Синтетические полимеры делают материал пластичнее и приятнее. Песчинки не рассыпаются, а тянутся друг за другом. Внешне и по свойствам он похож на влажный морской песок, но стоит только взять его в руки, как он словно «течет» сквозь пальцы. Подвижен, как сухой песок, но преобладает свойствами влажного песка, так как довольно рыхлый. Кинетический песок, являясь необычным материалом, отлично подходит для игр и развития малышей, коррекционной поддержки детей с ОВЗ. Песок универсален, поэтому и спектр его применения широк. Можно выделить основные свойства, согласно которым детям полезно играть с кинетическим песком:

- ✓ Развитие мелкой моторики рук ребенка (при различных действиях с предметами, фигурками, песком).

- ✓ Дети способны придумывать удивительные сценарий игр, создать на песке интересные сооружения. Все это, является отличным стимулом для развития воображения и фантазии.
- ✓ Проговаривая диалог любимого героя, общаясь с друзьями по игре, задействован важный познавательный процесс – речь.
- ✓ Создавая сюжет и воплощая его в реальность, дети дошкольного возраста, учатся целенаправленно действовать, добиваться результата.
- ✓ Взаимодействуя с коллегами по игре, происходит развитие коммуникативных навыков, которые пригодятся во взрослой жизни.
- ✓ Проживая волнующие ситуации, проблемы, страхи, ребенок освобождается от негативных эмоций, переживаний.
- ✓ Шумные дети значительно успокоятся, а тихие, неразговорчивые активизируют свои силы и покажут все свои таланты.

Ребенок просто играет с волшебной массой, но при этом у него развиваются усидчивость, фантазия, тактильные ощущения, мелкая моторика, внимательность. Дети обожают играть с кинетическим песком, а если немного направить фантазию ребенка, показав, что можно делать из этого материала, – предела восторгу не будет. Кинетический песок способен увлечь игрой на довольно продолжительное время [1; 3; 5].

Все игры с песком условно можно разделить по трем направлениям:

Обучающие игры помогают в развитии зрительного восприятия, мелкой моторики рук у детей с нарушением зрения:

- ✓ моделирование игр-сказок;
- ✓ игры на развитие тактильно-кинестетической чувствительности и мелкой моторики рук;
- ✓ игры на развитие фонематического слуха, коррекцию звукопроизношения;
- ✓ обучение чтению и письму.
- ✓ Познавательные игры помогают познать многогранность окружающего мира:
 - ✓ игры на знакомство с окружающим миром;
 - ✓ географические игры;
 - ✓ фантастические игры;
 - ✓ исторические игры;
 - ✓ игры-экскурсии по городу.

Проективные игры раскрывают фантазию и творчество, проводится диагностика и коррекция развития ребенка.

Через игру в песок у ребенка рождается или усиливается чувство доверия, принятия и успешности, а также решаются следующие задачи:

1. Развитие коммуникативных навыков, т.е. умение правильно общаться. Песочница прекрасный посредник для установления контакта с ребенком. Если ребенок еще плохо говорит и не может рассказать взрослому о своих переживаниях, то в играх с песком все становится возможным.

2. В играх с песком происходит спонтанное снижение высокого уровня психического напряжения ребенка

3. В песочнице, взаимодействуя с взрослым и сверстниками, ребенок более осмысленно и быстро осваивает нормы и правила поведения и общения в группе.

4. В песочных играх с миниатюрными фигурками ребенок с помощью взрослого проигрывает психотравмирующую ситуацию расставания с родителями, встречу с неизвестным, осваивает позитивные способы поведения.

Набор игрового оборудования (хранится в пластиковых контейнерах с отверстиями):

- ✓ лопатки, широкие кисточки, сита, воронки;
- ✓ разнообразные пластиковые формочки разной величины – геометрические; изображающие животных, транспорт, людей; формочки для теста;
- ✓ миниатюрные игрушки (высотой 5–10 см), изображающие людей разного пола и возраста; различных животных и растения; транспорт и пр. (игрушки из «киндер-сюрпризов» для занятий в младших группах не использовать);
- ✓ набор игрушечной посуды и игрушечные кровати (для игр «Песочный детский сад» и «Семья»);
- ✓ различные здания и постройки;
- ✓ бросовое оборудование: камешки, ракушки, веточки, палочки, большие пуговицы, одноразовые соломки для коктейля.

Все игры-упражнения можно использовать как для работы индивидуальной коррекционной, так и для развивающей с подгруппой детей. В ходе выполнения обязательных упражнений можно делать пятиминутки свободной игры-отдыха в песке [1;3; 4; 5].

Правила и условия игры с песком:

1. Береги песчинки – не выбрасывай их из песочницы. Если случайно песок высыпался, покажи это взрослому, и он поможет им вернуться обратно в песочницу. Нельзя выбрасывать песок из песочницы.

2. Песчинки очень не любят, когда их берут в рот или бросаются ими в других детей. Нельзя брать песок в рот и бросать его в других людей.

3. У детей всегда должны быть чистые ручки и носики. Поиграл с песком – помой ручки и покажи чистые ладошки зеркалу.

4. Наши игрушки любят, когда их ставят на место. После игры надо убрать все игрушки на свои места.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод об эффективности проведения игр с кинетическим песком, реализуемых в процессе коррекционной работы с целью преодоления нарушений развития дошкольников с нарушением зрения. Эти незатейливые упражнения позитивно влияют на эмоциональное состояние детей, обладают колоссальным значением для развития психики ребёнка, познавательных процессов, моторики и речи, повышают уровень познавательной мотивации. Ребёнок получает опыт рефлексии (самоанализа), учится понимать себя и окружающих. Также игры с песком способствуют творческому самовыражению. Использование игр с песком даёт комплексный эффект и является прекрасным средством для развития детей с особыми образовательными потребностями.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреев Т.А. Использование кинетического песка в работе с дошкольниками. Детство-Пресс, 2017г. – 128 с.
2. Дружинина Л.А., Алекина Т.А., Шестакова И.А., Шержукова Н.Е. Занятия по развитию зрительного восприятия у дошкольников с нарушениями зрения. Методические рекомендации. – Ч.: Алим, 2007. – 320 с.
3. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Грабенко, Т. М. Практикум по песочной терапии. СПб., 2002г. – 224 с.
4. Сакович Н. А. Технология игры в песок. Игры на мосту. — СПб.: Речь, 2008. – 176 с
5. Штейнхардт Л. Юнгианская песочная психотерапия. СПб., 2001г. – 320 с.

ПСИХОКОРРЕКЦИОННАЯ РАБОТА С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ОВЗ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Алексеева Е.Е.,

педагог-психолог

*МБДОУ «Детский сад №46 «Калинка» комбинированного вида,
г. Северодвинск, Архангельская область*

В работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья возникает потребность в использовании новых технологий, которые в свою очередь способствуют развитию детей. Такой технологией, которая несет особые коррекционные и развивающие возможности выступает арт-терапия. Дети с нарушениями в развитии являются особой категорией, где искусство используется как способ профилактики и коррекции отклонений в развитии.

Через развитие возможностей самовыражения и познания окружающей действительности средствами арт-терапевтических технологий можно изменить стереотипы поведения, повысить адаптационные способности, найти компенсаторные возможности такого ребенка и социализировать его.

Практический опыт коррекционной работы средствами арт-терапии показывает ее несомненно большой терапевтический и психокоррекционный эффект в работе с детьми с разными нарушениями в развитии: с расстройством аутистического спектра, с проблемами в эмоционально-личностном развитии, с задержкой психического развития и др. Это объясняется тем, что арт-терапевтические методики дают возможность использовать индивидуальную и подгрупповую форму работы с детьми данных нозологий, ставить и решать конкретные психокоррекционные задачи по созданию новых мотивов и установок, а также закрепление их в окружающей действительности с помощью средств искусства.

Наиболее распространена в психокоррекционной работе с детьми изотерапия (рисование разными способами), которая применяется и при наличии психосоматических расстройств и личностных нарушений: эмоциональная депривация, повышенная тревожность, страхи, низкая самооценка, слабый уровень социальных компетенций [1; 2; 3].

Проведение рисуночной терапии с детьми с особыми образовательными потребностями осуществляется психологом в форме специальных занятий, где детям предлагаются различные техники рисования:

➤ Рисование красками, восковыми мелками, карандашами. Разные технические средства изображения помогают ребенку с ОВЗ закреплять полученные знания об основных цветах, их оттенках, а также позволяют расширять тактильный сенсорный опыт.

➤ Техника рисования разными предметами (пластиковыми вилками, половинками овощей и фруктов, листьями деревьев, поролоновыми губками и пр.). Этот способ использования разных по фактуре, размеру, материалу предметов позволяет закреплять их название, свойства, а главное, увидеть предмет в другом ракурсе.

➤ Техника каракулей. Изображение создается без красок, с помощью карандашей и мелков. Под каракулями 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 ребенка, дают почувствовать нажим карандаша или мелка, снимают мышечное напряжение, а также помогают создать положительный настрой на совместную деятельность со взрослым.

➤ Краска-терапия или рисование пальцем, ладошкой активно используется, чтобы помочь ребенку адаптироваться в окружающем мире. Сжать руку в кулак и вдавить его в краску. Приложить боковую часть кулачка к листу бумаги, сделать несколько отпечатков, затем их дорисовать в предметы. Также можно рисовать всей ладонью, отдельными пальцами, что закрепляет и их название и обогащает сенсорный мир ребенка. Работа с красками очень интересна и всегда нравится детям с ОВЗ, потому что даже в тот момент, когда ребенок не знает, как выразить свою мысль, он может рассказать о том, о чем он сейчас думает с помощью красок.

➤ Техника рисования мятой бумагой и на мятой бумаге. Эти два интересных и необычных способа рисования способствуют максимальному раскрытию творческих способностей ребенка, отлично развивают мелкую моторику, мыслительную и речевую деятельность детей с ОВЗ.

➤ Техника рисования от пятна, круга. Ребенок или взрослый начинает на листе бумаги изображать пятно или круг заданного цвета. Затем дорисовывает его до определенного предмета (яблоко, мяч, солнце). Этот способ доступен даже детям со сложными дефектами.

➤ Техника рисования по мокрой бумаге. Ребенок учится смачивать бумагу водой с помощью кисточки, а затем наносить на нее краску. На мокром листе краска расплывается, превращаясь в яркие, необычные разводы. Это дает ребенку возможность увидеть необычное состояние бумаги, воды и краски.

➤ Рисование мыльными пузырями. Взрослый заранее готовит раствор для мыльных пузырей (наливается немного воды в стаканчик, растворяется любая краска или пищевой краситель, добавляется жидкое мыло или шампунь. От того, сколько добавить краски, будет зависеть интенсивность цвета на бумаге). Коктейльная трубочка опускается ребенком в мыльные пузыри и выдувается непосредственно на бумагу. В этом варианте получаются аккуратные отдельные пузыри на бумаге. Их потом можно дорисовать. Данный способ рисования способствует развитию творческого и познавательного мышления, а также позволяет ребенку испытать целую гамму эмоций.

➤ Техника кляксографии. Данная техника рисования основана на превращении капель краски на бумаге в художественные образы. Кляксография идеально подходит для детей с особыми образовательными потребностями, так как не требует особых навыков, задатков и талантов. Ее можно сочетать с другими методиками, дополнять картины с помощью красок, бумаги, пластилина, раздувать кляксы через трубочку или позволять им свободно растекаться [1; 2; 3].

Предложенные варианты изотерапии, используемые в коррекционной работе с детьми дошкольного возраста с нарушениями речи, с ЗПР, с РАС позволяют получить положительные результаты: создаются благоприятные условия для развития коммуникации замкнутых или не говорящих детей, обеспечивают эффективное эмоциональное реагирование социально приемлемыми формами у детей с агрессивными проявлениями, формируют осознание ребенком своих переживаний, развивают произвольность и внимание, а также обогащают и развивают сенсорную сферу, формируют позитивную «Я-самость», уверенность в себе за счет социального признания ценности продукта, созданного непосредственно ребенком.

Практически каждый ребенок с особенностями развития может участвовать в арт-терапевтической работе, которая не требует от него каких либо способностей к изобразительной деятельности или художественных навыков. Кроме того, продукты изобразительного творчества являются свидетельством настроений и мыслей ребенка, что позволяет использовать их и как психодиагностику.

Использование арт-терапии с детьми с особенностями развития повышает мотивацию, способно значительно оптимизировать развитие эмоциональной и когнитивной сферы ребенка.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Арт-терапевтические технологии в коррекционно-развивающей работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья / Н. С. Баряева, К. А. Воронкина, П. А. Прищепова, Ю. А. Талавера; Под общей ред. Л. Б. Баряевой: Учеб.-метод. пособие. – СПб.: ЦДК проф. Л. Б. Баряевой, 2016. – 70 с.
2. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов и врачей / Киселева М.В. – СПб.: Речь, 2018. – 160 с.
3. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Лебедева Л.Д. – СПб.: Речь, 2003. – 256 с.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ТЕХНИКИ «ЭБРУ» В КАЧЕСТВЕ ИЗОТЕРАПИИ В КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ С ОСОБЕННОСТЯМИ В РАЗВИТИИ

Сабитова А.М.,

воспитатель

МБДОУ «Детский сад компенсирующего вида № 32 «Песенка»,

г. Архангельск,

Сорока А.В.,

воспитатель

МБДОУ «Детский сад компенсирующего вида № 32 «Песенка»,

г. Архангельск

В настоящее время специалистов волнуют вопросы воздействия искусства на детей с особенностями в развитии, у которых очень часто наблюдается незрелость эмоциональной сферы, нарушения личностного развития, такие как: пониженная самооценка, высокая тревожность, агрессивность, инфантилизм, пассивность либо чрезмерная активность, плохая концентрация внимания, низкий коммуникативный статус. Такие дети чаще всего имеют истощенную нервную систему, они стрессово и эмоционально неустойчивы, раздражительны, подвержены быстрому утомлению. Эти дети не всегда умеют гармонично взаимодействовать сами с собой, с социумом, с внешним миром [1]. Современные педагоги и психологи в своей коррекционной работе активно используют различные виды творчества в целях всестороннего развития личности ребёнка с ограниченными возможностями здоровья. Артпедагогика – это инновационное явление в педагогике, имеющее практико-ориентированное направление, где личностное развитие ребёнка, его воспитание и обучение реализуется средствами искусства. Арт-терапия – совокупность психокоррекционных методик, имеющие различия и особенности, определяющиеся как жанровые: изотерапия, игротерапия, кинезиотерапия, музыкотерапия, библиотерапия, имаготерапия и другие, которые помогают снять у любого ребёнка самые разные проявления нестабильности настроения. Данные методы и приёмы обращают внимание на чувства ученика, помогают ему выразить и познать себя, получить опыт общения и работы в коллективе, развивают его коммуникативность, творческое воображение, позволяют снять эмоциональное напряжение. Это особенно актуально при работе с тревожными, замкнутыми

детьми и делает арт-терапию незаменимым инструментом для исследования, развития и гармонизации в тех случаях, когда ребёнок не может выразить словами свое эмоциональное состояние, то есть арт-терапия является одним из эффективных способов достижения лучшей социальной адаптации [2].

Подробнее остановимся на одном из наиболее распространённых видов арт-терапии. В данном случае, воздействие на развитие ребёнка осуществляется посредством изобразительной деятельности. Изотерапия – терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием, а также работа с репродукциями, различным художественным материалом – глиной, пластилином, соломой (декоративно прикладное искусство). Наше внимание привлекла достаточно новая и в то же время давно известная на востоке техника эбру. Что такое «Эбру»? Это особая техника создания художественного оттиска за один приём, при котором получается единственный и уникальный отпечаток изображения на бумаге с поверхности воды. Эбру-терапия – раскрытие творческой индивидуальности человека, она помогает справиться со многими проблемами и активно используется в развитии и подготовке ребёнка к современной жизни в семье, в детском саду, это рисование эмоциями и чувствами.

Методика позволяет детям преодолеть трудности, выплеснуть отрицательные эмоции, расслабиться и получить много положительных эмоций. Эбру-терапия также позволяет работать со страхами, тревожностью, замкнутостью и агрессивностью. Помогает снять напряжение, повышается способность к социальной адаптации.

Погружение «в себя» происходит естественным образом, поэтому оно является абсолютно безопасным и даже полезным.

Подобная эбру-терапия доступна людям с любым уровнем психологического развития, с разной степенью «загруженности» проблемами, взрослым и детям.

Цвета вызывают у человека чувства и переживания: одни из них способствуют уравниванию и успокоению, другие, напротив, поднимают тонус и настроение. Живопись на воде снимает усталость и напряжение, снижает уровень тревожности, агрессию. За одно занятие можно изменить некомфортное эмоционально-психологическое состояние на спокойное и радостное, улучшить самочувствие. Для ребёнка чаще важен не результат, а сам процесс рисования. Главное, научить ребёнка полностью отдаваться рисованию на воде, не планировать заранее результат, ведь он всегда будет уникальным и непо-

вторимым. Кроме того, в Эбру нет почти ничего, что нельзя исправить. В этом заключаются дополнительные ресурсы для коррекционно-реабилитационной практики [3].

Побочным продуктом арт-терапии является чувство удовлетворения, которое возникает в результате выявления скрытых талантов и их развития.

Таким образом, арт-терапевтический метод эбру интересен, необычен, обладает множеством неоспоримых плюсов, подходит для работы с широким кругом клиентов самого разного возраста и спектром проблем.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Мирзаян, Э. И., Жукова, Е. В., Старжевский, А. Е. Арт-терапия как средство социокультурной и психолого-педагогической реабилитации детей с ограниченными возможностями здоровья // Интернет-ресурс ФГБУ «Федеральное бюро медико-социальной экспертизы» ФМБА России г. Москва.
2. Кириченко К. В. Арт-педагогические технологии в условиях дошкольного образовательного учреждения // Молодой ученый. – 2017. – № 42. – С. 164–167.
3. Окульская Л. В. Нетрадиционная техника рисования эбру. // Инновационные педагогические технологии: материалы IV междунар. науч. конф. – 2016. – С.62–65.

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ РЕБЕНКУ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ В ПРОЦЕССЕ ТЕРАПИИ

*Трифанова П.А.,
педагог-психолог
ГБУ АО «Котласский РЦ»,
г. Котлас, Архангельская область*

На сегодняшний день фотография – очень популярна и неотъемлема в повседневной жизни людей. Всё больше детей и подростков увлекаются фотосъемкой, мечтают стать фотографами.

В реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья мы используем элементы фототерапии на коррекционно – развивающих занятиях, что само по себе является новым и необычным направлением. Опыт работы показывает, что занятия с элементами фототерапии способны заинтересовать и помочь раскрыться даже самому замкнутому подростку, повысить познавательный интерес детей, снизить тревожность и снять психоэмоциональное напряжение.

Фототерапия, основанная на применении фотографии для решения психологических проблем, а также для развития и гармонизации личности, является одним из направлений арт-терапии. Основным содержанием фототерапии является создание или восприятие фотоснимков, дополняемое их обсуждением и разными видами творческой деятельности [1].

Психологические функции использования фотографии в фототерапии.

1. Фокусирующая/актуализирующая функция связана со способностью фотографии оживлять воспоминания и приводить к повторному переживанию событий, имевших место ранее – как положительно, так и отрицательно окрашенных.

2. Стимулирующая функция связана с тем, что при создании и восприятии снимков происходит активизация разных сенсорных систем – прежде всего зрения, кинестетики, тактильной чувствительности. Выбирая объекты для съемки и производя ее, порой приходится прилагать немалые усилия для мобилизации своих чувств, воли и изобретательности.

3. Организующая (интегрирующая) функция. Фотосъемка немислима без способности ребенка осуществлять свой выбор и опре-

деленным образом «встраивать» объект восприятия в систему личных значений, соотносить его со своими потребностями и опытом.

4. Объективирующая функция заключается в способности фотографии делать зримыми переживания и личностные проявления детей и подростков, отражающиеся в их внешнем облике и поступках. Благодаря объективирующей функции фотографии, подросток также может лучше осознать свою принадлежность к определенной социальной группе (профессиональной, культуральной, национальной и т. д.).

5. Отражение динамики внешних и внутренних изменений. Данная функция проявляется в том случае, когда имеется достаточное количество снимков, позволяющих провести анализ определенных этапов жизни подростка и увидеть, насколько различаются оформление его внешности, поведение и окружающая среда в разные моменты времени.

6. Смыслообразующая функция заключается в ее способности помогать ребенку увидеть смысл поступков и переживаний – как своих собственных, так и других людей, так как фотография позволяет «остановить мгновения» и достичь фокусировки на них.

7. Экспрессивно – катарсическая функция заключена как в восприятии готовых снимков, так и в их создании. Повторное, иногда более глубокое, по сравнению с прошлой ситуацией, переживание чувств и их вербальное и невербальное выражение во время просмотра фотографий способно приводить к эмоциональному «очищению» и освобождению от тягостных переживаний.

8. Защитная функция фотографии связана с ее способностью обеспечивать дистанцирование от травматичных и малопонятных переживаний и ту или иную степень контроля над ними. Так, например, подросток может в течение определенного времени скрывать некоторые из своих фотографий, если демонстрация и обсуждение того, что на них изображено, для него психологически небезопасно. Его возможность контролировать ситуацию и свои чувства будет очень важна для достижения ощущения психологической безопасности и, в конечном итоге, возможно, сделает его готовым к показу фотографий [3].

Применение фототерапии в реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья позволяет использовать различные приемы и технологии.

Занятия можно проводить с детьми, начиная с 3–4 лет, с разнообразными психологическими проблемами, такими как невротические состояния, страхи, нарушения сна, замкнутость, тревожность, эмоционально – волевые нарушения, агрессивное поведение.

Фотография может использоваться однократно или эпизодически, например, на тех этапах работы, когда у ребенка возникает желание ее применить [2].

При этом ребенок может быть движим простым любопытством, желанием получить новый творческий опыт, запечатлеть особенно значимые для него моменты работы. Эти потребности могут иметь временный характер, и после всплеска интереса к фотографии ребенок может перейти к использованию других средств и материалов.

В своей работе мы дополняем фотографию иными материалами и средствами: это предоставляет ребенку дополнительные творческие возможности. Для работы на занятиях мы используем как личные фото, так и фотографии, выполненные непосредственно на занятиях. Занятия проводятся в индивидуальной форме, групповой, а также могут проводиться с семьями.

1. Фотоколлаж.

Первым вариантом использования фототерапии в работе с детьми и подростками является фотоколлаж. Для создания фотоколлажей могут использоваться как личные фотографии, так и разнообразная полиграфическая продукция [3]. Если ребенку трудно работать с ножницами, мы предлагаем использовать вариант создания фотоколлажа в электронном виде. В нашем учреждении технику фотоколлажа мы используем чаще всего с подростками.

Юноши и девушки самостоятельно выбирают тему фотоколлажа, отражающую их актуальные потребности на данный момент. Так, например, фотоколлаж «Мои мечты и желания» помог мальчику – подростку с ограниченными возможностями оформить его «визуальное размышление» о будущем в яркий красочный плакат. Темой работы по созданию фотоколлажа девочкой – подростком являлось ее представление о стиле, моде и красоте. Девушка мечтает стать дизайнером – стилистом, и выразила свои предпочтения в своей работе.

Во многих случаях фотоколлаж представляет собой своего рода размышление о жизни, отражает картину мира подростка, отношение к себе и другим людям, культуре, природе, своему прошлому, настоящему и будущему, и таким нестандартным способом психолог мо-

жет провести диагностику ребенка. С другой стороны, при создании образов в фотоколлаже происходит программирование через визуализацию, тем самым на подсознательном уровне у ребенка закладывается программа успешности. Также фотоколлаж способствует раскрытию творческого потенциала, позволяет почувствовать себя «создателем» своей жизни.

2. Натурная съемка.

Следующим вариантом использования фототерапии является натурная съемка – фотографирование подростком (ребенком) различных объектов и ситуаций [2].

Фотосъемка может проводиться в кабинете или здании, где проводятся занятия. В нашем учреждении мы проводим фотосъемку также на улице, на прилегающей территории нашего Центра. Съемка может иметь свободную тему, а в другом случае – дети заранее выбирают ту или иную тему из предлагаемых специалистом, либо формулируют собственную, исходя из актуальных для себя потребностей и запросов.

Темы для фотосъемки можно разделить на две большие группы. Первая включает темы, связанные с психотерапевтическим запросом и проблемами подростка (ребенка). Как правило, они имеют диагностический характер. («Моя семья», «Мир моих интересов и увлечений», «Мои друзья», «Прекрасное и безобразное», «Мир взрослых и мир детей» и т. д.). Вторая группа обеспечивает большую психологическую безопасность и возможность самораскрытия. Это отчасти связано с «проективной» природой фотографии, когда, выбирая для съемки тот или иной объект или ситуацию, подросток неосознанно «переносит» на них свои потребности и переживания. («Природа», «Мир животных», «Мир людей», «Праздники», «Времена года» и др.) [2].

Данную методику мы также чаще используем в реабилитации детей подросткового возраста с ограниченными возможностями здоровья. Съемка, проводимая на природе, сама по себе способна обеспечить сенсорную стимуляцию, вызвать положительные эмоции и эстетические переживания. Главной целью в работе с использованием данной методики является помочь подросткам почувствовать свою самостоятельность и проявить инициативу. Создание фотоснимков дает ребятам ощущение собственной силы и значимости, повышает их самооценку. Например, один из подростков ощутил себя художни-

ком, изменил в лучшую сторону представление о себе и своих возможностях. Другой мальчик сделал оригинальные подписи к своим фотографиям, отражающие их смысл, и решил, что будет и в дальнейшем заниматься фотографией, и, возможно, в будущем станет фотографом. На завершающем этапе работы мы нередко оформляем небольшую фотовыставку, что, несомненно, является дополнительным подтверждением значимости работы подростков.

3. Создание художественной рамки для фотографии.

Еще один способ использования фототерапии в работе с детьми – создание художественной рамки для фотографии. Выбор или создание рамки для фотографии является важной частью фототерапевтической работы. Ребенок может при этом использовать широкий набор материалов и изобразительных средств, проявлять творческое начало. Важна и защитная функция рамки. Она создает ощущение безопасности, являясь визуальным контейнером. Фоторамка способна придавать ценность визуальному образу, что помогает повысить самооценку создающего ее ребенка [2]. Так, например, создавая рамку для личной фотографии на занятии с девочкой, имеющей ДЦП, мы могли отметить, что во время работы у ребенка появились чувства доверия и открытости, также усилилось чувство безопасности. Во время создания фоторамки девочка увлеченно работала, преодолевая сложности, комментируя свою работу: «Так красиво получается! Рамка очень подходит для моей фотографии, добавлю сюда еще бусины».

4. Сопровождение фотографии рассказом (Визуально – нарративный подход).

Визуально – нарративный подход, или, проще говоря, сопровождение фотографии рассказом, является следующей формой работы в фототерапии. Сутью его является дополнение фотографии созданием текста, позволяющего раскрыть различные значения снимка и связанные с ним ассоциации. Это может быть развернутый комментарий ребенка к фотографии или рисунку или созданный ребенком литературно – художественный текст [4].

Технологии не стоят на месте, подростка 21 века невозможно представить без электронных гаджетов и Интернета. Смартфон, планшет, нетбук – неиссякаемый источник удовольствия для ребят и предмет беспокойства родителей. Именно поэтому в реабилитации подростков часто мы предлагаем им картинку (фотографию из интер-

нет – ресурсов), отражающую данную актуальную проблему и предлагаем создать на основе этой фотографии краткое литературно – художественное повествование или текст – размышление. Визуально – нарративный подход в данном случае используется в качестве средства психологической самопомощи и помогает подросткам поразмышлять и осознать важность живого общения. Например, в своем тексте – размышлении мальчик отметил, что современные дети часто не «слышат» своих родителей, так как увлечены происходящим в виртуальном мире. А родители, в свою очередь, часто заняты своими рабочими делами. Подросток добавил: «Чтобы дети слышали родителей, детям нужно уделять больше времени, а не только баловать их современными технологиями. У детей должны быть еще увлечения, помимо гаджетов. У детей и родителей должны быть общие интересы и увлечения». Беседуя, после написания текста, подросток признался, что сам часто «не слышит» родителей, что виртуальное общение часто намного интереснее живого. Мальчик отметил: «Я раньше об этом не думал, приеду домой (после окончания реабилитации) – попрошу у мамы купить новую настольную игру. Будем вечером играть все вместе».

5. Фотопослание.

Фотопослание – еще один интересный способ коррекции психологических проблем ребенка, таких как страхи, замкнутость, нарушение эмоционально – волевой и коммуникативной сферы, коррекция детско-родительских отношений [3].

С помощью данного упражнения можно проводить работу, направленную на гармонизацию отношений между родителями и детьми. Приведем пример из опыта работы, используя данное упражнение: «В отношениях с ребенком мама проявляет гиперопеку, часто принимает решения за сына. Мальчик, в свою очередь хочет доказать, что может делать что то сам, хочет показать свою самостоятельность, поэтому принятие решений мамой за него или помощь, вызывает протест и оборону, негативную реакцию в ответ на замечания. Упражнение проводилось в виде подготовки подарка – сюрприза ребенком для мамы на праздник 8 марта. Ребенок выбрал картинки, отражающие сам праздник и его чувства к маме (шары, подарочная коробка, конфеты, цветы и сердце), затем распечатанные картинки мальчик поместил в яркие рамки и повесил их на доске в виде праздничной гирлянды. Данное упражнение позволило добиться самостоя-

тельности выполнения задания ребенком (присутствовал сюрпризный момент для мамы), и помогло ребенку выразить таким необычным способом свои чувства к ней. При поздравлении мальчик сказал маме о том, как сильно он ее любит. Мама была растрогана, обнимала сына, похвалила его работу и признала, что он замечательно справился с этим заданием самостоятельно».

6. Цвета вокруг нас.

Опыт работы показывает, что для снятия психоэмоционального напряжения детей посредством фототерапии эффективно использовать упражнение «Цвета вокруг нас». Упражнение также поможет установить контакт с ребенком, настроить на позитивный лад и дальнейшую работу.

В своей работе мы используем данное упражнение с детьми, у которых отмечается повышенное беспокойство и агрессивность. Например, девочке с повышенной тревожностью было предложено найти в кабинете предметы, имеющие приятные, спокойные, нежные, пастельные цвета. Эти предметы мы рассматривали, обсуждали и затем фотографировали. Получившиеся распечатанные фотографии в данном случае являются зримым источником, помогающим контролировать раздражительность и придать чувство спокойствия и уверенности. В процессе психокоррекции девочка отмечала: «Когда я смотрю на розовый цвет – хочется лежать и отдыхать..., а если смотреть на этот (голубой цвет) – мне кажется, что на улице скоро лето и мне тепло». Эти небольшие фотоснимки она оставила себе. В дальнейшем их можно брать с собой и рассматривать или развесить, например, в своей комнате.

7. Использование трехмерной композиции.

Одним из диагностических методов в фототерапии может применяться обыгрывание различных ситуаций с использованием трехмерной композиции.

Фотография сама по себе двухмерна. Но можно создавать с ее помощью объемные образы, вырезая из снимков отдельные фигуры и располагая их вертикально. Композиция приобретает трехмерность, когда, например, на расположенный на столе лист ватмана с нарисованным на нем планом города ставится вырезанная из фотокарточки фигурка ребенка. Фотографию в данном случае можно считать также средством развития пространственного мышления, что актуально для детей, поскольку пространственное мышление является фундамен-

том для развития более сложных когнитивных функций, в том числе понятийного мышления [2].

Для таких занятий мы подготавливаем ватман, с наклеенными фотографиями различных мест и объектов (дом, школа, парк, берег реки, игровая площадка, кинотеатр и др.) Использование трехмерной композиции в ходе игры («Куда ты отправишься, Чем будешь там заниматься, Где бы ты (не) хотела оказаться?») позволяет отследить желания, потребности ребенка на данном этапе развития. Позволяет отследить, в каких из социальных ситуаций девочка чувствует себя комфортней, а какие избегает и почему. Тем самым, в данном случае, использование трехмерной композиции является включенным в игру диагностическим методом, и позволяет в дальнейшем корректировать выявленные нарушения с помощью проигрывания определенных ситуаций.

Перечисленные техники и приемы позволяют сделать вывод о том, что фототерапия, как метод, предоставляет очень широкие и во многом уникальные возможности для творческого самовыражения, познания внутренней и внешней реальности, социализации и удовлетворения разнообразных потребностей детей и подростков с ограниченными возможностями. Часто детям легче и естественнее выражать свои мысли и чувства посредством образов, чем словами, поэтому фотография способна выступать для них одним из средств общения с миром и организации внутреннего опыта.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Киселева М.В. «Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми». – СПб.: Речь, 2006. – 160 с.
2. Копытин А. И., Дж. Платтс «Руководство по фототерапии»: Когито-Центр; Москва; 2009. – 183 с.
3. Копытин А. И. «Тренинг по фототерапии». – СПб.: Речь, 2003. – 96 с.
4. Копытин А. И. «Техники фототерапии». – СПб.: Речь, 2010. – 128 с.

«РИСУЕМ СКАЗКУ»: ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ С ОСОБЕННОСТЯМИ В РАЗВИТИИ

*Кривошапкина Ю.А.,
педагог-психолог
ГБУ АО «Котласский РЦ»,
г. Котлас, Архангельская область*

Дети с ограниченными возможностями здоровья – это особая категория детей, очень уязвимых, особо нуждающиеся в тщательном подборе гибких методов и приемов, способствующих преодолению трудностей в эмоциональной, поведенческой и коммуникативной сферах развития.

В процессе реабилитации и психологического сопровождения данной категории детей важным является подбор инструментария и адаптация различных психологических техник и приемов к индивидуальным особенностям каждого ребенка.

Сказкотерапия является всеохватывающим и доступным методом в практике психолога с детьми, имеющими особенности развития и позволяет организовать целенаправленную работу по следующим направлениям:

- оказывает мягкое психотерапевтическое воздействие;
- способствует снижению уровня тревожности, агрессивности, нерешительности, эффективна при работе со страхами;
- способствует развитию речевой активности детей;
- раскрывает личность ребенка, позволяет пережить яркие эмоции и ощущения;
- подходит детям самых различных возрастов с различным уровнем речевого и интеллектуального развития;
- развивает творческие возможности;
- проходит в доброжелательной и спокойной обстановке.

В чем сила терапевтических сказок? Одно из объяснений данного феномена заключается в том, что смысл сказки воспринимается сразу на двух уровнях, сознательном и подсознательном. Сознание ребенка воспринимает буквальное содержание сказки как вымышленное: ребенок сочувствует сказочному герою, отождествляет себя с ним и даже, когда узнает свою проблему, он все равно думает, это не про меня, это понарошку. Подсознание же «верит» услышанному

и задает нужную программу изменений в поведении, переструктурировании ценностей, взглядов и позиций [1 с.8].

Сказкотерапия – метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширение миропознания, совершенствования взаимодействий с окружающим миром. Детей привлекают в сказках отсутствие прямых нравов учений, безобидность, занимательность сюжета, возможность взять инициативу в свои руки, повествование «от 3-его лица», «обезличенность» главного героя, расширение позитивного опыта, решение трудных ситуаций и проблем безопасным способом [2].

Преимущество сказкотерапии заключается в том, что она достаточно эффективно совмещается с разнообразными видами арт-терапии. И поскольку в моей практике, прозрачный мольберт прекрасно зарекомендовал себя в работе с различной категорией детей и рисование дает шанс изобразить свое состояние, отношение к чему-либо, вновь пережить приятное событие или избавиться от негативных эмоций, я решила совместить использование техники рисования на прозрачном мольберте с элементами сказкотерапии.

Занятие проводится по следующей схеме: ребенку предъявляется специально подобранная психотерапевтическая сказка в зависимости от характера затруднений. При этом ребенок располагается за столом (по желанию сидя или стоя) на котором находятся прозрачный мольберт с кисточками и красками (желательно гуашь). Психолог рассказывает сказку, а ребенок в процессе прочтения рисует ее фрагменты. В зависимости от возраста, интеллектуального развития и готовности, ребенку рассказывается (зачитывается) полностью готовая сказка с завершением, предлагается придумать конец сказки или сочинить сказку самостоятельно. Изображенный на прозрачном мольберте сюжет возможно оставить до следующего занятия с целью корректировки (ребенок может стереть нежелательный фрагмент, изобразить его другим цветом или полностью перерисовать).

Цикличность занятий и количество встреч не ограничивается и полностью зависит от результативности.

Довольно часто, при нарушении взаимоотношений «родитель – ребенок», я практикую совместные занятия «специалист-родитель-ребенок». Если ребенок в семье не принят, родители не всегда объективны в требованиях, при неверном выборе стиля воспитания, совместная творческая деятельность позволяет достичь устойчивых положительных результатов. Так же важно отметить, что для взрослых

рисунок позволяет переключиться от постоянного размышления, взвешивания, обдумывания – всего того, что их часто заводит в тупик, не позволяя открыть для себя что-то новое и важное, – и взглянуть на свой тупик совсем из другой части себя [3].

Для проведения данных совместных занятий я использую несколько вариантов.

Вариант 1.

Когда ребенок манипулирует, проявляет негативные эмоции, не выполняет предъявляемые родителями требования:

- родитель (как правило мама) рассказывает сказку или сочиняет самостоятельно по заданному сюжету, а ребенок рисует.

Вариант 2.

Если мама не дает проявлять самостоятельность ребенку, не принимает его, предъявляет завышенные требования:

- ребенок рассказывает сказку, а мама рисует по заданному сюжету.

Вариант 3.

При неорганизованности совместной деятельности, неумении прийти к единому решению:

- совместное сочинение сказки и совместное рисование;
- либо психолог рассказывает сказку, а мама с ребенком совместно рисуют.

Важно отметить, что для устойчивой динамики требуется цикл занятий, минимум 5 совместных встреч. Возможно попрактиковать домашнее задания на тему совместного сочинения сказки (всеми членами семьи) с заданными персонажами или сюжетом.

При этом психолог может принимать как роль активного участника деятельности, так и выполнять направляющую функцию.

Таким образом, совместное использование техники рисования на прозрачном мольберте с методом сказкотерапии, оказывает положительное влияние на общее развитие детей, межличностное взаимодействие, способствует мягкой коррекции нежелательных проявлений и форм поведения, что в свою очередь приводит к положительным результатам.

Сказки помогают ребенку осознать собственные потребности, пережить различные эмоции, учат адаптироваться к различным жиз-

ненным условиям, пережить трудности, привить нравственные нормы и понятия.

Рисование же – это способ самовыражения без слов, рассказ о переживаниях, которые сложно осознать, непосредственная передача своего состояния.

Исходя из практики, можно сделать вывод, что данный прием позволяет достичь положительной динамики в реабилитационном процессе у детей с ограниченными возможностями здоровья в решении следующих задач:

- преодоление эмоциональных и поведенческих трудностей (тревожность, застенчивость, страхи, агрессия);
- коррекция эмоционально – волевой регуляции поведения;
- развитие творческого воображения;
- коррекция внутрисемейных отношений.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ткач Р.М. Сказкотерапия детских проблем. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2008. — 118 с.
2. Казакова Л. Ю. Психокоррекция детей с ограниченными возможностями. / Профессиональное интернет – издание Психологическая газета/ 20.07. 2015 //<https://www.psy.su/feed/4850/>.
3. Млодик И.Ю. Приобщение к чуду, или неруководство по детской психотерапии. М.: «Генезис», 2017 г. – 192 с.

АРТ-ТЕРАПИЯ КАК МЕТОД ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ

Жерина А.Г.,

педагог-психолог

МБДОУ «Детский сад №66 «Беломорочка»,

г. Северодвинск, Архангельская область

В Российской Федерации на сегодняшний день, так же, как и в некоторых других странах под арт-терапией принято понимать – лечение на основе использования изобразительного искусства. Это понятие общепринято.

Понятие арт-терапия ввел в употребление художник Адриан Хилл в 1938 году. Само слово вошло в научный оборот в англоязычных странах, в первую очередь в Великобритании и США. Арт-терапия сегодня в современном мире считается:

- инновационной технологией здоровьесбережения (Н.К. Смирнов, В.Ф. Базарный),
- одним из наиболее мягких, и эффективных методов, используемых психологами в своей работе.

Как вы знаете, арт-терапия многогранна. Исторически развивалась специалистами разных групп: художниками, психотерапевтами, психоаналитиками, психологами.

Современная арт-терапия включает в себя следующие направления:

- изотерапия – терапия изобразительным искусством, в первую очередь рисованием, работа с репродукциями.
- имаготерапия – воздействие через образ, театрализацию, драматизацию;
- песочная терапия – форма активного воображения, предполагающая игру с песком и миниатюрными игрушками;
- фототерапия – применение фотографий для развития и гармонизации личности;
- музыкальная терапия – это контролируемое использование музыки;
- сказкотерапия – воздействие посредством сказки, притчи, легенды;
- кинезитерапия – воздействие через танцевальные движения;
- игровая терапия.

Основными целями арт-терапии являются:

- развитие самовыражения чувств и эмоций;
- гармонизация развития личности;
- развитие самопознания;
- внутренняя интеграция личности (всех аспектов и компонентов), раскрытие внутренних механизмов саморегуляции;
- интеграция с внешней реальностью (социальной, этнической, культурной).

Арт-терапия в учреждениях образования – это метод коррекции и развития посредством художественного творчества. И имеет скорее профилактический или «развивающий» характер, как, например, в случае наличия у ребенка легких эмоциональных и поведенческих расстройств. Применительно к специальному образованию *арт-терапию* можно рассматривать:

- как синтез нескольких областей (искусства, медицины, психологии)
- как совокупность технологий, позволяющих с помощью стимулирования креативных (творческих) проявлений ребенка с проблемами, осуществить коррекцию нарушений психосоматических, психоэмоциональных процессов и отклонений в личностном развитии.

Привлекательностью арт-терапии для психологов и специалистов смежных специальностей образовательных учреждений является то, что арт-терапия предполагает: использование языка изобразительной экспрессии, непосредственное участие ребенка в изобразительном творчестве.

Это особенно актуально при работе с детьми в тех случаях, когда ребенок не может выразить словами свое эмоциональное состояние. Имеет возможность самовыражаться (Копытин А.И.).

В арт-терапии не делается акцент на целенаправленное обучение и овладение навыками и умениями в каком-либо виде художественной деятельности.

Основные функции арт-терапии:

- катарсическая-очищающая, освобождающая от негативных состояний.
- регулятивная-снижение психофизического напряжения, регуляция психосоматических процессов, моделирование положительного психоэмоционального состояния.

- коммуникативно-рефлексивная-которая обеспечивает коррекцию нарушений общения, формирование адекватного межличностного поведения, самооценки.

Современная арт-терапия активно развивается. Сегодня востребовано интегративное направление, поскольку оно предполагает сочетание изобразительной работы с музыкальной терапией, песочной терапией.

В своей многолетней практике активно применяются мною в практической деятельности основные арт-технологии, которые показывают хорошие результаты: изотерапия, песочная терапия, музыкальная терапия, фототерапия, а также Sand-art и цветотерапия.

Песочная терапия может применяться как монотерапия (самостоятельная техника), так и в сочетании с другими психотерапевтическими методами:

- позволяет отреагировать негативный эмоциональный опыт в процессе творческого самовыражения;
- служит дополнением к другим методам психокоррекционной и психотерапевтической работы с детьми.

Основными задачами песочной терапии являются:

- развитие тактильной чувствительности, активизация интереса;
- снижение, регуляция психофизического напряжения, расслабление;
- коррекция поведения (формирование навыков сотрудничества с помощью песочной терапии);
- развитие пространственных представлений, ориентировка на «песочном листе»;
- развитие зрительно-моторной координации (сенсомоторных навыков), процесса классификации.

Методы песочной терапии специалистами смежных специальностей могут применяться:

- с целью диагностики;
- с целью оказания первичной психологической помощи;
- в процессе краткосрочной психотерапии;
- в процессе долгосрочного психотерапевтического воздействия.

В своей практике при работе с детьми с нарушениями зрения, использую песочницу классической прямоугольной формы определенных размеров и глубины, рассчитанную на одного человека.

Терапия носит индивидуальный характер. Определяется особенностями конкретного ребенка, специфическими задачами работы и ее продолжительностью. Интеллектуальная норма от 15-до 30 минут, в зависимости от возраста ребенка. Динамика эмоционального состояния: от возбуждения к торможению, к чувству покоя, иногда усталости.

Изотерапия: широко используется в психокоррекционной практике, решая коррекционно-профилактические задачи. Дает положительные результаты при работе с детьми с нарушениями зрения, поддержкой психического развития.

Активно используются следующие приемы изотерапии (работа с красками, карандашами и природным материалом). Наиболее распространенные приемы изотерапии, используемые на арт-занятиях.

Марания. В буквальном понимании «марать» – значит «пачкать, грязнить». В условиях арт-терапии, речь идет о спонтанных рисунках дошкольников, выполненных в абстрактной манере. При помощи мараний можно рисовать страхи, гнев, в дальнейшем преобразовывать их во что-то позитивное.

Рисование пальцами – это разрешенная игра с грязью, в процессе которой деструктивные импульсы и действия выражаются в социально приемлемой форме.

Рисование сухими листьями (сыпучими материалами и продуктами). С помощью листьев и клея ПВА можно создавать изображения. На лист бумаги клеем наносится рисунок. Затем сухие листья растираются между ладонями на мелкие частички и рассыпаются над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Изображение получается «лохматым», пушистым, но при этом эффективным и привлекательным. Так же можно создавать изображения с помощью мелких сыпучих материалов. Описанная техника создания изображений подходит детям с выраженной моторной неловкостью, негативизмом, зажатостью, способствует процессу адаптации в новом пространстве, дарит чувство успешности.

Рисование предметами окружающего пространства: на моем опыте дети рисовали мятой бумагой, резиновыми игрушками, палочками. Целенаправленное раскачивание двигательных стереотипов

создает почву для общего укрепления эмоциональной сферы, повышения настроения, адаптационных возможностей.

Монотипия: базовая графическая техника. На занятиях по арт-терапии используется достаточно большое количество модификаций данного приема.

Структура группового арт-терапевтического занятия:

- Ритуал приветствия.
- Настрой, разогрев.
- Основное содержание.
- Любование детскими работами, нахождение образов, обозначение их ценности.
- Итог занятия (ритуал окончания занятия).
- Как отслеживать изменения состояния ребенка:
 - наблюдение за поведением и аффективными реакциями ребенка.
 - анализ продуктов детского творчества, задания-«маркеры».
 - психодиагностические методики и тесты (рисуночные проективные методики
 - «Несуществующее животное» М.З. Дукаревича,
 - «Дом-дерево-человек» Дж. Бука,
 - «Рисунок семьи» Т. Хоментausкаса,
 - «Мандала» (адаптированный вариант для детей) Дж. Келлогг,
 - «Эмоциональные лица» М.М. Семаго,
 - Цветовой тест отношений А.М. Эткинда
- диагностическое использование песочницы [1].

В современном мире, все большую ценность приобретает умение креативно мыслить, находить неожиданные решения. Использование арт-технологий – универсального метода, который позволяет решить комплекс задач в работе педагога-психолога ОО, а также специалистов смежных специальностей.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Мардер Л. Цветной мир. Групповая арт-терапевтическая работа с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: Генезис, 2007 – 143 с.
2. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб.: Речь, 2008. – 256 с.

3. Копытин А.И. Практикум по арт-терапии. – СПб.: Питер, 2001. – 448 с.
4. Копытин А.И. «Теория и практика арт-терапии», СПб.: Питер, 2002. – 368 с.
5. В гостях у песочной феи Кузуб, Э. Осипук. //Школьный психолог: газета издательского дома «Первое сентября». – 2006. – N 6. – С. 18–25.
6. Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. СПб: Речь, 2008. – 176 с.
7. Элькин В.М. Релаксационная музыка для детей. – СПб.: «Иматон», 2009.

АРТ-ТЕРАПИЯ С ЗАИКАЮЩИМИСЯ ДОШКОЛЬНИКАМИ

Спиридонова Т.С.,

педагог-психолог

*МАДОУ «Детский сад № 77 «Зоренька»,
г. Северодвинск, Архангельская область*

Арт-терапия представляет собой комплекс психотерапевтических методов и приемов, ключевой особенностью которых является активное задействование искусства. Создавая свое произведение искусства, ребенок не только помогает внимательному взрослому понять свои проблемы, но и таким образом сам решает их. Впервые методика «лечения искусством» была применена в США после Второй Мировой войны для помощи детям – узникам концлагерей.

С тех пор подобный вид психотерапии стал активно использоваться в работе психологов с детьми и школьного, и дошкольного возраста.

Как отмечают специалисты, наиболее часто заикание возникает у детей в возрасте от 2 до 5 лет и совпадает с периодом активного развития фразовой речи. Речь в этот период является наиболее уязвимой и ранимой областью высшей нервной деятельности ребенка [1]. Многие исследователи приходят к выводу о необходимости комплексного всестороннего лечения этого дефекта речи, которое предусматривает логопедические упражнения, лекарственную терапию, а также целенаправленное психотерапевтическое воздействие на ребенка, помогающее ему адаптироваться к условиям социальной среды. Поэтому в свою работу с заикающимися детьми включаю занятия арт-терапией. Ценность данного вида психотерапии не только в ее положительном влиянии на психику заикающегося ребенка, но и в том, что она позволяет минимально задействовать речь дошкольника: арт-терапия является средством преимущественно невербального общения [2].

Именно невербальные средства – единственная возможность для выражения и прояснения сильных переживаний и убеждений. Наиболее предпочтительными видами арт-терапии в нашей работе с заикающимися детьми являются изотерапия и песочная терапия.

Привлекательной для детей является работа с мандалами. Мандала – это циркулярное замкнутое изображение с равноудалёнными от центральной точки элементами. Современная психология трактует круглый символ как отражение внутреннего мира человека. Целостный и завершённый символ позволяет выявить дисгармонию

мягкими методами, сбалансировать состояние и проявления человека. Существует два варианта мандалотерапии:

- активная – пациент самостоятельно создает мандалу из имеющихся материалов или заполняет изображением (цветом) пустой круг на бумаге;
- пассивная – клиент получает готовое центрическое изображение и раскрашивает его [4].

Как показывает наш опыт, дети выбирают готовый вариант мандалы из имеющихся шаблонов детских мандал. После раскрашивания мандалы ребенку предлагается закрыть глаза, открыть их, посмотреть на свое изображение еще раз и решить, хочется ли еще что-то в нем дорисовать, изменить. Затем ребенок дает название своей работе и уносит ее домой. Родителям ребенка предлагается закрепить данное изображение на стене так, чтобы он мог почаще видеть свое творение.

Не менее интересным для ребят и эффективным средством коррекции эмоционального состояния ребенка является рисование на какую-либо тему. В своей деятельности использую в качестве основы для тематических заданий творческие тетради различных авторов, например, Авдеевой Ю.В., Лебеденко Е.Н., Девиной И.А., Маштаковой И.В. и др. Темы для рисования могут быть различными, например, автопортрет, моя любимая игрушка, мое настроение, моя семья, дерево и пр. Задания в данных тетрадях позволяют ребенку лучше осознать свои переживания, выплеснуть их на бумагу и трансформировать. Также как и в работе с мандалой, по окончании создания рисунка ребенок решает, нужны ли изменения или дополнения в нем. Если рисунок вызвал негативные эмоции, его можно уничтожить и перерисовать (всегда есть копия заготовки для рисунка), предварительно выплеснув негатив на отдельном листе бумаги в виде спонтанных штрихов, каракуль.

Также хорошо себя зарекомендовала песочная терапия с дошкольниками. Кинетический песок – очень интересный материал: мягкий, струящийся, может как держать свою форму, так и медленно терять ее. В процессе совместной деятельности с детьми практикуется свободная игра с песком и мелкими игрушками, а также создание различных композиций на разные темы. В последнем случае детям предлагаются формочки, помогающие создать хорошо держащие форму фигурки. Свободная игра с игрушками предполагает, что выбор темы и игрушек ребенок осуществляет сам, а также самостоя-

тельно вносит изменения в свою деятельность и придумывает название своей композиции. Игра заканчивается, когда ребенок почувствует, что пресытился ею.

Захватывающим для многих ребят является песочное рисование на световом столе, или песочная анимация. Такой вид арт-терапии появился сравнительно недавно и уже стал популярным среди специалистов, работающих с детьми. При рисовании песком не возникают барьеры как при обычном рисовании на бумаге, ведь песок очень пластичен и нарисованные сюжеты можно легко изменить, скорректировать. Рисование песком часто проводится под музыку, а световые столы излучают не только свет, но и мягкое тепло. Все это позволяет задействовать зрительную, слуховую и тактильную сенсорные системы ребенка, что положительно влияет на его общее психофизическое состояние [3].

В отличие от работы с кинетическим песком, песочное рисование предполагает предварительное обучение различным приемам изображения. Само рисование может быть как сюжетным, так и абстрактным, например, проведение различных линий, нанесение штрихов, рисование геометрических фигур в соответствии со своим настроением под тихую, приятную музыку.

Анализ поведения дошкольников показал, что арт-терапия при коррекции заикания эффективно влияет на общее психоэмоциональное состояние детей:

- создает положительный эмоциональный настрой;
- позволяет обратиться к тем реальным проблемам или фантазиям, которые затруднительно обсуждать вербально;
- способствует творческому самовыражению, развитию воображения;
- позволяет проработать мысли и эмоции, которые ребенок привык подавлять;
- повышает адаптационные способности ребенка к повседневной жизни;
- снижает негативные эмоциональные состояния и их проявления.

Занятия арт-терапией проводятся 1 раз в неделю по 20–25 минут, и дети всегда ждут их с нетерпением. Наблюдения специалиста и отзывы родителей показывают, что подобная психотерапевтическая деятельность положительно сказывается на состоянии речи дошкольников.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Поварова И.В. Коррекция заикания в играх и тренингах. 2-е издание. – СПб.: Питер, 2004. – 352 с.
2. Практикум по арт-терапии под редакцией А.И.Копытина.– СПб.: Питер, 2000. – 448 с.
3. Сидорова В.Н. Песочное рисование с использованием метода «Sand-Art». – Пермь, ГКУ ПК СОН ЦПД, 2016.- 26 с.
4. Мандалотерапия: польза, отзывы, методики, игры // <https://naturopiya.com/art-terapiya/vidy-i-metody/uvlekatelnaya-mandaloterapiya-metod-art-terapiya.html>.

ИМАГОТЕРАПИЯ КАК МЕТОД КОРРЕКЦИИ ДЕТСКИХ СТРАХОВ

*Случаева М.А.,
педагог-психолог
МАДОУ «Детский сад № 77 «Зоренька»,
г. Северодвинск, Архангельская область*

Проблема детских страхов волнует не одно поколение родителей. Особенно актуальной она стала в последнее время, что, по-видимому, связано со значительным ускорением динамики жизни в нашей стране в конце прошлого тысячелетия и экономической нестабильностью, вызвавшей увеличение количества неврозов у взрослого населения страны. Современная практическая психология предлагает различные решения проблемы преодоления страхов, при этом психотерапия (в широком смысле) рассматривается как наиболее адекватное и приемлемое средство. Существуют различные виды терапии, которые используются в практической работе со страхами, это игровая и арт-терапия. Эти виды терапии наиболее актуальны для дошкольного возраста, так как в рассматриваемом нами дошкольном возрасте «ведущим видом деятельности является игра». По мнению известного психолога С.Л. Рубинштейна «в игре, как в фокусе, собираются, в ней проявляются и через неё формируются все стороны психической жизни ребёнка». На сегодняшний день наблюдается комплексное использование различных психокоррекционных методик, среди которых важное место занимает имаготерапия. Этот метод получил широкое распространение. Анализ психолого-педагогической литературы (Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Игумнова Т.Т. и др.) продемонстрировал, что коррекция нарушений средствами имаготерапии доказывает ее большой терапевтический и коррекционный эффект в работе с детьми дошкольного возраста.

Имаготерапия – это разновидность психотерапии, при которой главным средством достижения терапевтического эффекта является развитие и обогащение личности ребенка путём активизации творческой активности. Термин «имаготерапия» был введен в 1966 году И.Е. Вольпертом и представлял собой психотерапевтический метод тренировки в воспроизведении определенного комплекса характерных образов с лечебной целью. Имаготерапия – (от лат. imago – образ) занимает особое место среди видов арт-терапии. Ее основой является театрализация психотерапевтического процесса. Используется

при нарушениях поведения, страхах, нарушении коммуникативной сферы.

В процессе имаготерапии используются следующие технические приёмы:

- ✓ драматизация народной сказки;
- ✓ театрализация рассказа;
- ✓ участие ребенка в воспроизведении фрагментов сказочных произведений;
- ✓ выступление в спектакле.

Технология проведения: персонажем разыгрывается в лицах в «режиссерской игре» история, связанная с травмирующей ребенка ситуацией;

- ✓ Инсценирование рассказа должно захватить ребенка, вызывать в нем яркие положительные эмоции;
- ✓ Сюжет строится по «нарастающей», заканчивается бурными эмоциональными реакциями (смех, плач), снятием напряжения.

Задачи имаготерапии

- ✓ укрепление и обогащение эмоциональных ресурсов и коммуникативных возможностей;
- ✓ воспитание способности адекватно реагировать на возникновение неблагоприятных ситуаций, а также способность выполнять роль, соответствующую течению событий;
- ✓ развитие способности к творческому воспроизведению специально показанного «лечебного» образа;
- ✓ воспитание волевых качеств, способностей к саморегуляции.

Имаготерапия выполняет регуляторную, коммуникативно-рефлективную функции. Главная цель использования – не публичное выступление детей перед зрителями как завершающая форма работы, а углубление и фиксация психотерапевтического эффекта.

Индивидуальная имаготерапия – это использование пересказа прозаического произведения; переход рассказа в заранее запланированный психологом диалог, который по своему содержанию может отражать и развивать изложенную ситуацию.

Групповая имаготерапия – это драматизация народной либо авторской сказки, в процессе которой ребёнок реализует «лечебный» образ персонажа, театрализацию специально составленного рассказа.

Имаготерапия насчитывает множество методов, подходов, упражнений. Каждый из них можно рассматривать как отдельную методику, но в аспекте имаго каждый метод работает именно с образами.

Для лечения страхов особенно хороши следующие виды имаготерапии:

1. Куклотерапия. Используется в работе с детьми и основана на перевоплощении ребенка в образ любимого героя (сказки, мультфильма, игрушки).

Основа метода – отождествления себя (клиента) с выбранным героем (куклой). Куклотерапия применяется к детям дошкольного и младшего школьного возраста. Заранее зная, как поступит герой, малыш перестает бояться и переключается с эмоции боязни на чувство ответственности за свои действия. Следует сказать, что в данном случае выбранный образ обязательно должен быть положительным, то есть ребенку желательно представить себя в своем лучшем проявлении. При этом не стоит привязываться к конкретному герою из сказки. Образ вполне может быть собирательным или рожденным фантазией ребенка. После того как образ создан начинается терапевтический процесс. Обычно это кукольный спектакль. Во время сеанса ребенок испытывает эмоциональное напряжение, как бы снова проходит через травмирующую ситуацию. Если сеанс проведен правильно, то на этапе развязки клиент чувствует облегчение. Важное условие – у истории всегда должен быть счастливый конец.

2. Образно-ролевая драмтерапия. Реконструкция поведенческой реакции при разыгрывании специально подобранного сюжета.

3. Психодрама. Цель психолога – дать раскрыться ребенку, лишь немного направляя его к результату. Психодрама позволяет малышу сыграть не готовую заранее роль, а импровизировать под руководством педагога. Каждый из детей выбирает образ определенного героя и проигрывает в его качестве различные сценарии. Участники могут меняться ролями или менять роли и образы по ходу занятий. Можно сказать, что психодрама – это основное направление в методе имаго. Здесь возможны самые разные варианты пантомима, комедия, драма, хореографические постановки. Суть в том, что актерская игра помогает прочувствовать и пережить все эмоции героя. В то время как психология помогает понять и скорректировать те или иные состояния. В аспекте имаго исцеление театром – это рождение

позитивного образа себя и проигрывание сюжетов именно в этом состоянии..

4. Либропсихотерапия. Лечение через книгу (специально подобранные произведения).

Специалист подбирает рассказ, отражающий проблему малыша с хорошей концовкой. Выразительное чтение позволяет малышу как можно быстрее вжиться в роль героя.

5. Сказкотерапия. Психокоррекция средствами сказки – основана на притягательности для детей сказки как вида произведения, позволяющего мечтать, фантазировать. Дети дошкольного возраста, благодаря особенностям своей эмоционально-волевой сферы, являются наиболее восприимчивой категорией к жанру сказки, и соответственно основным объектом сказкотерапии. Сказкотерапия может быть использована по отношению к любому нормально развивающемуся ребенку дошкольного возраста. При этом данный вид терапии также создает условия для работы с детьми, имеющими особенности в психофизическом и эмоционально-волевом развитии.

Сказкотерапия – основана на притягательности для детей сказки как вида произведения, позволяющего мечтать, фантазировать. Данная методика, как и предыдущие, основана на ассоциации ребенка с определенным сказочным героем. На начальном этапе психолог проводит множественные параллели между героем и ребенком. Можно задать вопрос – каким бы ты был, если бы был Иваном царевичем, Змеем Горынычем и т. д.? В таком контексте знакомые герои приобретают совершенно новые качества. И это основа сказкотерапии в аспекте имаго. Далее, идет работа со сказкой и с участием выбранного героя. Психолог может читать или рассказывать сказку, при этом ребенок придумывает продолжение, где события могут идти в привычном русле, а могут развиваться по-другому. Иногда психолог предлагает ребенку самому придумать историю с участием героя, инсценировать или нарисовать ее. Главное для психолога – это смоделировать сюжет, так чтобы он затрагивал болезненную для ребенка ситуацию. Сказка, в которой добро побеждает, больной становится здоровым, бедный богатым, а слабый сильным, дает детям чувство защищенности.

Имаготерапия способствует развитию многих компонентов личности: обогащает эмоциональную сферу, развивает способность общаться, развивает способности максимально адекватно реагировать на возникновение в жизни неблагоприятных ситуаций, способность

исполнять роль, соответствующую течению событий. Развивает волевые качества. Занятия театрализованной деятельностью дают положительную динамику в качественном развитии воображения, формировании его творческого компонента. Обеспечивают становление знаково-символической функции мышления, произвольного внимания, коррекции психоэмоционального состояния.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Глухова, А. Е. Арттерапия в системе коррекционной помощи детям» Молодой ученый № 17 (76), 2014. – С.467–473.
2. Гребенщикова Л.Г. Основы куклотерапии: галерея кукол. – СПб.: Речь, 2007. – 80 с.
3. Карвасарский Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия. – СПб.: Питер, 2006. – 944 с.
4. Кулинцова И.Е. Коррекция детских страхов с помощью сказок. – М.: Сфера, 2008. – 169 с.
5. Осипова А.А. Общая психокоррекция. Учебное пособие – М.: Сфера, 2002. – 510 с.
6. Сизикова И. Детские страхи. М.: Институт общегуманитарных исследований, 2016. – 80 с.
7. Зубанова С. Г., Зубкова А. С. Детские страхи. – Ярославль: Академия развития,, 2013. – 128 с.

ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА С ДОШКОЛЬНИКАМИ 5–7 ЛЕТ ПО СНИЖЕНИЮ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО НАПРЯЖЕНИЯ

Удальцова О.И.,

педагог-психолог

МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №56 «Тусок»,

г. Архангельск

В настоящее время живущий в большом городе человек зачастую сталкивается с труднопреодолеваемыми проблемами алекситимии и аддикции, связанными с неудовлетворенной потребностью выражения своего эмоционального состояния. Алекситимия означает невозможность выражения душевного состояния словами, термин ввел психиатр П. Сифнеос в 1972 г. [2, с.70]. Страх внешнего проявления эмоций ведет их подавление, что ведет к психосоматическим заболеваниям, развитию депрессии, тревожности, скрытой агрессии, встречающимся сегодня повсеместно. Аддикция связана с возникновением у человека зависимости к какому-либо предмету, явлению, нужному человеку для получения положительных переживаний, подкрепления самооценки и избавления от необходимости заботиться о себе [2, с.71].

Страдания современного человека могут быть значительно ослаблены или изжиты профилактикой, с дошкольного детства, когда мы разрешаем иметь место и даем выход самым разнообразным эмоциям, сводящимся к злости, страху, грусти, радости и любви. Как сделать это социально безопасно? В процессе занятий-встреч с ребятами с элементами арт- и игро-терапии. Игра и различные виды творчества, которые мы применяем на наших занятиях – это канал, позволяющий дать выход эмоциям и наполнить удовлетворением.

Так, цель занятий – снижение психоэмоционального напряжения дошкольников 6–7 лет.

Задачи:

1. Создание доверительной атмосферы.
2. Создание условий для выхода и обмена эмоциями.
3. Позитивизация образа Я.
4. Знакомство с основными эмоциями (страх, радость, злость, грусть, любовь).

В качестве основы для подбора элементов арт-терапии мы использовали Рабочую дополнительную образовательную программу «Разноцветный мир» Селивановой О.Ю., педагога-психолога МБУ Центра «Леда» [3], в сочетании с собственными наработками в сфере игро-терапии и телесноориентированных приемов для работы с эмоциями.

Занятия-встречи имеют гибкое содержание (психолог может изменять выбор игры, наблюдая за состоянием детей, своим состоянием), однако постоянной является структура: приветствие помогает обратить внимание на своё дыхание, физическое состояние, а также создать общий эмоциональный настрой, приветствие оканчивается введением темы-эмоции, вокруг которой будут строиться игры и арт-техники, или же темой-путешествием. В основной части всегда присутствуют игры, чтобы дети могли непосредственно проявлять различные эмоции, тренироваться в самоконтроле для соблюдения правил, психолог обращает внимание детей на их состояния в процессе игр. Зачастую возникают конфликты, что играет на руку психологу, так как негативные эмоции тоже являются темами для работы.

Так, например, в одну из встреч в гости приходила Злость. Не все хотели ее принимать, двое ребят кричали и ругались друг на друга (один нарушил правило игры в приветствии, а другой ругал его). Психолог спросил ребят «Кто же пришел к вам в гости? Какое настроение?». Сначала крикуны, естественно, не хотели успокаиваться и отвечать. И психолог предложил им хороший способ «драки»: набить подушку. Ребята принялись ее наколачивать, ругать. Наблюдавшие с неодобрением смотрели на ребят, говорили, что так делать нельзя. Трудно признать, что временами мы действительно злимся, ведь это строго-настроено запрещается. Психолог подначивал ребят «и это сильно бить? Давай еще сильнее!». Так, ребята неизбежно выдохлись. А вместе с ними выдохлась и Злость. Психолог констатировал, что приходила Злость, она приходит, когда задевают что-то ценное для нас. Психолог пригласил ребят сесть в круг для беседы и спросил, когда ребенок может злиться?... Рисовали свою Злость в технике оттисков, на большом формате А3 (ведь для выхода Злости нужен размах!), стирали гуашь с планшетов и снова рисовали... Трудно контролировать Злость, но помогло заклинание !Тух-тиби-дух!, музыка, спокойное дыхание. Родителям психолог описал в посте в сообществе стычку между ребятами, предложил: «Спросите у ребят, когда они злятся. Расскажите, когда злитесь вы сами. Учитесь вместе

использовать свою Злость во благо. В помощь упражнение «Тух-тибидух!» [1]

Оканчивается занятие возвращением детей в спокойное состояние, с помощью кинезиологических упражнений и традиционным поклоном по-китайски, когда руки сложены молитвенно и гармонизируется активность левого и правого полушарий головного мозга. При поклоне нужно задеть головой голову соседа. Это бывает очень весело и все конфликты кажутся уже совсем не такими большими после такого прощания.

О результатах работы мы можем судить по педагогическому наблюдению за детьми, а также анкетам для родителей, результатам цветового теста М. Люшера. Данные методики показывают снижение психоэмоционального напряжения детей, что проявляется в развитии творческой активности детей, раскрепощении в общении со сверстниками, снижении агрессивных проявлений.

Считаем, что возможности арт-технологий в работе специалистов помогающих профессий широки настолько, насколько позволяет квалификация и творческая жилка специалиста. В работе с дошкольниками для себя мы видим в перспективе целенаправленную работу по развитию эмоционального интеллекта детей, что имеет высокую актуальность сегодня, ведь принятие и понимание своих эмоций – ключ к эмоциональному благополучию человека, ключ к его созидательным способностям, которые становятся особенно ценными в наше время.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Лютова-Робертс Е., Моница Г. Игры для задиристых детей. – Серия развивающих карточек «Речь о детях», 2011. – 238 с.
2. Петрушин И.В. Психология и педагогика художественного творчества: Учебное пособие для вузов. – М.: Академический Проект, Гаудеамус, 2006. – 490 с.
3. Рабочая дополнительная образовательная программа «Разноцветный мир» Селивановой О.Ю., г. Архангельск, 2016.

РИСОВАНИЕ НА СВЕТОВОМ СТОЛЕ – КАК МЕТОД СТАБИЛИЗАЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ РЕБЕНКА

Шараухова М.А.,
педагог-психолог

*БУ СО ВО «Кадниковский центр помощи детям,
оставшимся без попечения родителей»
г. Кадников, Вологодская область*

Песок – это удивительный материал. Он притягивает к себе сразу, особенно детей. Мы погружаем руки в песок, и нас охватывают удивительные ощущения. Он приятный на ощупь, он податливый, из него можно перестраивать свой неповторимый мир до полного принятия и гармонии. Погружаясь в это почти медитативное состояние, человек освобождается от внутренней суеты, тревоги, достигает состояния внутреннего равновесия. Создавая песочную композицию, человек выносит на поверхность песка свой внутренний мир, то, что актуально для него в данный момент. И теперь, когда его мир становится видимым, человек может осознать, понять, начать искать выход.

Рисование на световом песочном столе – один из самых удивительных и прекрасных видов арттерапии. Образы, созданные на песке, являются отражением бессознательного ребенка. Они – как сны, но их еще и можно пощупать. С их помощью мы выводим наружу переживания, внутренние проблемы, конфликты ребенка. Рисование на песке это самый естественный способ как ребенок может выразить свои переживания, исследовать окружающее, выстраивать отношения. Малыш играет в то, что у него «болит». Отыгравая свои эмоции, ребенок каждый раз сам себя «лечит». Он становится раскованным, веселым и воодушевленным: он создает собственный мир, и делать это ему бесконечно приятно. Любой человек испытывает в течение жизни различные эмоции, а ребенок – тем более. Он сталкивается с разными ситуациями впервые, его жизненный опыт еще мал, эмоции неустойчивы. Рисование на песке – самый органичный способ выразить свои переживания, исследовать мир, выстроить отношения. Рисуя на песке ситуации из жизни, дети учатся общаться, дружить, решать конфликты, справляться с трудностями. Опыт, полученный в песочнице, переносится в реальную жизнь [2].

Поступление в детский дом – серьезное испытание для большинства детей. Каждый ребенок, попадая в учреждение, переживает

довольно сложный период адаптации. Приспособление к новым условиям требует разрушения некоторых сложившихся ранее связей и быстрого образования новых. Ребенок может быть заторможен или неуравновешен, гиперактивен, напряжен, замкнут, беспокоен, малообщителен, агрессивен. Познавательная активность, как правило, снижается или угасает совсем. Подобное поведение – это реакция на переживаемый стресс. В данном случае ребенку необходимо помочь, оказать эмоциональную поддержку. Эту проблему можно решить средствами арттерапии, в частности, рисованием на световом песочном столе. Через песок можно наладить с ребенком контакт, подарить ему веру в себя и показать ребенку, что взрослый способен быть помощником.

Если рассматривать рисование на световом песочном столе как заботу об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, то в период детства она наиболее уместна. Забота о ребенке, поддержка позитивного эмоционального фона ребенка выходит на первый план. Рисование на песке вполне соответствует концепции сопровождения ребенка в учреждении, а потому она «вписывается» в систему работы с детьми из неблагополучных семей.

Актуальность данного метода состоит в том, что ценность имеет не конечный результат творчества, а сам процесс, в котором оголяются внутренние переживания. В связи с этим возникла необходимость в использовании метода рисования на песке в центре помощи детям.

В учреждении БУ СО ВО «Кадниковский центр помощи детям, оставшимся без попечения родителей» реализуется проект «Волшебство на песке». Цель проекта: сохранение психологического здоровья детей посредством рисования на песочном столе. Основные задачи проекта: снижение психического напряжения, тревожности и страхов; формирование самоуверенности на основе спокойствия и стимуляции творческого потенциала; снижение агрессивности и раздражительности; расширение жизненного опыта, опыта поведения и реагирования в различных жизненных ситуациях; формирование способности в отреагировании чувств, эмоций; развитие мелкой моторики; развитие творческих способностей, воображения в процессе обращения к своим чувствам, ощущениям.

Целевая группа детей, которые посещают занятия по рисованию песком на световом столе: дети, оставшиеся без попечения родителей, от 7 до 18 лет.

На первичном этапе работы на световом песочном столе с детьми проводится диагностика эмоционально-волевой сферы, особенностей личности и поведения, особенностей познавательной сферы. Следующим этапом становится осуществление запланированных мероприятий.

Прежде чем начать занятия на песочном столе, детей нужно познакомить с песочным столом, рассказать правила рисования на столе, показать, как можно рисовать те или иные элементы:

- поскользнуть ладонями и их ребрами по поверхности песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения (как машинки, змейки, санки и др.); пройтись ладонями по уже проложенным трассам, оставляя на них свои следы;
- создать отпечатками ладоней, кулаков, костяшек кистей рук, ребрами ладоней всевозможные причудливые узоры на поверхности песка; пройтись по песку пальцами правой и левой рук поочередно (сначала только указательными, затем средними, безымянными, большими и, наконец, мизинцами).

Затем можно попросить ребенка нарисовать простые фигуры (квадратики, ромбики, кружочки), узоры; изобразить несложные предметы и явления (забор, листики, дождик, волны); написать буквы и пр. Психолог показывает детям, что на световом столе можно рисовать кулаком, ладонью, ребром большого пальца, щепотью, мизинцами. Интересные изображения получаются при одновременном использовании нескольких пальцев, если рисовать симметрично двумя руками. Детали изображения прорисовываются при отсечении лишнего или насыпанию песка из кулака.

Далее следует сказочная инструкция: психолог предлагает ребенку нарисовать на световом столе сказочную страну, а затем вместе с ним обсуждает:

- что это за страна;
- какие существа ее населяют; какой у них характер;
- что они умеют делать;
- откуда пришли в эту страну;
- в каких взаимоотношениях находятся между собой;
- всем ли существам хорошо в этом мире (этой стране), и если нет, то что можно сделать, чтобы им стало лучше; что можно изменить;
- какие события будут происходить в этой стране;

- что жители будут делать дальше;
- есть ли название у получившегося рисунка;
- что нравится или не нравится в рисунке, что хотелось бы изменить...

Если ребенок испытывает затруднения при составлении истории, рекомендуется использовать метод незаконченных предложений.

Некоторые дети ничего не желают менять в своей картине, это отражает состояние внутренней стабильности и комфорта. В случае, когда ребенок меняет картину, находит тех, кому плохо, он переживает внутренний конфликт, вызывающий тревогу, напряжение. В такой ситуации необходимо изменять картину до тех пор, пока травмирующая ситуация не исчерпает себя, то есть всем жителям будет хорошо [3].

На последующих занятиях детям даются различные задания, которые они выполняют (рисуют на песочном столе). Темы занятий могут быть самыми разнообразными: «Мое настроение, мои чувства», «Воробьиная семья», «Трусливые черепашки», «Печальный город», «Город зеркал», «Путешествие в сказку», «Птица счастья», «Дружба», «Солнечный мальчик», «Мое будущее» [1]. Очень важным после рисования на песке является обсуждение рисунка: необходимо «увидеть» ту проблему или тот посыл, который хотел донести ребенок. Так на песке могут появиться рисунки того, чего боится ребенок, о чем он переживает в данный момент, о чем мечтает. Дети с большим удовольствием рисуют на песке. После занятий у детей стабилизируется эмоциональное состояние; снижается психическое напряжение, тревожность и страхи уменьшаются, агрессивность и раздражительность снижается; улучшаются рефлексивные навыки.

Игра на световом столе – это словно сказка, в которой человек является волшебником или феей и может сам преобразовать текущую ситуацию, беспокоящую его, а приобретенный опыт построения перенести в свою реальную жизнь. Рисование на световом песочном столе служит как терапевтическим, так и прекрасным диагностическим методом для специалиста. Для детей – это простой, естественный способ рассказать о своих тревогах, страхах и других важных переживаниях, преодолеть эмоциональное напряжение.

Таким образом, ценность использования рисования на песочном столе состоит в том, ребенок при работе с песком приобретает бесценный опыт символического разрешения множества жизненных

ситуаций, освобождается от напряжения, этот метод позволяет экспериментировать с чувствами, исследовать и выражать их на символическом уровне, что не требует специальных навыков. Песочная терапия сегодня считается одним из наиболее мягких, но эффективных методов, используемых в работе психологами.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Занятия с детьми 3–7 лет по развитию эмоционально-коммуникативной и познавательной сфер средствами песочной терапии/авт.-сост. М.А. Федосеева. – Волгоград: Учитель, 2016. – 122 с.
2. Гениатулина И. Песочные сказки//Дошкольный психолог. – 2015. – №10. – С. 24–27.
3. Семенова. Н. С разрешения Песочной Феи // Дошкольный психолог. – 2011. – №11. – С. 29–31.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА АКВАТИПИИ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ И ГРУППОВОЙ РАБОТЕ ПСИХОЛОГА

Некрасова А.О.,

педагог-психолог

ГБСУ АО «Северодвинский СРЦН «Солнышко»,

г. Северодвинск, Архангельская область

Акватипия («аква» – «вода» и «типос» – «отпечаток») – это нетрадиционный метод рисования, основанный на отпечатывании краски на лист бумаги. Использовать метод акватипии могут педагоги художественных направлений, учителя младших классов, психологи, психотерапевты, социальные педагоги и т.д. Основное преимущество метода для специалистов помогающих профессий заключается в том, что с его помощью можно достичь широкого спектра целей, в зависимости от задачи, стоящей в каждой конкретной ситуации. Например, данный метод часто используют в художественных школах для развития креативности и творческого воображения.

Отметим, что для метода акватипии нет возрастных ограничений как таковых: использовать его можно в работе и с детьми, и со взрослыми.

Рассмотрим, в чём, собственно, заключается метод. Для проведения занятия с использованием акватипии специалисту понадобится лист из стекла или пластика, краски (лучше всего подойдёт акварель), бумага, вода. Так же можно подготовить различные украшения для готового рисунка, например, блёстки, наклейки, интересные пуговицы и так далее. Лист стекла или пластика вполне можно заменить обычным файлом для бумаг. Само выполнение рисунка достаточно просто: на файл, лист стекла или пластика наносятся цветные пятна в любом порядке и любом виде, которые затем нужно отпечатать на бумагу. После этого нужно внимательно посмотреть, что получилось на бумаге. При помощи обсуждения с психологом или используя только собственную фантазию, клиент должен постараться увидеть в отпечатках набросок полноценного изображения. Затем нужно дорисовать отпечатки до готовой картинке. Выполнение уже этой части работы имеет психотерапевтический эффект, так как помогает клиенту погрузиться в состояние релаксации и спокойствия. Для усиления этого эффекта можно включить медитативную музыку, предложить клиенту глубоко подышать, сосредоточившись на своём теле, перед началом рисования.

Но работа на этом не заканчивается. После того, как изображение будет готово, необходимо организовать обсуждение получившегося рисунка. Обсуждение может строиться разными способами. Рассмотрим один из вариантов обсуждения рисунка в индивидуальной работе. В процессе индивидуального занятия специалист может задавать вопросы и стимулировать размышления клиента на каждом этапе выполнения рисунка. Даже при выборе клиентом цвета для нанесения пятен на файл, можно поинтересоваться, с чем связан выбор именно этих цветов, с чем данные цвета ассоциируются у клиента и так далее. Важно избежать подсказок со стороны специалиста и дать клиенту возможность самому решить, что именно он изображает на своём рисунке. После того, как рисунок готов, специалист должен помочь клиенту увидеть скрытые в изображении смыслы. Каким образом это можно сделать? Здесь нам поможет несколько вопросов:

1. Что именно изображено на рисунке?
2. Какие чувства вызывает изображение?
3. С чем ассоциируется рисунок (можно привести больше одной ассоциации)? Какие события из жизни клиента он напоминает?
4. Что ещё клиент может добавить к рассказу о рисунке по своему желанию?

Однако, в зависимости от ответов на них, специалист может задавать дополнительные вопросы. В этом обсуждении важно проанализировать чувства и мысли клиента, вывести его на размышления о собственном эмоциональном состоянии, на рассказ о событиях своей жизни.

Это особенно необходимо в тех ситуациях, когда клиент с трудом формулирует свои переживания или полностью отказывается рассказывать что-либо психологу. Часто такое возникает при работе с подростками, которых привели родители и которым трудно сформулировать собственный запрос к психологу или например, при работе с маленькими детьми, которые в силу возрастных особенностей, не могут абстрактно рассказывать о своих трудностях. В этих случаях рисунок становится опорой, наглядным предметом, отталкиваясь от которого, психолог получает возможность выяснить необходимые для дальнейшей работы аспекты, о которых при прямых вопросах клиент, возможно, не смог бы сказать [1; 2].

Теперь обратимся к групповой работе. С одной стороны, процесс обсуждения и анализа рисунков здесь осложняется тем, что специалисту необходимо уделить внимание не одному, а нескольким участникам. С другой стороны, мы получаем новый инструмент работы – групповое обсуждение. Обсуждение каждого рисунка всеми участниками даёт возможность автору рисунка увидеть в нём то, что он не замечал сам. Это может быть очень действенным и эффективным инструментом, важно лишь учесть несколько моментов:

1. Без критики. Специалист должен предупредить участников, что критиковать рисунки друг друга нельзя ни в коем случае.

2. Обсуждаем рисунок, а не автора. Участники могут высказывать те чувства, которые вызывает у них рисунок, свои впечатления и ассоциации, но не могут предлагать автору своих прямых интерпретаций, давать ему советы в связи с его ситуаций или проводить прямые параллели между изображением на рисунке и жизнью автора. Эти параллели может провести сам автор при итоговом обсуждении, если отзывы участников натолкнули его на подобные мысли.

3. Правило «Стоп». Каждый участник имеет право остановить обсуждение своего рисунка или отказаться высказываться по поводу рисунка другого участника без объяснения причин.

4. Не обсуждаем художественные способности. Важно объяснить участникам, что сосредоточиться нужно на чувствах и ассоциациях, а не на том, насколько хорошо они рисуют. Занятие психолога – не художественная школа, поэтому совершенно не важно, грамотно ли с точки зрения академического рисунка будет выполнено изображение. Главная задача – понять, какие смыслы и послания несёт оно для своего автора.

Если чётко придерживаться соблюдения данных правил, групповое занятие с использованием метода акватипии позволит каждому участнику узнать что-то новое о самом себе, проанализировать своё эмоциональное состояние, увидеть, какие эмоции он вызывает у окружающих его людей и, возможно, сделать некоторые выводы о направлении дальнейшей работы с психологом.

Рассмотрим алгоритм группового занятия с использованием акватипии. Опять же, обращаю внимание, что этот алгоритм лишь примерный – таким образом провожу данные занятия я. Но каждый специалист может менять его по своему усмотрению, в зависимости от своих целей и задач, так как данный метод является творческим

и требует включения фантазии и интуиции не только у участников, но и у ведущего. Алгоритм состоит из следующих этапов:

1. Объяснение участникам сути предстоящего занятия.
2. Погружение в медитативное состояние при помощи музыки и релаксационных текстов (тексты могут быть разными в зависимости от возраста, гендерного состава и других характеристик группы).
3. Непосредственно выполнение рисунков.
4. Обсуждение. Пример обсуждения: один из участников, по желанию, демонстрирует группе свой рисунок и рассказывает о нём, опираясь на те вопросы, которые я привела выше (в части об индивидуальной работе). Затем остальные участники высказываются по поводу рисунка, учитывая правила обсуждения. Можно задавать вопросы, но опять же, только по рисунку, не касаясь личности автора. После этого автор рисунка подводит итоги: говорит, что нового для него открылось в процессе обсуждения, при желании проводит какие-то параллели со своей реальной жизнью, формулирует общие выводы. Затем ход переходит к другому участнику, который представляет уже свой рисунок.
5. Общие выводы от ведущего. На этом этапе стоит подчеркнуть вклад каждого в групповое взаимодействие, отметить особенно важные открытия, сделанные участниками [1; 2].

Как показывает наш опыт, групповые занятия с использованием акватипии всегда сопровождаются живыми эмоциями, искренними отзывами и интересными открытиями участников относительно своего психологического состояния и событий реальной жизни.

Арт-терапевтические занятия с использованием метода акватипии позволяют:

- во-первых, поэтапное создание рисунка из цветowych пятен, которые сначала наносятся даже не на лист бумаги, позволяет клиентам практически не задумываться о своих художественных способностях (при традиционном рисовании часто уверенность клиента в том, что он не умеет рисовать, препятствует проведению занятия);
- во-вторых, дорисовка изображения из цветowych пятен даёт возможность не продумывать рисунок заранее, что позволяет полнее проявиться бессознательному содержанию клиента. В-третьих, рисование на файле или листе стекла, пластика, даёт, по отзывам клиентов, максимальный релаксационный эффект.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Арт-терапия / Сост. и общая редакция А. И. Копытина. – СПб.: Питер, 2001 – 320 с.
2. Е. Тарарина «Шкатулка мастера. Практикум по арт-терапии». – СПб.: Вариант, 2017 – 150 с.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ ПРИ КОРРЕКЦИИ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ В ПРИЕМНЫХ СЕМЬЯХ

Богданова Н.И.,

психолог

*БУ СО ВО «Череповецкий центр помощи детям,
оставшимся без попечения родителей, «Наши дети»,
г. Череповец, Вологодская область*

Основной целью использования арт-терапевтических технологий в системе психологической помощи замещающим семьям является развитие, социализация ребенка, коррекция имеющихся в приемной семье проблем. Разные методики призваны определить особенности семейных связей, выявить соответствующие проблемы, помочь людям прийти к взаимопониманию, поспособствовать формированию открытых, доверительных взаимоотношений.

Арт-технологии – это способы решения задач или проблем с помощью искусства. Через пластичные (фотография, лепка, резьба), динамические (музыка, литература) и зрелищные (театр, цирк, хореография) виды искусства специалисты предупреждают проблемы и решают сложные задачи. В основе арт-технологий лежит процесс творчества [2; 7].

Одна из самых распространённых технологий рисование песком и на песке «sand-art» (арт-песок) – это искусство предполагает специально созданную песочную среду, специальные подносы для рисования песком, световые планшеты и столы. Рисование песком имеет значительный развивающий потенциал: в процессе создания песочных картин гармонично объединяются голова (разум), руки (тело) и сердце (душа), активируются мыслительные резервы, пробуждается детская любознательность, происходит концентрация внимания, проявляется увлечённость деятельностью, усидчивость, развивается воображение, а если рисунок коллективный, то и совершенствуются умения общаться, сотрудничать, планировать свои действия и согласовывать их с другими детьми [3].

Также осуществляется психотерапевтическое влияние песка на ребенка (песок способен «заземлять», забирать негативные эмоции и задерживать на себе негативную психическую энергию). Рисование песком выступает в качестве действенного средства развития эмоциональной сферы детей, гармонизации эмоциональных состояний

и профилактики эмоционального неблагополучия у детей. Безусловно, рисование песочных картин способствует художественно-творческому развитию ребенка: развитию эстетических чувств, изобразительно-творческих способностей, формированию графических умений и навыков, познанию способов отражения окружающего мира, выражения своих мыслей и чувств в графических образах [4].



Существует множество упражнений на световом столе: свободное рисование, тематическое рисование, с использованием дополнительного материала (игрушки, камешки и др.). В практике применимо упражнение «Семейная история», которое активно используется психологами. Взрослый и ребенок работали с деревянным ящиком, в котором насыпан песок.

Отдельно предоставлены миниатюрные стеклянные фигурки. С помощью такого подручного материала мама и дочка создали настоящую картину, продиктованную подсознанием. В процессе свободного рисования девочка нарисовала песочную картину, а потом по ней сочинила историю, которая отражала ее собственную жизнь. Это упражнение было полезно тем, что в результате работы раскрылись подсознательные и неосознанные переживания ребенка. При наблюдении за совместной деятельностью ребенка и родителя психолог обращает особое внимание на проявление дисфункциональных семейных паттернов, сплоченность и способности к адаптации членов семьи. Необходимо учитывать использование родителем тех или иных дисциплинарных ограничительных воздействий на ребенка, выражение положительных и отрицательных эмоций, способность получать удовлетворение от совместной деятельности.

Технология работы на прозрачных мольбертах имеет высокую эффективность и применимость на занятиях психолога. Она способствует достижению развивающих, коррекционных и терапевтических задач, в том числе с детьми с ограниченными возможностями здоровья. Это специальное пособие позволяет ребенку увидеть результат своей работы в сотрудничестве с взрослым. Терапевтические задания на прозрачном мольберте развивают коммуникативные навыки, за-

крепляют доброжелательные отношения друг к другу, раскрывают внутренние ресурсы. Из своего опыта могу рассказать об упражнении «Герб семьи», целью упражнения является поиск ресурсов, как у взрослого, так и у ребенка. Мама и ребенок изображают свой герб семьи на прозрачном мольберте. Потом идет обсуждение.

Коллажирование ещё одна арт-технология, используемая в практике психолога. Суть технологии заключается в создании коллажа на листе ватмана. Коллажирование, как и любая визуальная техника, дает возможность раскрыть потенциальные возможности человека, предполагает большую степень свободы, является безболезненным методом работы с личностью, опирается на положительные эмоциональные переживания, связанные с процессом творчества. Кроме того, при изготовлении коллажа не возникает напряжения, связанного с отсутствием у участников художественных способностей, эта техника позволяет каждому получить успешный результат. Темы для обсуждения могут быть абсолютно разными. По итогу работы происходит обсуждение «В чем была трудность? Нравится ли результат?»

Не менее популярной арт-технологией является арт-лепка, основанная на психотерапевтическом методе гипнотерапии или пластилинотерапии. Пластилинотерапия – это эффективный способ коррекции, реабилитации, мягкий и глубокий терапевтический метод работы со своими чувствами [1].

Неуверенные дети, занимаясь лепкой, снимают напряжение, учатся контролировать ситуацию. В подтверждение своего примера расскажу про случай из практики. Приемная мама обратилась за помощью к психологу с просьбой оказать помощь. Девочка с ограниченной возможностью здоровья по зрению в возрасте десяти



лет. Обладает следующими качествами как неуверенность, стеснительность, испытывает трудности в выполнении домашних заданий. На основании обозначенных проблем происходит планирование работы и разбивка её на этапы. Первым и самым важным этапом является первичная консультация – знакомство с родителем, выяснение

причины обращения, знакомство с ребенком, установление контакта. Вторым этапом в работе психолога выступает диагностика психоэмоционального состояния и личностных особенностей ребенка, диагностика ресурсов и рисков в воспитании ребенка. На этом этапе используются такие методики как методика «Лесенка», направленная на наблюдение повышенной тревожности, трудностей коммуникации, рисуночная методика «Моя семья», позволяющая дать анализ рисунка, охарактеризовать ситуацию семьи глазами ребенка, методика «Анализ семейных взаимоотношений» [5]. Как показали указанные методики, девочка включена в систему семейных отношений. Между членами семьи имеют место ровные отношения, девочка идентифицирует себя с мамой, авторитетным и значимым лицом также является мама. Ребенок в центре внимания мамы, которая отдает ему много сил и времени, однако, в то же время, лишает его самостоятельности, ставя многочисленные ограничения и запреты. Верная интерпретация результатов половина дела в диагностике психоэмоционального состояния личностных особенностей личности.

На основании использованных методик удалось выявить нарушение детско-родительских отношений – доминирующая гиперпротекция. Доминирующая гиперпротекция – это чрезмерная опека, мелочный контроль каждого шага. Этот тип воспитания представляет собой сочетание высоких требований к ребенку с пониженным вниманием к его потребностям. В этом случае родители питают большие надежды в отношении будущего своего ребенка. Гиперпротекция не дает ребенку возможность стать автономным, принимать собственные решения, не приучает к самостоятельности [6]. «Слабое место» у приемной мамы – повышенная неуверенность, боязнь потерять ребенка, тесная связь с ребенком (в разговорах часто присутствует выражение «Мы»). Консультация по результатам диагностического обследования – познакомила с полученными результатами обследования ребенка, обозначила выявленные проблемы, позволила обсудить с родителем семейную ситуацию и ее влияние на ребенка. Третьим этапом в работе является заключение устного договора на активную работу, а именно своевременное выполнение заданий, выполнение рекомендаций психолога. На совместных занятиях в технике арт-лепки «Граница отношений» одно из самых востребованных психологом упражнений. Мама и дочь лепят из пластилина по две фигурки, маму и дочь. Устанавливают их на листе бумаги А4. Дальше происходит обсуждение. «Как слепленные вами фигурки

характеризуют вас? Какой цвет у фигурок? Форма и размер? На каком расстоянии находятся фигурки?». Во время обсуждения важно понимать, почему фигурки расположены близко, далеко или максимально близко? Что вы можете рассказать о ваших границах? Что вы можете сказать о границах другого? Что вам нравится в этой «картинке»? Что защищают обе границы, какие они? Кто чаще нарушает права другого? Какая граница более гибкая, т.е. кто чаще соглашается? Кто выставляет требования? Как будет выглядеть ваша работа, когда фигуркам комфортно? Слепите желаемый образ прямо сейчас. На что вам важно обратить внимание в отношениях прямо сейчас? В данном упражнении происходит живая, активная, непрерывная совместная работа мамы и ребенка. Конкретно в этом случае в ходе обсуждения мама наглядно увидела и осознала, что иногда не учитывает особенности психического развития, в большинстве случаев не передает ответственность самому ребенку.

Приоритетными направлениями работы в рамках социального-психологического сопровождения приемной семьи на протяжении всего взаимодействия является гармонизация детско-родительских отношений, формирование эмоционального интеллекта у ребенка и взрослого (умение различать эмоции, «разрешение» на чувства и эмоции, знакомство со способами саморегуляции), работа с родительскими установками (сохранение позитивных родительских установок, коррекция негативных родительских установок), помощь в процессах самопознания у приемного ребенка (связь прошлого, настоящего и будущего), принятии прошлого. На совместных занятиях в рамках перечисленных направлений использовались различные варианты арт-технологий: арт-лепка, рисование на прозрачном мольберте, песочные столы, кинетический песок, создание коллажа.

Применение на занятиях различных арт-технологий способствовало осознанию родителем новой ситуации, повышению уверенности в себе как у мамы, так и у ребенка. Мама с другой стороны посмотрела на своё поведение, выявила ошибки в воспитании – излишнюю гиперопеку. Совместно с мамой разработали рекомендации по развитию самостоятельности дочери, формированию адекватной самооценки ребенка. Арт-занятие часто идет по алгоритму «Что будет, если?»

Поэтому на нем можно вести живой диалог, помогать друг другу, рассуждать, слушать свой внутренний голос и самовыражаться. Стоит отметить положительную эффективную результативность проведенных занятий. О чем свидетельствует и само поведение членов

семьи, их чувства, отношение друг к другу. Девочка стала более уверенная в себе, может рассказать о событиях из своей жизни, приемная мама вышла из симбиоза «Мы», упоминает ребенка как самостоятельную личность.

Таким образом, использование арт-технологий при коррекции детско-родительских отношений в приемных семьях даёт возможность психологу расширить и углубить уровень познавательной активности, пробудить в приемных родителях и детях стремление к углубленному анализу трудной жизненной ситуации, развивать творческие способности. В настоящее время арт-технологии в деятельности психолога без преувеличения являются технологиями повышающими качество психологического сопровождения в условиях учреждения социального обслуживания для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. – СПб: Питер, 2002. – 366 с.
2. Петрова Т.В. Арт-терапия в образовательном процессе. ,2018.
3. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы. – СПб: Питер, 2018. – 160 с.
4. Диагностика и развитие творческих способностей ребенка средствами изобразительного искусства
[//https://infourok.ru/diagnostika-i-razvitie-tvorcheskih-sposobnostey-rebenka-sredstvami-izobrazitelnogo-iskusstva-2172353.htm](https://infourok.ru/diagnostika-i-razvitie-tvorcheskih-sposobnostey-rebenka-sredstvami-izobrazitelnogo-iskusstva-2172353.htm).
5. Проект «Технологии сопровождения замещающих семей с применением методов арт-терапии»
[//https://rodmost.ru/news/Proekt-Tekhnologii-soprovozhdeniya-zameshchayushchikh-semey-s-primeneniem-metodov-art-terapii](https://rodmost.ru/news/Proekt-Tekhnologii-soprovozhdeniya-zameshchayushchikh-semey-s-primeneniem-metodov-art-terapii).
6. Доминирующая гиперопека [//https://studme.org](https://studme.org).
7. Арт-технологии: виды, характеристика, способы примирения [//https://studopedia.net](https://studopedia.net).

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ В РАМКАХ СЕМЕЙНОГО ИНКЛЮЗИВНОГО ФЕСТИВАЛЯ

**Цыганова О.Б.,
Разина С.Н.,
Макарова Н.В.**

*специалисты отделения реабилитации детей
с ограниченными возможностями
здоровья «Земляничка»
ГБСУ АО «Каргопольский СРЦН»,
г. Каргополь, Архангельская область*

В настоящее время значительную роль в коррекционной работе с детьми с ограниченными возможностями здоровья занимает арт-терапия.

Занятия творческой деятельностью помогают ребёнку обрести индивидуальность, уверенность, увидеть и оценить красоту вокруг, способствуют осмыслению жизненных явлений, адаптации к окружающей среде.

В Каргопольском социально-реабилитационном центре для несовершеннолетних имеется определённый опыт работы использования арт-технологий. Изобразительная, музыкальная, театрализованно-игровая творческая деятельность используется на занятиях, мастер-классах, инклюзивных массовых мероприятиях.

Организуются творческие и конкурсные мероприятия (социально значимые акции, концерты, спектакли, праздники, выставки, фестивали и конкурсы), в которых принимают участие воспитанники учреждения с инвалидностью и ограниченными возможностями здоровья. Неоднократно они становились дипломантами и призерами областных и региональных конкурсов изобразительного и декоративно-прикладного творчества.

Одним из традиционных мероприятий нашего учреждения является инклюзивный фестиваль семейного творчества «Рука в руке». Фестиваль проводится один раз в два года. Большая часть семей принимала в нём участие в заочной форме (декоративно-прикладное и художественное творчество), и была пассивным зрителем тех, кто мог выступить на сцене с номерами художественной самодеятельности.

Главной целью фестиваля стало создание оптимальных условий для развития творческой деятельности каждого ребенка, чтобы лю-

бая семьям, в том числе, воспитывающая детей с разными нарушениями, смогла на равных условиях принять участие в мероприятии.

Поэтому для её достижения в 2019 году мы использовали новую форму проведения фестиваля – открытые творческие мастер-классы: музыкальный, танцевальный, художественный. Основными составляющими которых являлись не только возможность участия всех желающих независимо от возраста и диагноза и ситуация успеха для каждого, но и создание благоприятных, комфортных условий, способствующих объединению незнакомых людей, умению взаимодействовать, чувствовать партнера. Показать родителям, что в домашних условиях использование арт-терапии доступно и возможно, а главное увлекательно и интересно. И этим можно заниматься всей семьей.

Вместе с мультяшными героями представления «Раскрасим мир вместе» гости и участники фестиваля, а их было более 200, отправились в путешествие по Стране Творчества.

1. Музыкальный мастер-класс. Музицирование на шумовых и ударных инструментах.

Игра на музыкальных инструментах одна из самых доступных форм творческой деятельности, способствующей общему развитию детей: формирует навыки вербального и невербального общения, готовность и умение действовать в коллективе, тренирует музыкальный слух, память, ритм, навыки зрительного, слухового и тактильного восприятия, крупную и мелкую моторику. Справляясь с несложными творческими задачами, ребенок переживает эмоциональный подъем, чувствует уверенность в своих силах, позитивно относится к себе и окружающим.

Путешествуя по временам года, участники извлекали музыкальные звуки с помощью предметов: целлофановые пакеты, шуршунчики, листы бумаги, коробочки, упаковка; шумовых и ударных музыкальных инструментов: глюкофон, колокольчики, свистульки, треугольник, трещотка. Все это происходило под сопровождение классической музыки в соответствии с сезонами: осень – шорох листьев, шум дождя, ветра; зима – скрип снега, звон льда; весна – капель, журчание ручья; лето – пение птиц, жужжание пчел, стрекотание кузнечиков.

2. Художественный мастер-класс. Использование нетрадиционных техник рисования (монотипия, рисование ниткой, свечкой).

Художественная деятельность способствует развитию изобразительных способностей, пространственного мышления, координации движений «рука-глаз», сенсорного восприятия цвета, формы, размера, крупной и мелкой моторики, которая включает в работу важные отделы головного мозга, в том числе и речевой центр, формирует духовную культуру личности.

Предложенные способы рисования очень простые, но довольно красивые. С помощью них можно создать уникальные рисунки за один прием. Использование нетрадиционных техник побуждает детей к деятельности, помогает им поверить в то, что они очень просто могут стать маленькими художниками и творить чудеса на бумаге. Искренняя радость и восторг от совместно выполненной работы даёт детям желание сделать что-то еще. А это, в свою очередь, является важным стимулом развития художественно-творческих способностей. Эти техники полезны для всей семьи – детям нравится работать с переливами цветов и угадывать, что получилось, ну а взрослых она не может не очаровать своим многообразием и заодно поможет лучше узнать себя и своего ребенка.

3. Танцевальный мастер-класс.

Танцевально-музыкальные игры увлекают в мир движения, мелодий, общения. Музыка способствует быстрому запоминанию движений, и дети быстрее понимают, что от них требуется. Танец позволяет совершенствовать ловкость, быстроту, силу, координацию движений, помогает раскрепощению детей, избавлению от комплексов, позволяет найти контакт и наладить взаимодействие между участниками. Это выплеск большого количества положительной энергии, заряжающей всех вокруг.

Танцевальные импровизации под музыку, танцы-повторялки, хороводные танцы-забавы направлены на развитие элементарных танцевальных движений (различные виды хлопков, полуприседания, покачивания с ноги на ногу, притопы и т.д.), учат выполнять под музыку различные роли, создавать образы, используя пластику, осанку, мимику и движения, и учитывать взаимоотношения в танце.

Участникам была предоставлена возможность проявить активность и свободу в выборе партнера, создаваемого образа, возможность раскрытия своего потенциала. Даже самые застенчивые дети, подражая примеру ведущих и «смелым танцорам», преодолевая

свой страх и неуверенность, включились в общее действие – совместный танец, игру, и даже смогли стать объектом всеобщего внимания.

Фестиваль показал, что использование арт-технологий при условии создания творческого пространства дает возможность принять участие в нем всем без исключения.

Чтобы сделать мир ярким, красочным, необязательно быть профессионалами: художниками, танцорами, музыкантами. Много в своей жизни мы выбираем сами. В наших силах раскрасить ее в тот цвет, какой захотим.

Фестиваль также стал стартом для реализации социального проекта «#тАкпРосТо», основным направлением которого является использование арт-терапии для семей Каргопольского района, в том числе, воспитывающих детей с нарушениями в развитии.

ТЕРРИТОРИЯ СЕМЬИ – ТЕРРИТОРИЯ ТВОРЧЕСТВА: ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ СЕМЬЯМИ С ДЕТЬМИ В ПЕРИОД САМОИЗОЛЯЦИИ

Ожогова К.К.,

педагог-психолог

*МАДОУ «Детский сад комбинированного вида № 157 «Сиверко»,
г. Архангельск*

Режим самоизоляции по всей России заставил многих из нас проводить практически все время дома или на даче. Неожиданно нагрянувший режим самоизоляции вызвал у родителей дошколят неоднозначную реакцию. Кто-то выдохнул, обрадовавшись шансу провести время с любимым чадом в непосредственной близости и вдоволь уделить ему время и внимание (то, чего так не хватало раньше в повседневной гонке «дом-работа-магазин-занятия в развивающих клубах и спортивных секциях»). А кого-то настигла мысль «Что я буду с ним делать целый день/неделю/месяц? Мне ведь еще и работать удаленно надо». Современные психологи предлагают относиться к любой изоляции как к прекрасной возможности заново познакомиться со своими детьми. Да, придется и кое-чем помочь, и подготовиться, но при правильной расстановке сил это может дать родителям и детям много ценного опыта и необычных, ярких эмоций.

Педагоги-психологи дошкольных учреждений, в сложившейся ситуации, спешат на помощь родителям своих воспитанников, используют возможности дистанционного общения с семьями, как одного из инструментов бесконтактной коммуникации, посредством информационно-коммуникационных сетей, а именно сети интернет. Так, на официальном сайте и нашего дошкольного учреждения и в сообщества в Вконтакте, родители могут увидеть рекомендации, видеомастер-классы, презентации педагога-психолога [1].

В современной нестандартной, напряженной ситуации необходимо сберечь эмоциональное здоровье наших воспитанников. Для преодоления этих «временных» трудностей педагог-психолог может дистанционно использовать возможности арт-терапии в работе с дошкольниками и их семьями. Арт-терапия – это буквально лечение искусством. Лечит любая творческая деятельность – и прежде всего собственное творчество. Арт-терапия снимает у любого ребенка самые разные проявления нестабильности настроения, тревоги. Арт-терапия – удивительный метод, который можно отнести к наиболее древним и естественным формам коррекции эмоциональных состоя-

ний, которым многие люди пользуются самостоятельно – чтобы снять накопленное психическое напряжение, успокоиться, сосредоточиться.

Арт-терапия помогает устанавливать отношения между людьми (в нашем случае между членами семьи воспитанников), посредством искусства человек не только выражает и познает себя, но и больше узнает о других. Арт-терапия развивает творческие возможности, во время занятий человек может открыть в себе неизвестные ранее таланты [2].

Использование психологом технологий арт-терапии позволяет решить сразу несколько задач:

1. Укрепление психического здоровья ребенка, через стабилизацию эмоциональной сферы;
2. Развитие произвольности, умения управлять своими эмоциями, чувствами;
3. Развитие внутреннего потенциала и творческой активности ребенка.

Педагог-психолог МАДОУ Детский сад «Сиверко» в период самоизоляции подготовила и разместила на сайте ДОО серию видеомастер-классов для всей семьи с использованием таких арт-технологий, как:

1. изотерапия – воздействие средствами изобразительного искусства;
2. сказкотерапия – воздействие посредством сказки;
3. игровая терапия – метод коррекции посредством игры;
4. песочная терапия – воздействие песком [3].

В своем видео «Рисуем с Лунтиком!» (https://vk.com/videos34962097?z=video34962097_456239077%2Fpl_34962097_-2) педагог-психолог поделилась с родителями техниками нетрадиционного рисования. Герои игрового сюжета Лунтик и Мила показали детям, как можно рисовать предметами, которые есть в каждом доме! Например, можно рисовать губками, зубными щетками, ватными палочками, нитками, вилкой. Детская инициатива использовать нетипичные предметы для создания изображений всегда приветствуется. И еще это просто весело! Совместное с родителями рисование повышает настроение, развивает воображение, адаптационные способности ребенка. Хочется отметить, что после выпуска видео, родители добавляли в группу ВКонтакте свои совместные рисунки, которые они выполнили дома с детьми.

В видеомастер-классе «Лепим с Фиксиками» (https://vk.com/videos34962097?z=video187180317_456239026%2Fpl_34962097_-2) педагог использовала арт-технику – мукосоль. Вместе с Симкой и

Ноликом детям и родителям были предложены рецепт теста для лепки и игры с изделиями из соленого теста.

Два видео было подготовлено психологом с применением кинетического песка. В данном случае педагог использовала песочную терапию. У многих дома есть кинетический песок, в который любят играть дети, поэтому в видео показаны приемы пальчиковых игр на песке. Специалисты считают, что игры с таким инновационным материалом стабилизируют эмоциональное состояние ребенка, развивают тактильную чувствительность и мелкую моторику, способствуют развитию речи, внимания, памяти. Родителям были продемонстрированы «сказки на песке» – «Под грибом» (https://vk.com/videos34962097?z=video-187180317_456239024%2Fpl_34962097_-2) и «Колобок» (https://vk.com/videos34962097?z=video-187180317_456239025%2Fpl_34962097_-2), которые они могут проиграть дома с детками.

Самое главное в период самоизоляции – использовать это время как возможность! Возможность для обучения, развития, отдыха, творчества. Можно посвятить время любимому увлечению или заняться домашними делами вместе с членами своей семьи. Можно, не выходя из дома, побывать онлайн во всех музеях мира, увидеть те места, куда пока нет возможности отправиться в путешествие. А можно просто отдохнуть от суеты в кругу близких за чашкой ароматного чая и поиграть в давно забытую настольную игру. Самое главное – это такое время, когда мы можем проводить его с пользой для себя, деток и семьи! А педагоги дошкольных учреждений и арт-технологии помогут творчески пережить период самоизоляции и провести время с пользой.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Психолого-педагогическое сопровождение детей, родителей и педагогов в условиях пандемии, самоизоляции и дистанционного обучения: методические рекомендации / под ред. Драгановой О.А. – Липецк: Изд-во «Открытый мир», 2020. – 49 с.
2. Арт-терапия - одна из форм здоровьесберегающих инновационных технологий в работе с детьми // <https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2014/04/12/art-terapiya-odna-iz-form-zdorovesberegayushchikh-innovatsionnykh>.
3. Доклад на РМО воспитателей «Арт-терапия как одно из современных направлений коррекционно-развивающих оздоровительных технологий // <https://dou2.pogranichny.org/?p=462>.

АРТ-ТЕХНОЛОГИЯ «МОЛОЧНЫЕ ФАНТАЗИИ»

Карачева К.П.,

педагог-психолог

*ГБСУ АО «Котласский СРЦН «Маяк»,
г. Котлас, Архангельская область*

В настоящее время необходимо уделять больше внимания психоэмоциональному здоровью, психологическому благополучию и комфорту детей и взрослых. Одним из ведущих направлений, используемых в психологической практике, считается арт-терапия [1, с. 4].

Арт-терапия «Молочные фантазии», в первую очередь направлена на снятие эмоциональной напряженности, гиперактивности и других негативных проявлений у детей и взрослых в неагрессивной форме. Данные приемы позволяют им преодолеть стереотипы негативного поведения и формировать элементарные навыки волевой саморегуляции. Важно учитывать, что каждая эмоция должна быть выражена, иметь выход так, чтобы она негативно не влияла на окружающих. Это возможно с помощью использования технологии арт – терапии, в данном случае – рисование на молоке и кефире, которая помогает отвлечь ребенка от негативного эмоционального всплеска эмоций, тем самым позволяет справиться с возбуждением или нежелательным поведением ребенка.



Идея состоит в том, что работа с «Молочными фантазиями» предполагает рисование на молоке или кефире; пищевыми красителями или красками, а также моющим средством. Этот достаточно простой способ изобразительной деятельности, при которой происходят «чудеса» – на этапе нанесения моющего средства на краску, растекающуюся на молоке, происходит

расщепление белковых, жировых продуктов, в этот момент цветной рисунок самостоятельно, без какого-либо вмешательства, начинает видоизменяться – визуально он становится «живым».

При этом работа доставляет позитивный эмоциональный всплеск эмоций, с помощью которых ребенок снимает накопившийся негатив и агрессию, с другой стороны – обеспечивает интеграцию

экспериментально – исследовательской и изобразительной деятельности детей, позволяет развивать у детей художественное творчество, фантазию.

Каждый ребенок, занимающийся рисованием на молоке, имеет уникальную возможность выразить свои скрытые таланты, погрузиться в мир безграничной фантазии.

Алгоритм проведения арт-терапии «Молочные фантазии»:

1. Для начала необходимо налить в тарелку молоко. Налить нужно таким образом, чтобы дно было полностью закрыто. Дайте молоку некоторое время постоять в тарелочке. Молоко должно быть комнатной температуры.

2. В тарелку с молоком добавляем несколько капель красителей разных цветов (можно для удобства пользоваться пипеткой).

3. Далее при помощи сухой ватной палочки можно немножко коснуться молока (не нужно смешивать). Обратите внимание ребенка на то, что ничего не происходит.

4. После этого возьмите другую ватную палочку, окуните ее в жидкость для мытья посуды или в жидкое мыло.

5. А далее начинается самое интересное – ребенок наблюдает, как волшебные краски начинают «танцевать», разбегаясь от ватной палочки. Когда палочку убираем – краски продолжают «танцевать», двигаться.

6. Далее можно предложить ребенку продолжить эксперименты – добавляя красители, водят ватной палочкой по молоку [2].

Сопровождать процесс рисования желательно с музыкой для релаксации. В процессе техники необходимо интересоваться какие цвета вносит ребенок и что это означает, а также анализировать получившиеся узоры.

Рисование на молоке – очень интересная техника, которая обязательно понравится детям и их родителям, и даже самым непоседливым деткам, которых довольно сложно чем-то заинтересовать. Для тех, кто постарше, такие рисунки не менее полезны – если в молоко окунуть бумагу и аккуратно вытащить, то на ней получится настоящее произведение. Это увлекательная техника арт-терапии увлечет не только детей, но и взрослых – такое творчество подстилу освоить всем, а заниматься им сплошное удовольствие.

Данная техника помогает ребёнку создать положительное эмоциональное состояние, справиться с переживаниями, развивает творческие способности, стимулирует работу мелкой моторики.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб.: Речь, 2003. – 256 с.
2. Опыт с молоком, красителями и моющими средствами <https://7ya-mama.ru/opyt-s-moloko-krasitelyami-i-moyushhim-sredstvom.html>.

АРТ-ТЕРАПИЯ, КАК НАИЛУЧШИЙ ИНСТРУМЕНТ В РАБОТЕ ПСИХОЛОГА. ГЛИНОТЕРАПИЯ

Семенова О.В.,

педагог-психолог

*БУ СО ВО «Череповецкий центр помощи детям,
оставшимся без попечения родителей «Наши дети».*

г. Череповец, Вологодская область

Арт-терапия – это метод коррекции и развития посредством художественного творчества. Ее привлекательность для психологов можно объяснить тем, что, в отличие от основных коррекционно-развивающих направлений, в которых используются в основном вербальные каналы коммуникации, Арт-терапия использует «язык» визуальной и пластической экспрессии. [2] Это особенно актуально при работе с детьми и делает ее незаменимым инструментом для исследования, развития и гармонизации в тех случаях, когда ребенок не может выразить словами свое эмоциональное состояние. Дети в большинстве случаев затрудняются в вербализации своих проблем и переживаний. Невербальная экспрессия для них более естественна. Особенно это значимо для детей с речевыми нарушениями, т. к. их поведение более спонтанно и они менее способны к рефлексии своих действий и поступков. Их переживания «выходят» через художественное изображение более непосредственно. Такой «продукт» прост для восприятия и анализа. Важна естественная склонность ребенка к игровой деятельности, богатство детской фантазии. Учитывая это при организации коррекционной работы с элементами Арт-терапии, на занятиях создается атмосфера игры и творчества.

Очень эффективны упражнения с элементами Арт-терапии при коррекционной работе с подростками «группы риска» [1]. Как правило, у них слабо развито рефлексивное Я, в связи с чем им очень сложно вербализовать происходящее с ними. Так же для большинства из них характерно наличие негативной Я-концепции, которую можно корректировать, используя богатый ресурс Арт-технологий. Данный метод используется для работы с детьми с трудностью адаптации, коррекцию детей со страхами, психосоматическими нарушениями, познании собственного "Я". Психолог создает среду для самопринятия и самопознания. Это самый доступный и самый приятный вид художественного творчества. Различные способы самовыражения

не требуют особых практических навыков в рисовании, а необходимы лишь для самовыражения или облегчения и освобождения. При использовании данной технологии развивается зрительно-моторная координация, наглядно-образное мышление, связанное с работой правого полушария, и абстрактно-логическое, связанное с работой левого полушария. Арт-терапия связывает между собой зрение, зрительно-двигательную координацию, речь, мышление и воображение. Дает возможность поэкспериментировать с различными чувствами. Позволяет проработать мысли и эмоции, которые дети могут подавлять. При работе с травмами у детей, позволяет выявить проблему, если ее сложно описать вербально. Процесс художественного самовыражения напрямую связан с укреплением психического здоровья ребенка и может рассматриваться как значимый психопрофилактический фактор. Использование Арт-терапевтических технологий позволяет психологу помочь ребенку справиться со своими проблемами, восстановить его эмоциональное равновесие или устранить имеющиеся у него нарушения поведения, помочь интеллектуальному развитию.

Глинотерапия – это проективная методика, она помогает актуализировать на символическом уровне динамику внутреннего мира человека. Глина передает характер и эмоции человека. Глинотерапия – это метод, предполагающий взаимодействие ребенка с глиной для решения психотерапевтических задач. Концептуальной базой этого метода являются глубинные психоаналитические практики, включающие анализ бессознательных моментов в психике человека, аффективно-инстинктивных импульсов, процессов и механизмов защиты как отражение актуальных личностных проблем, анализ конфликтов, вытесненных в раннем детстве в сферу бессознательного, диагностика и осознание скрытых возможностей, способностей. Аккумуляция энергетической силы собирания, фиксации или удержания и последующего расслабления при работе с глиной является глубинным «внутренним» механизмом глинотерапии. Преобразовывая комки глины в своих руках, человек собственными руками преобразовывает внутренние и внешние составляющие его трудностей, приводя, в некоторых случаях неосознанно, к принятию правильного решения или вытеснению отрицательных эмоций. Вымешивание глины дает возможность поразмыслить, осознать, выбрать, принять и осуществить решение, т. е. осознать, интегрировать и ассимилировать тот опыт, который был получен в процессе занятия по глинотерапии. Кроме то-

го, даже самый простой процесс вымешивания глины уже носит психотерапевтический характер.

Особым преимуществом глинотерапии является то, что она основывается на спонтанном самовыражении, свободе действий и не предполагает воплощения результата работы ребенка в произведение искусства, предполагающего художественную ценность, чем и отличается данная техника арт-терапии от лепки из глины или другого материала. Лепка как процесс прикладного творчества имеет целью создание конечного продукта, обладающего художественной ценностью. Важно то, что в процессе работы с глиной совсем не имеет значения полученный результат, нужно стараться, но при этом не нужно делать красиво; важна направленность на процесс, на получение удовольствия, удовлетворение от проявленных эмоций, неожиданных реакций и т. д.

Таким образом, акцент переносится на само занятие, которое становится терапевтическим в своей основе, а полученный продукт потом разбивается или комкается в общую массу. Психотерапевтический эффект при работе с глиной создается из особенных характеристик глины как природного материала, обладающего одновременно жесткостью и твердостью и в то же время податливостью, послушностью, пластичностью. Глину можно мять, жать, бить, щипать, пропускать сквозь пальцы, размазывать, смешивать с водой, утрамбовывать и т. д. Работа с глиной в практике оказания психокоррекционной, психолого-педагогической помощи детям имеет ряд преимуществ. Одним из преимуществ является то, что при работе с глиной не требуется наличие специальных навыков, в том числе художественных, поскольку глина мягкая, послушная, легкоуправляемая. Здесь проявляется «эффект творца», можно сделать все что угодно. Особенно полезна при работе с низкой самооценкой, т. е. эффект – «Я могу». Установлено, что использование метафорического значения глиняной фигуры может напрямую способствовать мощному прогрессу в терапии клиента (Д. Хенли). Выход на метафорический уровень клиента позволяет более эффективно прийти к осознанию затруднений для самого клиента, обходя действие его психологических защит или его сопротивления в процессе терапии. В процессе трансформации глиняного кома создаются символические эквиваленты мыслям, переживаниям и поступкам, в связи с чем использование метафорических образов даёт возможность обратиться к трудностям социальной и эмоциональной жизни ребенка без прямых болезненных интервен-

ций и критики. Работа с метафорами достаточно «экологичный» по отношению к ребенку метод работы, при котором в приятной деятельности, веселой обстановке обращаемся к значимым темам, предоставляя возможность заглянуть в бессознательное. Это позволяет посмотреть на причины затруднений и осознать вытесненные ранее моменты. В этом случае можно говорить о сочетаемости глино-терапии с различными направлениями арт-терапии, например со сказкотерапией, так как можно вылепить волнующие образы, эмоции и сочинить сказку. Возможно применение элементов психодрамы при проигрывании важной ситуации, телесно ориентированной терапии при работе с симптомами психосоматики, а также работа в гештальт-подходе с использованием метафорического значения фигур, возникающих в процессе работы с глиной [3].

Главная особенность глины – это сочетание податливости и жёсткости. Чтобы создать что-то из глины, необходимо приложить усилия, сосредоточиться на действии, направить усилия на достижение определенного результата, нам нужно прочувствовать её, чтобы сделать нужную фигуру и приложить немало сил для получения результата. Такое свойство учит направлять свою силу, дает опыт преодоления, найти силы двигаться дальше, поэтому глинотерапия эффективна при взаимодействии с клиентами, которые не могут найти в себе силы решить проблемы. Например, имеющими травматический опыт, перенесшими потерю, горе. В глине есть сопротивление, поэтому при работе с глиной гиперактивные дети вкладывают свою силу, чтобы что-то получилось, концентрируют внимание на процессе, т. е. осмысленное направление энергии учит эмоциональному контролю.

Кроме этого глина дает живой отклик на чувства. Патрисия Шервуд отмечает, что глина помогает выразить опыт, который не получается выразить словами, т. е. выразить невыразимое. Человеческий опыт столь обширен, сложен и запутан, что речь не всегда может обозначить все его аспекты. Глина помогает «захватить» чувство, переживание и придать им форму. Часто человек не понимает, что он лепит, и только завершив работу, узнает в ней отражение какого-то своего состояния. Здесь не нужны слова, чтобы сформулировать, выразить то, что внутри. И именно эта особенность делает глину незаменимой в работе с детьми, ведь выражать вербально свои чувства детям достаточно сложно. Одним детям глина помогает успокоиться и снять напряжение, другим – выразить агрессию и фрустрацию. Осязаемость неосознанного – ощутить и потрогать какое-то чувство Види-

мость невидимого – эффект «отпечатка». В глине очень хорошо прослеживается отпечаток, что-то невидимое становится видимым. Ребенок начинает осознавать, что он существует, у него есть тело, он есть в этом мире. Самая главная возможность глины – возможность трансформации. Все образы в процессе лепки можно трансформировать. Не нужно отрицать эмоции, нужно проиграть их, прожить, чтобы принять их и взаимодействовать с ними. Например, трансформировать тревогу в спокойствие, болезнь в здоровье.

С глиной каждый легко может стать мастером. Она дает возможность получать как тактильные, так и кинестетические ощущения. Она сближает людей с их чувствами. Возможно, благодаря своей пластичности глина обеспечивает союз средства и человека, использующего его. Способность глины вызывать при работе с ней определенные сенсорные ощущения часто служит для людей мостиком между ощущениями и чувствами. Дети, которые рассержены, при работе с глиной могут различными способами дать выход своему раздражению. Те лица, которые испытывают чувство неуверенности и страха могут обрести ощущения контроля и владения собой благодаря работе с глиной. Дети, испытывающие необходимость в улучшении самооценки, получают необыкновенное ощущение Я в процессе использования глины. Этот вид творчества – самый наглядный из всех видов искусства и позволяет психологу наблюдать за состоянием ребенка. Психолог действительно может видеть, что происходит с ребенком, наблюдая за тем, как тот работает с глиной. Эта работа – хороший способ стимулировать словесное выражение чувств у детей, которым не достаёт таких способностей. Ребенок может получать удовольствие от использования глины как от самостоятельной деятельности, но лепка может также приобщить к подлинной социальной активности. В процессе такой активности дети ведут беседы друг с другом. Они часто взаимодействуют друг с другом на новом уровне, делятся друг с другом соображениями, мыслями, чувствами, ощущениями.

Вылепить из глины свое состояние или проблему, идею или движение, а потом созерцать продукт своего творчества – все это реально. Когда ребенок или взрослый изучает свое творение, внутреннее чувство гармонии подсказывает им, какие изменения необходимы его скульптуре. И здесь начинается волшебство. В реальности осуществляется настоящая метаморфоза, когда ребенок или взрослый изменяет свою скульптуру, делает ее гармоничной.

Есть немало детей и взрослых, которым сложно контролировать свои эмоции. Благодаря лепке человек может научиться управлять собой. Так осмысленная лепка может научить регуляции эмоций, владению ими. Точно также человек может вылепить свое желание или идею. Рассмотреть и внести гармонизирующие изменения. Корректируя глиняную форму, человек фактически своими руками изменяет внутреннюю и внешнюю ситуацию к лучшему. И это настоящее волшебство.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.

1. Копытин А. И., Свистовская Е. Е. Арт-терапия детей и подростков. – М.: Когито-Центр, 2007. – 197 с.
2. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика. – СПб.: Речь, 2003. – 256 с.
3. Янкина М. Е. «Глиняное поле»: психотерапевтические ресурсы глинолечения // Психологическая газета. – 2015. – URL: <http://psy.su/feed/4781>.

ПРАВОПОЛУШАРНОЕ РИСОВАНИЕ КАК ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩАЯ ТЕХНОЛОГИЯ АРТ-ТЕРАПИИ

*Костюкова Ю.А.,
педагог-психолог
ГБСУ АО «Котласский СРЦН «Маяк»,
п. Приводино, Архангельская область*

Основоположником методики правополушарного рисования является Бетти Эдвардс – американский преподаватель искусства и доктор наук.

«Правополушарное рисование» – книга, первое издание которой вышло в 1979 году, собрала в себе опыт Бетти Эдвардс. Название книги берёт своё начало в теории о различных функциях правого и левого полушарий мозга. Современная система образования развивает прямое, причинно-следственное, левополушарное мышление, в то время как для рисования необходимо параллельное, «творческое», правополушарное. Её-то способности и предлагает раскрыть эта книга [1].

Концепция метода основана на работах Роджера Сперри, касающихся функциональной специализации полушарий головного мозга [2]. Благодаря физическому разделению мозга на два полушария он использует два способа переработки реальности. Один из них использует аналитический и вербальный режим мышления – им перерабатываются речь, звуки, математические вычисления и алгоритмы. Второй использует образный и перцепционный режим – он отвечает за восприятие цвета, сравнение размеров и перспективы предметов, видя их целиком «как есть». Впоследствии, в работах Бетти эти режимы получили названия «Л-режима» и «П-режима» соответственно.

СУТЬ ТЕХНИКИ ПРАВОПОЛУШАРНОГО РИСОВАНИЯ

Мозг человека состоит из двух полушарий: левое отвечает за аналитическую часть, то есть позволяет человеку разговаривать, владеть навыками письма, запоминать символы, числа и т.д. Правое полушарие отвечает за образное восприятие реальности, то есть оно обрабатывает информацию целиком, позволяет вообразить, мечтать и фантазировать, интуитивно решать поставленные задачи.

Метод интуитивного рисования заключается в том, чтоб временно отключить работу левого полушария мозга, при этом максимально задействовав рабочие ресурсы правого. Таким образом, ху-

дожник будет рисовать свою картину интуитивно, не опираясь на уже существующие макеты, которые заложены в левом части его головного мозга. Художник воспринимает окружающий мир иначе, он не опирается на память, где хранится информация об объекте, а воспринимает объект таким, каким он предстал перед ним. Человек сравнивает его размер с иными предметами, определяет отношение отдельных его частей к его целому образу, видит цвет, световую гамму, тени и полутени, его расположение в пространстве. Таким образом, художник создает картину, объединив все параметры в единое целое. Результат работы – картина, но вот результат использования метода интуитивного рисования не только изображение, но и проявление внутренней природы человека, это своего рода ключ к подсознанию, психическому состоянию, эмоциям. Это происходит по причине того, что он не раздумывает над тем, что рисует, не строит логических цепей, не анализирует [2].

ПРИМЕНЕНИЕ В АРТ-ТЕРАПИИ

Правополушарная живопись позволяет выразить свой внутренний мир, состояние на бумаге через картинки. Например, обычный традиционный способ рисования передает все ассоциациями и символами. Чувство «любовь» зачастую рисуют красным цветом в виде сердца. В то время как в правополушарном рисовании это чувство выражается совсем иначе, здесь нет символов, которые заложены в памяти человека.

Правополушарное рисование как прием арт-терапии позволяет:

- проявить индивидуальность;
- самореализовать свои творческие способности;
- самовыражаться через рисунок;
- получить удовольствие от процесса, улучшить настроение, зарядиться позитивом;
- бороться со стрессами, накопившимися проблемами, душевными переживаниями;
- поверить в свой успех, свои силы и возможности, стерев мнение о себе «я не способен, не могу»;
- избавиться от комплексов; достичь гармонии внутреннего состояния.
- гармонизация эмоционального состояния и профилактика профессионального выгорания.

Арт-терапия является щадящим, но эффективным способом работы с подсознанием человека в любом возрасте. Благодаря такой терапии можно выявить скрытые проблемы и решить очевидные. Технически правополушарная живопись с первого взгляда может показаться пустой тратой времени, однако, результаты, полученные после проделывания упражнений начального этапа этого способа рисования, заставляют изменить взгляды кардинально. Вдобавок, правополушарное рисование применяют как восстанавливающую процедуру для людей, перенесших инсульт. Положительный эффект наблюдается благодаря тому, что во время занятий интуитивной живописью происходит активизация зон головного мозга, которые мало задействованы при обычном ритме жизни. В процессе творческой активности улучшается общее кровоснабжение, работа мозга в целом улучшается, что приводит к образованию новых связей между разными частями мозга.

В ЧЁМ ПОЛЬЗА ПРАВОПОЛУШАРНОГО РИСОВАНИЯ?

Развитие когнитивных функций. Любое рисование, в том числе правополушарное, улучшает восприятие, зрительную память и мелкую моторику.

- Развитие воображения. «П-режим» снимает барьеры, отпускает фантазию в полёт, отвлекает от рутины и помогает взглянуть на вещи с другого ракурса.
- Повышение самооценки. Живопись – это диалог внутреннего «Я» с миром. Рисуя, человек демонстрирует свой внутренний мир, а получая положительные отклики на произведения, обретает уверенность в себе.
- Расслабление. Рисование – прекрасное хобби как для взрослых, так и для детей. Когда на белом листе «оживает» созданный тобой мир, тревоги и проблемы улечиваются [3].

КАК ЭТОМУ НАУЧИТЬСЯ?

Правополушарное рисование сейчас популярно: проводятся тренинги и мастер-классы, существуют даже специальные творческие центры, обучающие этой методике.

Но первые шаги можно делать и самостоятельно. Запустить «П-режим» помогут следующие простые упражнения.

Как использую в тренингах:

Этапы работы:

1 этап. Выбор темы рисования. Фон. После освоения нескольких техник дети сами предлагают, что они сегодня хотят нарисовать. И работа начинается. Обсуждаем какие краски мы можем использовать для фона. Например, «Ночной город» для фона понадобятся темные краски, для рисования на тему «Горы», для фона можем выбрать голубые тона. После того как фон нарисован ему надо дать время просохнуть. В это время мы слушаем музыку, читаем стихи.

2 этап. Сюжет. Несмотря на то, что дети знают техники правополушарного рисования, педагог рисует вместе с ними, напоминает, как правильно выполнять ту или иную технику, как при этом держать кисть, какой лучше было бы воспользоваться и почему, при этом предоставляя возможность ребёнку самому сделать выбор.

3 этап. Демонстрация работ. Этот этап дети любят больше всего. Работа каждого ребёнка демонстрируется всем, этой работой все восхищаются, в ней находятся особенно яркие изюминки, и они подчеркиваются.

4 этап. Заключительный. На этом этапе мы – оформляем альбомы, дарим мамам (если это был букет для мамы), организуем выставки. Вся творческая работа вызывает у детей только положительные эмоции, в правополушарном рисовании не бывает критики, так как основным принципом правополушарного рисования является не критичность, детям очень нравится быстрый результат деятельности. Это происходит за счет того, что лист мы используем размером А6 и других технических приемов.

Правополушарное рисование очень позитивно помогает развитию в детях гармоничности, внимательности к окружающему миру и чуткости к себе и людям. Дети любого возраста учатся выражать в рисунках то, что пока не могут при помощи слов, расширяется их кругозор и умения, появляется интерес к новым знаниям, легче проходит адаптация в незнакомой обстановке, укрепляется эмоциональная стабильность.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Бэтти Эдварс. Правополушарное рисование // <https://club.osinka.ru/topic-61214>.
2. Функциональная специализация полушарий головного мозга. Р.Сперри. <https://www.b17.ru/blog/23380/>.
3. Что такое правополушарное рисование и чем оно полезно // <https://externat.foxford.ru/polezno-znat/pravopolusharnoe-risovanie>.

ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ К ЖИЗНИ В СЕМЬЕ ВОСПИТАННИКОВ УЧРЕЖДЕНИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ

Кулакова Т.С.,

воспитатель

*БУ СО ВО «Череповецкий центр помощи детям,
оставшимся без попечения родителей «Наши дети».*

г. Череповец, Вологодская область

Одной из многочисленных проблем, с которой сталкиваются в своей профессиональной деятельности педагоги учреждений для детей, оставшихся без попечения родителей, является отсутствие у воспитанников потребности в творчестве, порожденной ограниченностью их социального опыта и неразвитостью духовно-эмоциональной сферы. Между тем, творческое развитие личности выступает важной составляющей процесса вхождения ребенка в социум и формирования его внутреннего мировосприятия.

В исследованиях Р.О. Дружинина [1], Е.П. Крупник [2] творчество рассматривается как один из показателей социального здоровья ребенка, а искусство – как средство формирования эстетического иммунитета личности, обеспечивающего ее устойчивость в условиях псевдокультурного влияния социальной среды.

Обеспечение педагогических условий, способствующих раскрытию и развитию творческого потенциала детей, реализуется посредством внедрения арт-технологий в образовательный процесс.

Современная психолого-педагогическая наука рассматривает понятие арт-технологии как совокупности средств различных видов искусства, методов и приемов художественно-творческой деятельности, используемых для достижения поставленной педагогической цели [3].

Воспитанники учреждений для детей, оставшихся без попечения родителей, являются категорией несовершеннолетних, в работе с которой искусство служит не только целям личностного развития, но и выступает средством гармонизации взаимоотношений детей с другими людьми, социумом, обществом, культурой. Потенциал арт-технологий в процессе социальной адаптации детей, оставшихся без попечения родителей, заключается вне ограниченных возможностях для самовыражения и самореализации воспитанников как в процессе творческой деятельности, так и в ходе творческого взаимодействия

с взрослым, построенным на основе субъектно-субъектных отношений [4]. Поэтому, на наш взгляд, использование арт-технологий позволяет оптимизировать процесс формирования такого личностного аспекта социальной адаптации воспитанников, как их подготовка к проживанию в семье.

Подготовка к жизни в семье детей, лишенных родительского попечения, направлена на формирование у них адекватного представления о семье, членах семьи и их взаимоотношениях, возникающих проблемах и трудностях, а также на формирование умений и навыков, помогающих в преодолении этих трудностей [5]. Как считает Г.В. Семья, необходимость реализации данного образовательного направления в условиях учреждения для детей, оставшихся без попечения родителей, продиктована отсутствием у воспитанников кровных привязанностей, опыта позитивных семейных отношений, деформацией семейных ценностей [6]. Содействие становлению личности воспитанника как полноценного субъекта будущей семейной жизни посредством арт-технологий предусматривает реализацию следующих педагогических условий:

- создание условий для сознательного выбора сферы творческой деятельности и выражения воспитанниками своих интересов;
- расширение содержания и форм творческой активности воспитанников;
- вовлечение воспитанников в творческое преобразование окружающей предметно-практической среды учреждения;
- содействие в овладении доступными для детей способами реализации творческих способностей.

В содержание занятий по подготовке воспитанников к жизни в семье (в том числе замещающей) внедрен комплекс заданий, включающих средства арт-технологий, а именно: аудиовизуальные (презентация, фотография), изобразительные (коллаж, рисунок, декоративно-прикладное творчество), театрализованно-игровые средства (импровизация, инсценировка). Реализация арт-технологий осуществляется посредством организации творческой мастерской, досугового проекта, репетиции, создания семейного альбома или семейного фильма, оформления тематической творческой выставки и пр.

Приведем примеры применения арт-технологий в процессе подготовки воспитанников учреждения для детей, оставшихся без попечения родителей, к жизни в семье.

Образ семьи нашел широкое отражение во всемирных образцах живописи, литературы, музыки. Иллюстрирование как прием образного пояснения устного текста с помощью произведений искусства использовалось в качестве аудиовизуального средства при усвоении детьми отвлеченных духовно-нравственных категорий – таких, как материнство, духовность и т.д. К примеру, восприятие и анализ образа семьи в живописи Н.П. Богданова-Бельского, И.Л. Горохова, В.Е. Маковского, З.И. Серебряковой помогло обогатить представления воспитанников о семейном укладе и семейных традициях в различных типах семей.

Ролевое проигрывание, моделирующее различные семейные ситуации, позволяет наглядно представить и проанализировать модели семейного взаимодействия. Например, при обсуждении основных семейных ценностей использовалось построение групповых скульптур. Подростки в подгруппах выбирали свою ценность и создавали ее кинетический образ. Далее предполагалось построение общей скульптуры ценностей семьи, при этом внимание участников фиксировалось на разумном сочетании личных и семейных ценностей.

Творческие практикумы, мастер-классы направлены как на освоение воспитанниками творческих техник и художественных приемов, так и на самопознание и самовыражение личностных представлений о себе, будущих семейных ролях и социальных взаимоотношениях. Так, коллажирование как технический прием компонования инородных по фактуре и расцветке материалов применялся с целью визуализации личного опыта и представлений воспитанников о семейных функциях, семейных ролях, образцах поведения в семье. Создание коллажей позволило организовать работу над проектированием семейных и жизненных перспектив воспитанников. Включение в структуру занятия по оформлению семейного альбома изучения некоторых приемов скрапбукинга определило творческий диалог ребенка и педагога – значимого взрослого, что способствовало осознанию воспитанниками значимости собственной семейной истории.

Конечно, занятия творческой деятельностью с детьми несут исключительно утилитарное значение. Организация творческих мастерских направлена на освоение воспитанниками прикладных умений в соответствии с возрастными способностями в различных эстетических областях – изодеятельности, декорировании, флористике, изготовлении тематических сувениров. Подростки практиковались в изготовлении предметов декора, способов дизайна интерьера своего

будущего жилья, бьюти-дизайна и пр. Вместе с тем, в ходе получения творческого продукта необходимо ориентировать воспитанников на достижение эстетического и этического результатов деятельности. Поэтому, например, практикум по освоению воспитанниками младшего школьного возраста приемов складывания салфеток предварялся слайд-беседой о сервировке стола с показом профессиональных работ дизайнеров и обсуждением рассказа А. Максимова «О семейном обеде».

Освоение воспитанниками прикладных видов творческой деятельности посредством арт-технологий способствует осознанию ими собственных возможностей и интересов, развитию произвольности поведения, мотивации к целенаправленной деятельности и к труду в целом, воспитанию самоорганизованности, проявлению инициативы посредством совершения добрых дел. Таким образом, в ходе решения творческих задач воспитанники, с одной стороны, вовлекаются в процесс личностного саморазвития, а с другой – овладевают социальными умениями, необходимыми для подготовки к жизни в семье.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Дружинин, Р.О. Социальное здоровье личности подростка как категория социальной педагогики. / Дружинин Р.О. // Вестник ТГУ. – 2013. – №1 (117). – С. 130-136.
2. Крупник, Е.П. Психологическое воздействие искусства. / Е.П. Крупник. – М.: Институт психологии РАН, 1999. – 240 с.
3. Лебедева, Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий./ Л.Д. Лебедева. – СПб.: Речь, 2003. – 256 с.
4. Медведева, Е. А. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании. / Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова, Т.А. Добровольская. – М.: Академия, 2001. – 248 с.
5. Сатаева, Р.Б. Проблемы формирования семейных ценностей у детей-сирот в условиях детского дома./ Р.Б. Сатаева // Социально-гуманитарные знания. – 2006. – № 9. – С.179–186.
6. Семья, Г.В. Технологии постинтернатной адаптации подростков./ Г.В. Семья, Н.Г. Зайцева, Е.Д. Худенко, К.В. Романовская. – М.: Владос, 2009. – 196.

ДРАМАТИЗАЦИЯ КАК УСЛОВИЕ ФОРМИРОВАНИЯ КОММУНИКАТИВНЫХ УУД

Андреевская Н.И.,

учитель начальных классов

МБОУ «ЦО им. И.А. Милютина СП Школа №23»,

г. Череповец, Вологодской области,

В контексте концепции УУД коммуникация понимается как смысловой аспект общения и социального взаимодействия, а ее базовые компоненты представлены: потребностью ребенка в общении со взрослыми и сверстниками; владением определенными вербальными и невербальными средствами общения; позитивным отношением к процессу сотрудничества; ориентацией на партнера по общению; умением слушать собеседника. Младший школьный возраст является благоприятным для формирования данных базовых составляющих коммуникативных УУД, т.к. на начальном этапе обучения впервые приобретают социальный смысл и значение индивидуальные успехи ребенка, его мотивации достижения, проявляемые инициативы и самостоятельность. Однако, по данным А.Ф. Ануфриева, В.С. Казанской, от 15% до 60% младших школьников испытывают трудности в обучении, нередко связанные с коммуникацией (с агрессией, враждебностью, низкой эмпатией) [1;5].

Однако в научных публикациях можно обнаружить недостаток внимания исследователей к вопросам формирования коммуникативных УУД у младших школьников в рамках внеурочной деятельности. При этом стоит отметить, что внеурочная деятельность в формировании коммуникативных УУД у детей обладает рядом преимуществ, таких как: более свободные, по сравнению с общеобразовательной школой, формы общения и самовыражения детей; преимущественно творческий характер деятельности; заинтересованность и высокая позитивная эмоциональная вовлеченность ребенка в деятельность; детский коллектив, объединенный общими интересами [6].

Театральная деятельность представляется весьма интересным и эффективным средством в плане развития коммуникативных УУД у младших школьников. Из названия ясно, что основным средством воздействия здесь является драматизация. Драматизация – это вид арт-технологии, ориентированный на процесс и на удовольствие в этом процессе, связана со способностью выражать события и переживания ярко и точно; способность посмотреть на них другими гла-

зами. Направлена на развитие спонтанности, импровизационности, пластичности (телесной, эмоциональной, когнитивной), харизматичности; расширению поведенческих реакций, возможности переиграть жизненные сценарии [9].

Основные техники драматизации: сценическая пластика (пантомима, пластические этюды, сценический танец), работа с голосом («озвучка» фрагментов знакомых фильмов, сказок, жизненных сюжетов), беспредметные и предметные этюды, театр импровизации («История театра», «Национальные традиции»), драматизация художественных произведений, драматизация фантазий философских категорий, эмоциональных состояний (добра, зла, красоты и т.п.), театр абсурда, кукол и др. [4].

Драматические этюды способствуют снижению у детей уровня физической, косвенной агрессии, подозрительности, вербальной агрессии, чувства вины; снижают степень внутренней напряженности и способствуют развитию коммуникативного планирования и самоконтроля в общении.

Драматические этюды в данном случае позволяет детям «проникнуться» изображаемым образом, отработать негативные эмоции и преодолеть деструктивные коммуникативные установки во взаимодействии между детьми. Таким же образом в театрализованной деятельности может действовать и музыкальное сопровождение. На занятиях театрального кружка музыка, чаще всего, применяется как фоновое сопровождение деятельности, способствующее гармонизации эмоций детей, их конструктивному взаимодействию, что, несомненно, может усиливать эффективность формирования коммуникативных УУД.

Также интересным направлением театральной деятельности является кукольный театр. Коррекция поведения в коммуникации осуществляется с использованием техник изготовления кукол из различных материалов, техник пальчикового, теневого, марионеточного и др. театров, что позволяет ребенку проработать как негативные переживания, так и различные аспекты взаимодействия, а также дать возможность получения позитивного опыта общения в процессе творческой деятельности. Проигрывание различных сюжетов с помощью кукол способствует интеграции личности, развитию творческих способностей, расширению сознания, совершенствованию взаимодействия с окружающим миром. Работу с кукольными персонажами можно понимать как процесс знакомства с сильными

сторонами личности ребенка, расширения поля сознания и поведения ребенка, поиск нестандартных оптимальных выходов из различных коммуникативных ситуаций, безусловное принятие ребенка и взаимодействие с ними на равных посредством кукол и разыгрываемых сюжетов. Через сюжет и характер персонажей реализуются механизмы идентификации, позволяющие эффективно развивать умения конструктивного взаимодействия с окружающими у дошкольников, что способствует снижению негативных поведенческих проявлений и преодолению коммуникативных затруднений, а также формированию навыков взаимодействия и сотрудничества [4; 8].

Таким образом, арт-технология обеспечивает положительный эффект благодаря «исцеляющим» свойствам различных направлений художественного творчества, дающего возможность выразить и заново.

Драматизация включает в себе разнообразные приемы. Например, прием персонификации – включение в занятие определенного героя.

На занятии кружка помощниками учителя выступают знакомые (а иногда и не совсем знакомые) герои книг, мультфильмов. Они предлагают детям поспорить, порассуждать, найти выход из ситуации, становятся образцами для подражания, что позволяет через театральные образы оказывать воспитательное воздействие на ребенка.

Следующий прием – это прием ролевого прочтения текста. Этот прием формирует следующие компетенции: предметные, коммуникативные, регулятивные, познавательные. Для того, чтобы сделать этот прием более интересным использую следующие игры:

Игры-приветствия «Продолжи фразу...»:

«Солнышко в подарок». Учитель просит продолжить фразу, передавая игрушку-солнышко друг другу: «Я дарю тебе солнышко, чтобы ...».

Игра «33 картинки».

Дети и ведущий сидят в кругу на стульях или полу. Ведущий перемешивает карточки с картинками. Каждый ребенок по очереди берет одну картинку (карточки перевернуты изнаночной стороной). Ведущий тоже берет из стопки карточку и начинает рассказ, например: «Жила-была на дереве ворона. И был у этой вороны зонтик...». Следующий ребенок должен продолжить историю, используя свою картинку.

Игра «Кошки и мышки».

Для игры понадобятся две длинные веревки (по 3–4 метра). Дети делятся на две команды: «кошки» и «мышки». Вербки укладываются на пол параллельно друг другу на расстоянии примерно 3–4 метров и обозначают «домики» противоположных команд. «Кошки» и «мышки» встают в две шеренги друг напротив друга перед «домиками». Когда ведущий говорит «правильную» фразу («Небо бывает голубое»), «кошки» ловят «мышек» и уводят в свой «домик». Если ведущий говорит «неправильную» фразу («Небо бывает красное в горошек»), то «мышки» ловят «кошек». Пойманные становятся в противоположность «мышками» или «кошками». За чертой-«домиком» ловить нельзя. Задача ведущего: чередовать «правильные» и «неправильные» фразы.

- Груша бывает... сладкая!
- Зимой с неба сыплется... сахар!
- Воду можно... пить!
- Кошки умеют... лазать по деревьям!
- Книги... по небу летают!

Игра обычно очень нравится детям. Игру нужно повторить через несколько занятий, предложив придумывать необычные фразы одному из ребят (водящему).

Игра «Театр на бегу».

В основе игры лежит небольшой текст, который зачитывает ведущий. Перед игрой детям раздают карточки с ролями к тексту. Для первоклассников в начале учебного года рядом с надписями нужно сделать простые и понятные рисунки.

Педагог не торопясь читает текст, и дети соответственно своим ролям выполняют действия, импровизируя «на ходу». Перед игрой желательно снять обувь. Если необходимо, дети, получив роли, могут дополнить свой образ аксессуарами для театрализации.

Игра «Волшебный предмет».

Сочинение сказочных историй и их театрализация при помощи кукол-оригами. Педагог расставляет ширму для кукольного театра (можно поставить 3–4 стула в ряд и накрыть их покрывалом). Дети делятся на группы по три человека. Педагог подходит к каждой группе и дает небольшой предмет: катушку с нитками, пластиковую ложечку, помпончик из шерстяных ниток, настольный флажок, каме-

шек-голыш и т.п. Одновременно с этим он негромко спрашивает, что за персонаж.

Ведущий: «Сейчас каждая группа будет представлять небольшую сценку; представьте, что ваши герои неожиданно нашли на дороге волшебный предмет. Обсудите, пожалуйста, как они будут его использовать». Время на обсуждение 2–3 минуты. Когда время истекло, ведущий по очереди приглашает группы детей за ширму, где они и представляют свой мини-представления перед остальными детьми. Если группа затрудняется, ведущий ориентируется по ситуации и придумывает начало сказки: «Однажды кот и заяц нашли на дороге катушку ниток. Кот поднял катушку, и вдруг оказалось, что нитки на катушке волшебные...».

Упражнение «Старый башмак».

Дети и ведущий сидят на стульях в кругу. Ведущий запускает в круг некий предмет (старый зонтик, апельсин, фонарик, ложку, шахматную фигурку, шапку-ушанку и т.п.). Каждый участник должен придумать новый способ использования этого предмета. Когда круг закончен, ведущий предлагает следующий предмет. В зависимости от настроения группы можно провести до трех кругов с новыми предметами.

Сочинение историй про «старый башмак» и их театрализация. Группа делится на подгруппы по три человека. Ведущий выдает каждой подгруппе один предмет из тех, что участвовали в игре «Старый башмак». Он говорит: «Сейчас каждая из ваших команд придумает небольшую историю. В этой истории один герой попал в беду, а другие его спасают при помощи того предмета, который вы получили. Обсудите друг с другом, каких героев вы будете играть. Не забудьте показать, как ваш герой попал в беду, и самое главное: как вы будете использовать для спасения тот предмет, который вы получили?» В течение 5 минут ребята должны обсудить свою мини-историю и выбрать необходимые аксессуары. Каждый ребёнок может быть любым персонажем. Для создания образа можно использовать аксессуары для театрализации. После того, как обсуждение закончено, дети представляют свою «спасательную операцию» [8].

Театральные игры моделируют жизненный опыт людей, учат конструктивно общаться, обеспечивают успешную деятельность в сфере коммуникации. Директор знаменитого московского «Класс-центра», в котором соединились общеобразовательная, музыкальная

и театральная школа, С.З. Казарновский в интервью «Российской газете» высказал свою точку зрения о роли театра в развитии коммуникации: «Более или менее полное образование в области чувств дают театр, кино, музыка, живопись. Особенно когда ты сам занимаешься каким-то из этих искусств. Что такое актерское мастерство? Это умение слушать и слышать друг друга, достигать своей цели не бицепсами, а каким-то более гуманным способом. В этом смысле драматическое искусство важно для любого человека. Умение правильно взаимодействовать с окружающими тебя людьми можно назвать актерским качеством».

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Асмолов, А.Г. Как проектировать универсальные учебные действия в начальной школе. От действия к мысли: пособие для учителя / А.Г. Асмолов, Г.В. Бурменская, И.А. Володарская и др. / Под ред. А.Г. Асмолова. – М.: Просвещение, 2011. – 151 с.
2. Асмолов, А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека / А.Г. Асмолов. – М.: Академия, 2007. – 528 с.
3. Выготский, Л.С. Детская психология / Л.С. Выготский. – М., 1982. – 336 с.
4. Гребенщикова, Л.Г. Основы куклотерапии: галерея кукол / Л.Г. Гребенщикова. – СПб.: Речь, 2007. – 80 с.
5. Гришанова, И.А. Дидактическая концепция формирования коммуникативной успешности младших школьников: автореф. дисс. ... д. пед. наук: 13.00.01 / И.А. Гришанова. – Ижевск: ГОУВПО «Удмуртский государственный университет», 2010. – 48 с.
6. Гришанова, И.А. Коммуникативная успешность младших школьников (Теоретический и практический аспекты): Монография / И.А. Гришанова. – М. – Ижевск: Институт компьютерных исследований, 2006. – 234 с.
7. Дубровина, И.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми / И.В. Дубровина, А.Д. Андреева, Е.Е. Данилова, Т.В. Вохмянина. – М.: Академия, 1998. – 160 с.
8. Копытин, А.И. Арт-терапия детей и подростков / А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская. – М.: Когито-Центр, 2010. – 200 с.
9. Драматерапия <https://samopoznanie.ru/schools/dramaterapiya/>

АРТ-НАСТРОЕНИЕ

Молчанова Т.Н.,

педагог-психолог

ГБКУ АО «Архангельский ЦСПСиД»,

г. Архангельск

Техники арт-терапии набирают обороты среди психологических техник. А популярны они потому, что это достаточно безболезненный способ доступа к глубинному психологическому материалу любого человека. В настоящее время всё большее распространение получила семейная арт-терапия, так как этот метод групповой работы с родителями и детьми или супружескими парами является результативным.

Применение арт-терапии в работе с семьями может помочь осознать и разобраться в их внутрисемейном взаимодействии, особенностях общения, текущих семейных проблемах. Арт-терапия может предоставить семье новый опыт общения и самовыражения и дать терапевту информацию о том, каким образом взаимодействуют члены семьи и как они разрешают свои проблемы. Сталкиваясь с новой ситуацией, семья может реагировать теми же самыми эмоциональными проявлениями, которые характерны для обычной жизни. Создаваемые образы могут предоставлять то, как члены семьи воспринимают друг друга, а также каким образом семья, как целое, влияет на каждого [1].

Арт-терапия может использоваться в самых разнообразных ситуациях, например, для исследования детского опыта, связанного с отношениями с родителями, изучение опыта прошлого и текущего опыта семьи, изучения родительского влияния, переживаний членов семьи, диагностики семейных конфликтов, детско-родительских взаимоотношений [2].

Эффект от использования семейной арт-терапии заключается в ее способности предоставить соответствующие средства для самовыражения и коммуникации всем членам семьи. Особенно широко для занятий с семьями применяется изобразительное искусство, которое является наиболее подходящим средством, так как искусство является естественным средством самовыражения для детей [3].

Можно также отметить и то, что многие занятия семейной арт-терапией носят невербальный характер, поэтому члены семьи не относятся к ним как к терапии в общем понимании. Они обычно выби-

рают другие способы взаимодействия и перестраивают отношения друг с другом.

В своей работе с семьями мы так же часто используем арт-терапию для проведения группового тренинга. В этом тренинге могут участвовать от 6 до 12 человек. Также арт-упражнения можно использовать в работе с конкретной семьей.

Структура данного тренинга:

1. Групповая работа для установления взаимодействия между участниками тренинга в упражнении «Дорисуй рисунок». В данном упражнении все рисунки выполняются цветными карандашами. Каждому участнику предлагается начать рисовать свой рисунок. Затем через 1 минуту по сигналу все участники меняются рисунками, передав свой рисунок соседу справа. Далее, также по сигналу, участники передают рисунки по кругу дальше. Все рисунки должны вернуться тому, кто начинал их рисовать. В конце упражнения участники внимательно рассматривают получившийся рисунок и поочередно отвечают на вопросы тренера:

- что начинал рисовать?
- какой рисунок в результате получил?
- имеет ли рисунок законченный вид?

Для примера на рисунке 1 представлена работа по данному упражнению.



Рисунок 1. Дорисуй рисунок.

Изначально на этом рисунке мальчик начал рисовать подводную лодку. Далее все участники дорисовывали элементы, которые считали необходимыми и уместными. В итоге к мальчику вернулся рисунок, где изображены солнце, цветы, деревья, живые существа, а его подводная лодка превратилась в красивый домик на холме. Рисунок получился завершенным и целостным и очень понравился первому автору.

2. Индивидуальная работа в упражнении «Нарисуй свое имя». В данном упражнении все рисунки выполняются красками. Каждому участнику группы предлагается на листке бумаги изобразить свое имя. После того, как участники справятся с заданием, они показывают их друг другу, таким образом, представляют себя. На данный вид работы отводится 10 минут.

На рисунке 2 представлена работа, которая получилась при выполнении данного упражнения.



Рисунок 2. Нарисуй своё имя.

3. Работа в парах в упражнении «Молчаливый диалог» без возможности вербального контакта. В данном упражнении все рисунки выполняются красками. Каждому участнику выдается лист бумаги (на каждую пару по два листа), которые необходимо совместить

в произвольном порядке. Как будут соединяться между собой листы бумаги, участники выбирают сами, при этом они могут общаться только жестами. В результате участникам необходимо, не договариваясь заранее о теме, «разговаривать» красками. После завершения упражнения, участникам задаются следующие вопросы:

- получился ли диалог?
- с какими трудностями столкнулись?

Пример этого упражнения представлен на рисунке 3.



Рисунок 3. Молчаливый диалог.

Здесь видно, что диалог между участниками начался не сразу. Затем в паре появилась общая тема, которую они постарались «проговорить».

4. Групповая изобразительная работа с возможностью вербального контакта. Все участники делятся на небольшие группы. В данном упражнении все рисунки выполняются красками. Каждой группе предлагается нарисовать совместный рисунок на свободную тему. Тему они определяют сами. В данном процессе должны быть задействованы все члены группы одновременно. Участники могут разговаривать между собой и свободно выбирать любые цвета. В результате у каждой группы должен получиться законченный рисунок. Для усложнения упражнения каждому члену группы можно выбрать только определенный цвет, который он на протяжении всего упраж-

нения может использовать. Также участники могут придумать название рисунку.

Чаще всего группы рисуют космос, новогоднюю ёлку, пиццу.

Последним этапом данного тренинга является групповое обсуждение выполненных упражнений и рефлексия участников тренинга.

Использование данного тренинга с арт-терапевтическими упражнениями способствует укреплению эмоциональных, коммуникативных связей между участниками.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Копытин А.И., Руководство по детско-подростковой и семейной арт-терапии / А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская. – Москва: Когито-центр, 2006. – 250 с.
2. Ландгартен Х. Семейная арт-психотерапия. Игровая семейная психотерапия / Ч. Шеффер и Л. Кери. – Санкт-Петербург: Питер, 2001. – 292с.
3. Копытин А.И., Техники семейной арт-терапии / А.И. Копытин // Родительская академия. – 2010. – № 1. – С. 97–103.

ОПЫТ РАБОТЫ ПО ПРИМЕНЕНИЮ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ В ПРОЕКТНОЙ И КОРРЕЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ

Цветкова М.В.,

педагог-психолог

*БУСОВО «Кадниковский центр помощи детям,
оставшимся без попечения родителей»,
г. Кадников*

У детей сирот и детей оставшихся без попечения родителей, существенно изменена эмоционально – волевая сфера, и это требует поисков специальной системы для её стимулирования. Несформированность эмоциональной волевой сферы некоторых подростков нашего центра проявляется на различных уровнях: поведенческом – в виде негативного самопредъявления, нарушений умения управлять своими эмоциями и адекватно выражать их; социальном – в виде нарушений, низкого уровня сформированности мотивов установления и сохранения положительных взаимоотношений с взрослыми и сверстниками, дезадаптации; коммуникативном – в виде несформированности умений устанавливать и поддерживать конструктивный уровень общения, понимать и адекватно оценивать чувства собеседника; интеллектуальном – в виде неумения различать и определять эмоции и эмоциональные состояния людей, сниженного уровня развития высших эмоций и интеллектуальных чувств (чувства прекрасного, радость познания и открытия, чувства юмора), а в целом в снижении социального интеллекта и компетентности, социальных контактов. Эмоциональное благополучие способствует нормальному развитию личности подростка, выработке у него положительных качеств, доброжелательного отношения к другим людям. Психологическая наука давно убеждена в том, что творчество помогает подростку справиться со многими личностными, эмоциональными и поведенческими проблемами, способствует личностному росту и раскрытию [2]. Именно поэтому в системе образования и воспитания все больше внимания уделяется развитию творческих способностей детей и подростков, их креативности. Арт-терапия не навязывает ребёнку «внешних», «механических» средств разрешения его проблем, а «запускает» его внутренние ресурсы. Использование «Арт-технологий» позволяет расширить круг интересов, помогает развить самосознание и получить новый опыт общения со сверстниками, что приводит к ин-

тенсивному росту социально ценных побуждений и переживаний. Способность мыслить творчески делает ребенка более раскрепощенным, жизнерадостным, стойким к стрессовым ситуациям [3]. Изучая современную литературу можно сделать вывод о том, что психолог в своей работе должен уделять большее внимание развитию креативности и творческого потенциала подростка, так как это является одним из эффективных методов коррекции и развития. Проработка проблем посредством творческой деятельности является наиболее экологичным методом, поскольку, находясь в творческом процессе, подросток получает для себя столь необходимую возможность самовыражения своего потенциала, оптимизируются его эмоциональная сфера и поведенческие особенности [4].

Поэтому в условиях центра необходимо создание такого поля для самореализации детей, что предполагает активизацию процесса самовоспитания со стороны самого воспитанника, обеспечение условий для реализации своих потенциальных возможностей. Создание поля для самореализации предусматривает – включение воспитанников в решение различных проблем, социальных отношений в реальных и имитируемых ситуациях, стимулирование самопознания, определение своей позиции и способа адекватного поведения в различных ситуациях, оказание помощи подросткам в анализе проблем социальных отношений и вариативном проектировании своего поведения в сложных жизненных ситуациях. Создание такой среды внутри детского учреждения предполагает последовательное, системное воспитание у детей самостоятельности, повышение уровня эмоционально-волевого контроля, ответственность за свои действия, формирование нравственного поведения, развитие креативности и позитивного отношения к творчеству и как следствие к жизни. И поэтому в своем проекте «В гармонии с собой» я захотела попробовать использовать креативные методы коррекционно-развивающей работы, а в частности технологии Арт-терапии. Вид проекта: долгосрочный, групповой.

Тип проекта: познавательно-творческий.

Сроки реализации: 1 год.

Использовалось оборудование: МАК (метафорические ассоциативные карты), прозрачный мольберт, стол для рисования песком, кинетический песок, цветная бумага, ножницы, клей, альбомы, карандаши, краски, мелки, кисти, цветная ткань, мяч, ковёр, ноутбук, аудиомонофон.

Цель проекта: создание условий для раскрытия творческого потенциала воспитанников и гармонизации их личности.

Задачи для детей:

Коррекционно – образовательные:

- способствовать открытому проявлению эмоций и чувств различными социально приемлемыми способами (словесными, физическими, творческими и т.д.);
- определять задачи для достижения цели, аргументировать выбор темы и способов деятельности, планировать свои действия.

Коррекционно – развивающие:

- Развитие творческого и креативного мышления.
- Развивать стремление сопереживать, помогать друг другу, развивать у себя исследовательские творческие умения (выделение проблем, сбор информации, наблюдение обобщение, представление результатов);
- Формирование мотивации на самопознание, саморазвитие и самовыражение.
- Развивать навыки взаимодействия в коллективе;
- Стабилизировать эмоциональное состояние (снятие напряжения, тревожности, агрессивности) по средствам арт-техник.

Коррекционно – воспитательные:

- Получать удовольствие, интерес от совместно проделанной работы;
- обогащать отношения воспитателей и детей опытом диалогического эмоционально насыщенного общения и совместной творческой познавательной деятельности;
- Воспитывать стремление довести начатую работу до конца, получить продукт деятельности.

Для педагога-психолога

Разработать программу занятий и подобрать комплекс упражнений, направленных на развитие творческого потенциала и гармонизацию личности.

Использовала методы и приёмы (диагностика, дискуссионные методы, изотерапия, рисование на прозрачном мольберте), сказкотерапия, драматерапия (имаготерапия), мандалотерапия, маскотерапия, куклотерапия, коллажирование, цветотерапия, песочная тера-

пия (Метод sand – art рисование песком на световых столах, работа с кинетическим песком, МАК).

Работа проходила в три этапа:

1. *Подготовительный* – теоретическое исследование проблемы, изучение литературных источников и организационно-методических материалов;

- составление тематического плана проведения занятий по темам проекта.

Начальная диагностика:

- изучение наличия креативного мышления;

2. *Основной* – реализация мероприятий в соответствии с тематическим планом.

3. *Итоговый* – подведение итогов, анализ результативности программы, отслеживание результатов работы

Оформление выставки работ.

Программа строится по следующим принципам:

1. Создание позитивной, развивающей и воспитательной среды, направленной на формирование мотивационно – ценностных устремлений несовершеннолетних.

2. Включение в процесс всех сфер личности подростка – интеллектуальной (сознательное усвоение общественных норм поведения), действенно-практической (вовлечение в общественно полезную деятельность), эмоциональной (отношение к окружающим).

3. Принцип личностной направленности – учёт индивидуальных склонностей и интересов, своеобразие характеров, опора на положительные стороны личности.

4. Комплексность и взаимодополняемость психологических и педагогических методов.

5. Принцип единства воспитания, организация мероприятий, оказание помощи и поддержки несовершеннолетним.

Вначале группа состояла из 7 воспитанников в возрасте от 13 до 17 лет. За полгода работы несколько детей выбыло из детского учреждения, несколько было подключено к занятиям на разных этапах, но шесть человек посещали группу практически от начала и до конца.

На первом этапе программы занятий, с учетом большой значимости для подростков вопросов психологической, гендерной и культурной идентификации в мягкой форме предлагала им задания, ори-

ентированные на предъявление в визуальной форме своего психологического, гендерного и культурного «Я» – создание автопортретов, личных гербов, флага своей культурной идентичности. Такие упражнения позволяют ребенку отразить свой биографический опыт, отношение к самому себе и способствуют глубокой рефлексии индивидуальных потребностей и чувств. А с целью сплочения группы и активизации групповой динамики предлагала участникам различные формы парной (парное рисование и обсуждение) и коллективной работы, следя при этом, однако, за тем, чтобы участники группы уважали личные границы друг друга. Рисовали подростки на листе, прозрачном мольберте и световых песочных столах. После изобразительной деятельности побуждала к высказыванию своих чувств хотя бы на уровне «нравится – не нравится». У всех участников постепенно пробуждался интерес к изобразительному творчеству. Вначале многие боялись приступать к выполнению рисунков, отказывались рисовать, сомневались в результате, не верили в свои возможности. Но постепенно на смену страху пришло любопытство, а затем и интерес к творческому самовыражению. Дети с удовольствием рисовали свое имя, себя в образе растения и цветка, автопортреты, свое настроение Упражнение «Что я люблю» свелось к обсуждению гастрономических предпочтений участников.

Изображение себя в образе животного и предмета вызвало у детей значительные затруднения с выбором объекта. Это связано с незрелостью мыслительных операций наших воспитанников, трудностями в возникновении у них ассоциаций и метафор. Очень увлекла моих подопечных технология маскотерапия. Маски делали из папье-маше и раскрашивали по своему желанию, аргументирую почему выбрали именно это цвет, рисунок, символ. Также раскрашивали и делали мандалы, делали коллаж. На каждое занятие подбиралась сказка, притча или былина, которая ввела к обсуждению. Вначале занятия и в конце использовалось упражнение цветотерапии «Покрывало Феи», на котором ребята высказывали своё желание, в какое покрывало они хотели бы вернуться на данный момент. Большие проблемы вызвала работа в парах и упражнения, предполагающие коммуникацию. Здесь проявилось негативное восприятие детьми многих окружающих и их недоверие к миру. Дети не могли определить, кто с кем будет сидеть. Я учитывала пожелания участников и разрешала им рассаживаться по двое, по трое и по одному. В течение занятия часть детей успевала выполнить несколько рисунков или работ, дру-

гие же еле-еле могли закончить один, некоторые откладывали свои работы на следующее занятие. Иногда дети выражали желание уничтожить свое произведение (смять, разорвать, стереть) Это не поощрялось, но давалось право самостоятельно распорядиться своей работой. Ребята очень любили работать на прозрачном мольберте или световых столах, так как можно много раз подкорректировать свою работу. На первых занятиях дети непроизвольно прибегали к сравнению своих и чужих работ. Причем у одних это сравнение было постоянно в свою пользу, а другие расстраивались, глядя на более привлекательные, с их точки зрения, работы других детей. Стоило большого труда приучить к безоценочному взгляду, к умению видеть свои маленькие успехи и быть терпимыми. Постоянно создавала ситуации успешности для каждого ребенка на его уровне. Но так как все это проходило медленно и постепенно, на занятиях частенько случались небольшие драмы. Ребёнок уходил, но возвращался на следующее занятие. В конце занятий с детьми на стене в кабинете оформили уголок работ, сделанных в течении проекта.

К концу второго этапа проекта мы стали отмечать положительные сдвиги в поведении детей, гармонизацию их эмоциональной сферы, снижение тревожности, повышение самооценки и уверенности в себе. Уже не было серьезных проблем с выбором партнеров для работы, дети легче и охотнее приступали к выполнению работы, почти прекратились вспышки агрессии, повысилась степень принятия своих и чужих рисунков, они стали более открыто и активно участвовать в обсуждении, вербально выражать свои чувства. Наиболее интеллектуально сохранные дети стали обращать внимание на эмоциональное состояние своих товарищей, появилось сочувствие, эмпатия. Некоторые научились выражать одобрение и поддержку другим детям, радоваться чужому успеху, а также в случае необходимости призывать к приемлемому поведению и даже сглаживать конфликты.

Таким образом, наши воспитанники освоили новый для себя опыт общения и взаимодействия.

Можно отметить, что арт-терапевтические методы показали свою эффективность в коррекции эмоциональных проблем и привычных неадаптивных форм поведения. Для получения устойчивых результатов необходимо продолжать включать арт-терапевтическую работу в комплекс психолого-педагогических мероприятий, направленных на развитие личности воспитанника. Опыт, который воспитанники могут приобрести на групповых занятиях с элементами арт-

терапии имеет не только эффект «поддержки» в сложный для подростков период, но и создает определенный социально-психологический «иммунитет», помогающий решать сложные проблемы, возникающие в межличностном общении, новые положительные «Я-схемы», а так же новые умения и навыки, которые формируются в процессе творческой работы, помогают эффективно осваивать сложности реального мир.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Копытин, А. И. Основы Арт-терапии. – Санкт-Петербург: Лань, 1999 – 255 с.
2. Роджерс, К.Р. Становление личности. Взгляд на психотерапию/ К.Р. Роджерс; пер. с англ. М.Злотник. – М.: Изд-во ЭКСИМО-Пресс, 2001. – 480 с.
3. Сакович, Н.А. Использование креативных методов в коррекционно-развивающей работе психологов системы образования: Учебно-методическое пособие [В 3 ч.]/ Т.В. Сакович. – Ч.1. – Минск, 2003.
4. Оклендер В. Окна в мир ребенка. Руководство по детской терапии. – М., 2005. – 336 с.

АРТ-ТЕХНОЛОГИЯ КАК МЕТОД САМОПОЗНАНИЯ

Пермякова Т.Л.,

педагог-психолог

*МБДОУ «Центр развития ребенка –
детский сад №140 «Творчество»,
г. Архангельск*

Наверное, каждый человек независимо от пола, возраста и от того, чем она (он) занимается, иногда испытывает растерянность, желание что-то поменять в своей жизни. Возможно это, эмоциональные переживания, делиться которыми не всегда хочется, и нет уверенности, что поймут, или профессиональное выгорание, когда человек работает на работе и, приходя домой, он продолжает думать о работе, что-то доделывать, переделывать, то есть страдать перфекционизмом, не выключая своего внутреннего Цензора, внутреннюю Обезьяну-паникёра. И сам того не замечая сгорает, как батарейка. Проблемы у каждого человека свои. Куда идти, к кому обратиться? Как справиться с переживаниями? Как выразить подавленные эмоции и прожить их? Где найти ресурс для себя? Как и где найти «золотой ключик», чтоб открыть волшебную дверцу самопознания и самопомощи?

Многие клиенты обратившись на консультацию к психологу, находят свой «золотой ключик» в Арт-технологиях.

Арт-технологии называют художественно-творческими технологиями, подразумевая под ними совокупность знаний, умений, навыков и способов деятельности педагога или психолога, которые позволяют воздействовать на личность взрослого или ребенка средствами художественного творчества [2]. Они позволяют обойти психологические защиты, погрузиться внутрь себя и обнаружить там истинные желания и потребности. Арт-технологии-один из самых приятных способов психологической разгрузки, развития креативных способностей и творчества.

По словам арт-терапевта Сары Ройзен, «во время творческого процесса мы подключаемся к нашей врожденной роли создателей, и это обеспечивает прямой визуальный выход для наших внутренних миров, надежд, мечтаний и желаний... это дает нам доступ к нашей внутренней мудрости и может достать материал из бессознательного» [1]. Следует отметить отличие понятий арт-технологии и арт-терапия, не смотря на то, что они, имеют много общего и прочно взаимосвязаны, но пользуясь одними средствами, решают разные задачи [5].

- *Арт-терапия* направлена на психологическую коррекцию и лечение;
- *Арт-технологии* способствуют достижению целей и решению задач развития личности.

Арсенал арт – технологий широк, но в рамках статьи мы рассмотрим 10 техник в направлении *изобразительная деятельность*.

1. Граттаж (от франц. Gratter – скрести, царапать) – это способ выполнения рисунка путем процарапывания острым инструментом бумаги или картона, залитых тушью или черной гуашью. Другое название техники – воскография, иногда ее также называют царапкой. Рисунки, выполненные в технике граттаж, отличаются контрастом белых линий и черного фона, и похожи на гравюры. А если предварительно покрасить лист бумаги в различные цвета, то рисунок получится очень интересным и оригинальным [4].

2. Пальчиковая живопись – рисуем пальчиками, ладошками, можно даже ножками. Намеренно испачкаться в краске – это очень весело, неожиданно и интересно для любого ребёнка и взрослого. Это пальчиковая гимнастика и хороший рефлекторный массаж. На ладонях находятся определенные точки, которые связаны со всеми органами тела. Массажирюя эти точки, можно добиться улучшения состояния организма в целом. Таким образом, развивается мелкая моторика, гибкость пальцев и мышц рук. Центр, отвечающий за движения, расположен в мозге рядом с центром речи, и когда начинает работать первый, он заставляет трудиться и второй. Рисующий, получает новые ощущения при макании пальчика в краску, при ведении пальчиком по различным поверхностям для рисования. Он передает свои чувства и ощущения на бумагу в виде рисунка различной цветовой гаммы. В процессе выполнения действий раскрепощается, устраняет страхи, комплексы, развивает уверенность в себе и общительность.

3. Монотипия – переводе с греческого означает «Один отпечаток» или «Единый отпечаток». Это, интересная, легкая и веселая техника рисования, которая понравится в всем не зависимо от возраста. Чтобы нарисовать рисунок в этой технике, вам понадобится чистый лист бумаги, краски (гуашь или акварель) и кисточки. Сложите лист бумаги пополам, а затем – разверните его, и нарисуйте что-нибудь на одной половине листа рядом со сгибом. Например, половину ствола дерева. А затем – снова сложите лист, плотно прижав нарисованную

сторону к чистой. Разверните лист и посмотрите, что получилось! На второй половине листа бумаги сама собой окажется нарисованной вторая половина ствола. Таким же образом, можно дорисовать зеленую крону дерева, яркие пятнышки плодов. Да и все, что захочется!

4. Кляксография – относится к силуэтному искусству, нетрадиционной техники рисования. Это один из самых необычных способов в рисовании, уникальный, увлекательный, развивающий не только навыки и способности к рисованию, но и фантазию, смекалку, усидчивость. Капнув краску на лист с кисти, или из пипетки и с помощью трубочки дуем на кляксу, чтобы ее конец не касался ни бумаги, ни краски. При необходимости лист можно поворачивать.

5. Штампинг. Рисунки готовыми силиконовыми штампами, при помощи оттисков печатей, можно создать настоящие произведения искусства. Штампиком может служить фрукт или овощ, крышки от бутылок, бутылки пластиковые, колпачки от фломастеров, пуговицы, небольшие коробочки и т.п.

6. Энкаустика. Рисуем утюгом *и восковыми карандашами* на **глянцевом картоне формата А5**. Техника рисования достаточно проста и может быть под силу даже школьнику. Картины, нарисованные в данном стиле, могут быть **прекрасным подарком или сувениром**. Их можно подарить своим родственникам, друзьям, знакомым или украсить ими стены вашего дома [3].

7. Пуантилизм – это направление в живописи, когда все богатство палитры красок передается чистыми, несмешанными красками. Таким образом, чтоб создать картину, требуется нанести множество точек – мазков основными цветами краски. Отсюда и название техники нанесения рисунка – пуантилизм, от французского слова *pointel* – писать точками. Она способствует, улучшает и корректирует мозговую деятельность. Здесь также присутствует цветотерапия. Работа с цветом даёт хорошее настроение и хорошие эмоции [3].

8. Рисование пленкой.

1) На картон или бумагу выдавливаем краску, сверху кладем пленку и разглаживаем ватой или губкой, потом резко отдергиваем пленку.

2) На смоченный лист бумаги наносится акварель или жидкая гуашь. Пока лист влажный, его покрывают пищевой пленкой (чем больше пленка имеет мятый вид, тем интереснее получаются оттиски). Когда лист высыхает, пленка снимается.

9. Ниткография – технология выполнения необычайно проста. Берём белый лист бумаги, формат А4 и сгибаем пополам. Набираем краску на нитку с помощью кисти: нить опускаем в тушь, или краску. Произвольно укладываем нитку с краской петлями и зигзагами на одну часть лист бумаги, оставляя не закрашенный конец нити. После того, как смоченная краской нить уложена, ее накрывают второй половиной листа. Обе части листа плотно прижимают друг к другу рукой, а нить резко выдергивают за конец. Хорошо использовать толстую шерстяную нить – ворс оставляет на бумаге самые замысловатые силуэты, а на одном листе можно укладывать нитки нескольких цветов. Они могут у Вас переплетаться между собой, а могут быть отпечатаны отдельно друг от друга.

10. Рисование пеной для бритья. Пена для бритья – очень необычная поверхность для рисования. Краску на ней можно растягивать и закручивать красивыми виньетками, завитками и другими узорами. Процесс напоминает эбру (рисование на воде), а каждый рисунок получается уникальным. Нанести немного пены на поднос или тарелку, разровнять ее поверхность с помощью линейки или полоски картона. Капнуть на пену краски разного цвета. Тонкой кисточкой, зубочисткой или спичкой водить по поверхности пены в хаотичном порядке или создавая определенный узор. Когда изображение будет готово, приложить к нему лист бумаги и прижать, чтобы изображение отпечаталось на листе. Аккуратно, чтобы не испортить рисунок, снять бумагу и положить ее рисунком вверх на несколько минут, чтобы впиталась краска. Снять с рисунка остатки пены, проведя по нему линейкой или картоном. Оставить рисунок сохнуть. Оставшуюся пену можно перемешать и рисовать на ней снова.

Предлагаю Вам простые упражнения по арт-технологии в направлении изобразительная деятельность, выполнять которые можно в любой технике.

Цель – с помощью цветных графических образов, вернуться в состояние эмоционального равновесия, снять стресс.

1. Нарисуйте свои хорошие черты характера;
2. Изобразите себя в виде животного;
3. Сделайте контур своей руки (ладони с пальцами) и создайте внутри уникальные рисунки;
4. Окунитесь в мир детства и нарисуйте свое детское воспоминание;
5. Изобразите свой собственный герб или герб семьи;

6. Сделайте рисунок - абстракцию своих положительных моментов в жизни;
7. Разукрасьте камень или кирпич;
8. Соберите коллаж из листьев, палочек (приклейте их к бумаге) и дорисуйте фон, изображения вокруг них;
9. Создайте собственную интерпретацию известной картины;
10. Рисуйте свои мечты, и вы найдете необходимый для Вас ресурс;
11. «Рисуем каракули». Отличная техника выхода из запутанной ситуации;
12. Нарисуйте мандалу, или раскрасьте распечатанную заготовку. Мандала – это рисунок, который исходит от души рисующего. В нем содержится сущность внутреннего «Я» клиента. В процессе рисования приходит чувство умиротворения. Такое творчество помогает перейти в состояние гармонии с собой и окружающим миром. Мандала – это Ваш новый источник энергии;
13. Нарисуй свое имя (не используя буквы);
14. Нарисуй стрессовую ситуацию.

Результат: арт-технологии в направлении изобразительная деятельность, помогут детям и взрослым не только поэкспериментировать, весело провести время но и развить творческий потенциал, посмотреть на сложную ситуацию с другой точки зрения, найти свой ресурс, возможности о которых Вы даже не предполагали, откроет новые интересы и области для самовыражения. Но, это еще не всё, в процессе изобразительной деятельности:

- развивается глазомер и координация рук;
- развивается фантазия, и воображение;
- отрабатываются навыки работы с карандашами, красками, кистями, трубочками и даже утюгом;
- дети и взрослые учатся передавать силуэты людей, растений и животных;
- развивается старательность, внимательность, аккуратность.

Важно!!! Для таких занятий нет необходимости обладать художественными навыками и при желании рисунок всегда можно изменить.

Конечно, существует огромное количество направлений арт-технологии, у каждого психолога есть свои любимые методы помощи людям. Мне хотелось поделиться с вами простым, современным, и действительно эффективным направлением психологической работы:

- не зависящим от возрастной градации и половых признаков;
- когда есть возможность работать с клиентом индивидуально и с группой;
- подходит людям, которым сложно говорить о своих эмоциях и о том, что происходит в их внутреннем мире;
- применяется для работы с травмами, утратой, кризисными состояниями, тревогой, кризисами;
- позволяет лучше познать себя, развить креативность, гибкость мышления, важные коммуникативные навыки;
- хорошо сочетается с другими методами и технологиями.

Подводя итог, можно с уверенностью сказать, что изобразительная деятельность, как одно из направлений арт-технологии имеют огромный потенциал для самопознания человека. В моем арсенале работы это направление часто используется, а результаты радуют.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. «Арт – терапия и наши истинные желания» Автор статьи: Margarita Tartakovsky Перевод: Анна Остренко.
2. Афанасьева А.Б. Арт-технологии в диагностике и развитии креативности ребенка во внеурочной деятельности // В сборнике: Актуальные проблемы современного образования: опыт и инновации материалы всероссийской научно-практической конференции (заочной) с международным участием. ответственный редактор А.Ю. Нагорнова. – 2016. – С. 94–98.
3. Мастер-класс: рисуем утюгом <http://materials.tell4all.ru/master-klass-risuem-utyugom/>.
4. Қасен Г.А., Айтбаева А.Б. Арт-педагогика и арт-терапия в инклюзивном образовании. – Алматы: Қазақуниверситеті, 2019 – С. 54–56.
5. Лелявина К.И., Клименко Г.А. Арт-технологии в образовательном процессе средней школы // В сборнике: Перспективы развития науки и образования: III международная научнопрактическая конференция. – 2016. – С. 87-90.
6. Степанова А.В., Жданова С.Н. Арт-технологии в социализации учащихся // В сборнике: Современные проблемы и перспективы развития педагогики и психологии сборник материалов 9-ой Международной научно-практической конференции. – 2016. – С. 91–99.

ФОТОТВОРЧЕСТВО В РАБОТЕ ПСИХОЛОГА (ОСНОВНЫЕ МЕТОДЫ РАБОТЫ С ПРИМЕНЕНИЕМ ФОТОГРАФИИ)

*Логинова Н.А.,
педагог-психолог
ГБСУ АО «Каргопольский СРЦН»,
г. Каргополь, Архангельская область*

У каждого человека есть своя история. В этой истории есть и весёлые, и грустные моменты. Есть и такие ситуации, которые очень хочется вспомнить, заново пережить, по-новому осмыслить, но доступ к ним «за семью печатями». Арт-технологии – это своеобразный ключик к замочкам подсознания.

Цели арт-технологий:

- Дать социально приемлемый выход негативным чувствам.
- Облегчить процесс коррекции. Неосознаваемые внутренние конфликты и переживания часто бывает легче выразить с помощью образов, чем высказать их в процессе вербальной коррекции.
- Получить материал для интерпретации и диагностических заключений. Продукты творчества относительно долговечны, и клиент не может отрицать факт их существования. Содержание и стиль художественных работ дают возможность получить информацию о клиенте, который может помогать в интерпретации своих произведений.
- Проработать мысли и чувства, которые клиент привык подавлять. Иногда невербальные средства являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний и убеждений.
- Наладить отношения между психологом и клиентом. Совместное участие в творческой деятельности может способствовать созданию отношений эмпатии и взаимного принятия.
- Развить чувство внутреннего контроля. Работа над рисунками, картинами или лепка предусматривают упорядочивание цвета и форм.
- Сконцентрировать внимание на ощущениях и чувствах. Занятия создают богатые возможности для экспериментирования с кинестетическими и зрительными ощущениями и развития способности к их восприятию.

– Развить художественные способности и повысить самооценку. Побочным продуктом арт-технологий является чувство удовлетворения, которое возникает в результате выявления скрытых талантов и их развития [1].

К одним из направлений арт-технологий относят фототворчество. На сегодняшний день нам было бы трудно представить свою жизнь без фотографии, сопровождающей человека с момента его рождения. Для большинства людей фотоснимки являются ценными документами, свидетельствами их личной истории. Ежедневно на страницах журналов и газет мы сталкиваемся с кадрами фотохроники, рассматриваем фотографии друзей, сделанных в особенный, знаменательный или, наоборот, обыденный момент жизни, иногда погружаемся в мир давно забытых переживаний, перебирая старые фотографии. Часто мы сами становимся авторами каких-то кадров, которые храним, потому что удалось поймать момент или передать настроение, или просто – на память. Фотография стала неотъемлемой частью нашей жизни [2].

В настоящее время как в зарубежной, так и в отечественной психологической литературе все чаще используются такие понятия, как:

- фототерапия;
- фото-арт-терапия;
- терапевтическая фотография.

Фототерапия.

Этим термином обозначают набор психотехник, связанных с лечебно-коррекционным применением фотографии, её использования для решения психологических проблем, а также развития и гармонизации личности. Фототерапия является относительно новым видом арт-терапии, применение её началось с 1970-х в США и Канаде. В процессе фототерапии специалист может предложить клиенту использовать личные фотографии, фото из семейного альбома, материалы из других источников (журналы, реклама, открытки), содержащие в себе визуальные образы и являющиеся эмоционально-значимыми для клиента. Для работы могут привлекаться как готовые фото, так и авторские снимки клиента, созданные уже в процессе терапии. Последующее обсуждение снимков, сочинение историй, применение дополнительных изобразительных техник и приемов (рисование, коллажирование, инсталлирование готовых

снимков в пространство), изготовление из фотографий фигур и последующая игра с ними и многие другие виды творческой активности могут стать дополнительным элементом терапии.

Поскольку фототерапия в первую очередь предполагает установление и развитие терапевтических отношений, а не создание произведений фотоискусства, то для эффективной терапевтической практики не требуется никакой предшествующий опыт работы с фотокамерой или знание фотоискусства, а эстетические критерии результатов творчества играют второстепенную роль. Целью фототерапии, как и любого другого метода психотерапии, является восстановление и укрепление психического или физического здоровья клиента, повышение качества его жизни. Эстетические критерии фототворчества, а также знания и умения специалиста в области фототехники и фотоискусства играют второстепенную роль.

Фото-арт-терапия.

Напоминая процесс фототерапии, фото-арт-терапия все же отличается от нее большей представленностью творческих видов деятельности, связанных, прежде всего, с созданием и преобразованием визуальных образов. Фото-арт-терапия требует от специалиста не только профессиональной клинической и психологической подготовки, но и дополнительного образования в области арт-терапии. Фото-арт-терапия может, например, предполагать создание фотоколлажей, фотоплакатов, дорисовывание фотографий, а также применение фотографии в сочетании с движением и танцем, музыкой, литературным творчеством, паратеатральными формами.

Не смотря на то, что фото-арт-терапия связана с созданием новых визуальных образов и форм, тем не менее, их эстетическая ценность все же не важна для процесса терапии. Успех фото-арт-терапии заключается в применении фотографии скорее как средства коммуникации, чем создании эстетических феноменов.

Таким образом, фото-арт-терапия это метод психотерапии, предполагающий создание и преобразование новых образов и форм в процессе взаимодействия арт-терапевта и клиента, с использованием фотографий и других визуальных материалов. Фото-арт-терапия, так же, как и фототерапия, невозможна без построения терапевтических отношений, работы с личностью клиента.

Терапевтическая фотография.

Часто сам процесс восприятия или создания фотографий имеет развивающее и исцеляющее воздействие. Это и есть терапевтический эффект фотографии или можно сказать *терапевтическая фотография*. Для нее характерно то, что сам процесс творческого самовыражения ведет к достижению тех или иных положительных эффектов. Ни терапевтические отношения, ни специальная методология для этого не требуются. «Общаясь» с фотографиями или создавая их, человек как бы «лечит» себя сам.

В отличие от фототерапии, терапевтическая фотография основана, главным образом, на факторе художественной экспрессии. Выбор объекта съемки, игра света, использование различных технических приемов и пр. – это богатство палитры фотохудожника, которым он пользуется при создании своих произведений.

Терапевтическая фотография может применяться в разные периоды работы с клиентом или выступать одной из форм долговременной психосоциальной поддержки клиентов, уже завершивших курс психотерапии.

Способы обсуждения личных фотодокументов.

Интерпретации. При обсуждении фотографий специалист может прибегать к интерпретациям. Интерпретация связана, в частности, с обозначением специалистом не осознаваемых клиентом его личностных особенностей и психологических защит, а также природы и механизмов развития имеющихся у него проблем, симптомов. В тех ситуациях, когда в ходе психотерапии клиент предъявляет какой-либо визуальный материал (рисунки, фотографии), интерпретация бывает также связана с комментированием специалистом того, какие именно психологические, личностные особенности отражает этот материал.

Интерпретация как составная часть психотерапии и один из приемов воздействия на клиента не является прямым аналогом диагностики, часто она имеет гипотетический характер и направлена на то, чтобы активизировать клиента. Интерпретация должна применяться весьма осторожно и в контексте диалога с клиентом, в качестве мнения (впечатления) специалиста на основе предъявленного клиентом вербального, визуального или какого-либо иного личного материала.

Дополнительные вопросы. Когда проводится работа с готовыми фотографиями (например, фотографиями из семейного альбома), которые клиент выбрал из большого числа снимков, всегда имеет смысл спросить, почему он принес именно эти фотографии, и почему не принес другие, которые у него также имеются. Это позволяет лучше прояснить систему отношений, в частности, выявить, на каких снимках клиент сам себе нравится, а на каких – нет; общение с какими людьми он предпочитает продемонстрировать, а общение с какими – скрыть.

Помимо вопроса о том, какие чувства вызывает та или иная фотография, специалист может прояснять чувства клиента по поводу отдельных деталей фотоснимка – людей, предметов и элементов окружающей среды, ситуаций и т.д. Обсуждению также подлежит то, что на фотографии не видно. Например, можно обсудить то, что предшествовало изображенной на снимке ситуации, что за ней последовало, какие еще варианты развития событий были возможны, если бы клиент повел себя по-другому и т.д.

Нередко, важный в психотерапевтическом плане материал можно получить, спросив клиента, кто производил съемку, и в каких отношениях с этим человеком клиент находился и находится в настоящий момент. Очень важно это делать, например, при обсуждении фотографий, отражающих семейные или профессиональные отношения. Благодаря этому часто удается прояснить роли клиента в этих отношениях и то, насколько они ему приятны или неприятны. Когда съемку производил сам клиент, либо когда его снимал кто-то другой, можно спросить:

- кто еще присутствовал при этом;
- как этот человек (эти люди) вел (вели) себя в изображенной ситуации;
- в каких отношениях он (они) находился (находились) с клиентом.

В процессе работы с личными фотодокументами клиента психотерапевт также может использовать закрытые, полуоткрытые или открытые вопросы. Закрытые вопросы предполагают наличие ограниченного набора ответов. Таких, например, как «да» или «нет», «нравится» или «не нравится». Полуоткрытые вопросы позволяют клиенту говорить более обстоятельно и, в случае необходимости, проговаривать свои варианты ответов, либо развивать или корректировать проговоренные психотерапевтом варианты. Открытые же во-

просы дают клиенту неограниченную свободу выбора способов описания фотоматериала и самого содержания рассказа. Примером такого вопроса может быть обращение специалиста к клиенту со словами «Что ты можешь сказать про этот снимок?» Полуоткрытым же будет вопрос: «Какие чувства эта фотография у тебя вызывает?» [3].

Обсуждение фотодокументов в группах. Иногда в процессе работы в группе возможность показать и прокомментировать личные фотоматериалы может быть предоставлена каждому участнику. В других случаях внимание фокусируется на одном или нескольких участниках и их визуальном материале. В некоторые периоды работы группа может переходить к более развернутой дискуссии, особенно, если в ходе показа фотографий были выявлены общие для членов группы темы или проблемы. Иногда на обсуждение выносятся процесс групповой работы и результаты, достигнутые участниками за тот или иной период времени. Так, участники могут подобрать и предъявить фотографии, которые показывают происходящие в их жизни и эмоциональном состоянии изменения, подводят своеобразный итог терапии [5].

Работа с семейным альбомом. Семейный альбом является одним из важнейших источников личных фотодокументов клиента, хотя в последнее время его все чаще заменяет компьютерный фото-архив. Семейный альбом представляет собой совокупность фотографий, выстроенных в определенном порядке и фиксирующих «историю семьи» или отдельных ее членов (во многих случаях родители, например, создают специальный альбом для каждого из своих детей). Поэтому семейный альбом формирует более масштабную картину жизни и отношений членов семьи.

Диагностические критерии в работе с семейным фотоальбомом. В работе с семейными фотоснимками специалисту важно обращать внимание на такие факты как пространственное расположение членов семьи в кадре. Семейный альбом делает наглядными отношения эмоциональной близости и, напротив, отчуждения между членами семьи, что может проявляться в их пространственном расположении относительно друг друга, позах и выражении лица. Можно, например, обратить внимание на отсутствие между фотографируемыми людьми физического контакта, что, возможно, будет указывать на их эмоциональную отстраненность друг от друга.

Семейный альбом позволяет определять семейные роли и различия в позициях членов семьи, что может иметь немаловажное значение в процессе индивидуальной и семейной психотерапии. Так, традиционным, соответствующим патриархальным семейным ролям мужа и жены является расположение жены сидя, а мужа – стоя. Различия в ролях родителей и детей также прослеживаются в их разном пространственном расположении. Если родители фотографируются вместе с детьми, родители чаще располагаются в центре. Недостаточная дифференциация семейных ролей будет отражаться в хаотичном расположении членов семьи в кадре или расположении детей в том месте и положении, которые являются более характерными для родителей. Роль «козла отпущения» или «отверженного» члена семьи прослеживается на фотографии в изолированном, более дистанцированном пространственном расположении одного из членов семьи, в его закрывании другими, либо даже в его отсутствии на фотографии.

С другой стороны, роль «кумира семьи» (в которой может выступать ребенок) будет проявляться в привилегированном расположении ребенка, например, рядом с родителями или между ними. При этом велика вероятность физического контакта между ребенком и родителями. Такая роль может быть, однако, не менее тяжела для ребенка, чем роль «козла отпущения», поскольку на него направлено наибольшее внимание родителей, а предъявляемые к нему требования высоки.

Нередко на фотографиях хорошо видны проявления сиблингового соперничества, борьбы детей за родительское внимание и «привилегии». Появление в семье нового ребенка может вести к эмоциональной травматизации старших детей. Переживание ими чувства обиды от недостатка родительского внимания и заботы в этой ситуации можно видеть на семейных фотографиях.

Роли и позиции детей в семье, в зависимости от порядка их появления на свет, хорошо проявляются в том, как они располагаются на фотографиях. Так, самый маленький ребенок при фотографировании всей семьи часто располагается в центре снимка, что может указывать на то, что и в семейных отношениях он является центром родительского внимания. Привилегированное положение того или иного ребенка в семье может иногда определяться его половой принадлежностью. Можно, например, видеть, как, выделяя ребенка

определенного пола, родитель располагает его во время фотографирования рядом с собой или сажает его себе на колени.

Фотография позволяет выявить семейные треугольники. На ней бывает хорошо видно, как некоторые члены семьи формируют альянс, в то время, как еще один член семьи («козел отпущения») оказывается за его пределами. На некоторых фотографиях можно, например, заметить, что мать располагается рядом с детьми, а отец вытеснен на периферию.

Весьма красноречивы порой взгляды членов семьи на фотографии. Иногда родительский взгляд является тем способом общения с ребенком, который способен повлиять на него больше, чем слова. Рассматривая свои детские фотографии, клиент может осознать то, что стоит за родительскими взглядами – осуждение, раздражение, досада, любовь, восхищение. «Встречаясь» с некоторыми родительскими взглядами на фотографии, клиент может в одних случаях испытывать чувства вины и страха, а в других – чувство внутренней гармонии, удовлетворения и гордости.

Очень важно, что использование семейного альбома в индивидуальной, групповой и семейной психотерапии позволяет участникам психотерапевтического процесса осознать преемственность семейной истории и внутреннюю связь с теми родственниками, которые либо умерли, либо находятся вдалеке [4].

Таким образом, в современной реальности фотография прочно заняла позицию одного из видов искусства, и, хотя само понятие «фототворчество» ещё не обрело четкого определения, однако и профессионалы и фотолюбители активно используют его в своей работе.

Специфика художественного образа в фотоискусстве состоит в том, что это изобразительный образ, который имеет документальное значение. Собственно именно эта особенность, а также достоверность, возможность «остановить мгновенье» являются главными отличительными особенностями фотографии как вида искусства.

Однако, помимо обозначенной информации, обращаясь к личным и семейным снимкам можно увидеть моральные и нравственные основы семьи, ценности и смыслы совместной жизни, возможно, тот главный смысл, ради которого существует семья [3].

Об эффективности арт-терапии можно судить на основании положительных отзывов клиентов, активизации участия в занятиях, усиления интереса к результатам собственного творчества, увеличения

времени самостоятельных занятий. Многочисленные данные показывают, что клиенты 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 [5].

Конкретные способы применения изображений могут быть самыми разнообразными: это интерпретация фотографий, обсуждение эстетического эффекта, произведенного ими, обсуждение личных впечатлений, воспоминания (если речь идет, например, о семейных фотографиях), сочинение историй и др. Кроме того, создание и/или восприятие фото-образов может дополняться не только их обсуждением, но и различными видами творческой деятельности. Например: рисованием, созданием коллажей, сочинением историй, созданием альбомов, тематических подборок, плакатов, инсталляций, изготовлением из фотографий фигур и игра с ними, работой с костюмами и гримом на сцене, танцем и пр. [1].

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Киселёва М.В. Арт-терапия в работе с детьми: руководство для детских психологов, педагогов, врачей. – СПб.: Речь, 2014. – 160 с.
2. Константинова Д. П. Фототерапия как метод психокоррекционной работы с различными группами клиентов // Социальная работа: проблемы и перспективы: материалы V Межвузовской научно-практической конференции, 23 марта 2011г. СПб: СПбГУП, 2011. – С. 103–105.
3. Копытин А.И. Основы арт-терапии. – СПб: Лань, 2002. – 256 с.
4. Копытин А.И. Тренинг по фототерапии. – СПб: Речь, 2018. – 96 с.
5. Остер Дж., Гоул П. Групповая психотерапия. Методическое пособие. – М.: Прогресс, 2009. – 178 с.

МАГИЧЕСКАЯ ФЕЕРИЯ МЕТОДА «SAND-ART»

Кузьмина Т. И.,

психолог

*отделения консультативной и методической помощи
БУ СО ВО «СРЦН «Росток»
г. Череповца»*

Метод песочного рисования «Sand-art» существует сравнительно недавно, около 30 лет. Зародилось это направление в США, и вначале было всего лишь эффектным зрелищем при проведении шоу-программ. Позже специалистами было доказано, что метод песочного рисования «Sand-art» можно эффективно применять в работе с различной психологической проблематикой, а так же в образовательных и развивающих целях.

Потенциал работы песком на световых планшетах это развитие воображения, мелкой моторики и координации движений. Мягкий рассеивающий свет, тепло идущее от планшетов, успокаивают нервную систему, дают возможность работать с любой психологической проблематикой. Метод базируется на сочетании невербальной (процесс построения композиции) и вербальной (рассказ о готовой композиции, сочинение истории или сказки, раскрывающей смысл композиции) экспрессии клиентов, не имеет возрастных ограничений и может использоваться в работе с детьми, начиная с 2-х лет.

Основная цель песочной терапии – достижение клиентом эффекта самоисцеления посредством спонтанного творческого выражения содержаний личностного и коллективного бессознательного.

Развивающий потенциал метода «Sand-art»

– *Развитие познавательных процессов.*

Следует отметить большую ценность песка: возможность богатого тактильного контакта (нервные окончания кончиков пальцев и радужка глаза, на которую проецируются основные функции головного мозга, развиваются из одного зародышевого листка), при рисовании песком идет как бы «массаж» головного мозга, а при одновременном рисовании двумя руками мы устанавливаем нейродинамическую взаимосвязь левого и правого полушария, активизируем межполушарные связи, что благотворно влияет на развитие речи, гибкость мышления, выносливость мозга: ребенок меньше устает, особенно это заметно при работе с эмоционально истощаемыми детьми.

- *Развитие кругозора и общей осведомленности.*

Большая возможность открывается перед педагогами, воспитателями д/с, психологами, использующими планшеты в работе с программами различной тематики.

- *Развитие мелкой моторики и координации движений.*

При рисовании в «Sand-art» используются различные приемы: «присыпка» стекла песком с ладошки, обводка трафаретов и рисунка «струйно» из сжатого кулачка, одним пальцем, щепотью, всей ладонью и т.п., задействованы все мелкие мышцы руки, тренировка идет не навязчиво, а через удовольствие.

- *Развитие воображения и творческих способностей.*

Работать песком на планшетах с подсветкой ребенку интересно еще и потому, что песок дает тени, создаются причудливые, удивительные и даже фантастические сюжеты, возникают объемы «3D» формата, это значительно отличает данный метод от рисования на листе красками.

- *Формирование эмоциональной устойчивости.*

Занятия проходят в полумраке, спокойный свет и тепло планшетов, внимание фиксируется на световое пятно, приятное музыкальное сопровождение, все это создает атмосферу расслабления, защищенности, погруженности в работу, способствует снятию тревожности, агрессивности, неуверенности, создает ровный фон настроения.

- *Развитие коммуникативных навыков.*

Рисую песком, ребенок учится выражать и описывать свои чувства, анализировать свое состояние и состояние других, что позволит в дальнейшем активно использовать опыт конструктивного общения в новом социуме, со взрослыми и сверстниками.



- *Подготовка к школьному обучению.*

Таким образом, через развитие основных психических функций, рисование песком помогает детям подготовиться к школьному обучению.

Психотерапевтический потенциал метода «Sand-art»

– *Диагностика.*

Совершенно очевидно, что рисование на песке дает большую возможность для диагностического обследования с последующей проработкой психотравмирующих ситуаций в процессе творческого самовыражения.

– *Стабилизация и гармонизация психоэмоционального состояния.*

В процессе песочной терапии могут корректироваться некоторые неадаптивные установки, иррациональные представления. Если диагностически рисунки отражают смятение и хаос, царящий в жизни ребенка, на планшет переносятся внутренние конфликты, взаимоотношения, реальные конфликты, тревога и т.п., то многократное символическое повторение психотравмирующей ситуации позволяет изменить отношение к ней. Проработка психотравмирующих ситуаций на символическом опыте дает возможность гармонизировать, (упорядочить) душевный хаос. Восстанавливается порядок и равновесие. Песочная терапия активизирует врожденные ресурсы самоисцеления человека, а сам песок обладает замечательным свойством «заземлять» негативную психическую энергию, что приводит к гармонизации психоэмоционального состояния.

Из опыта практического применения метода «Sand-art» в работе психолога БУСОВО «СРЦН «Росток» г. Череповца»

В работе с песочными планшетами воспитанниками бюджетного учреждения социального обслуживания Вологодской области «Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Росток» города Череповца», попавших в трудную жизненную ситуацию, есть свои особенности и новизна:

- в связи со спецификой учреждения группы открытые, т.к. идет подвижка воспитанников (одни дети после решения их вопроса выписываются, вновь поступившие включаются в занятия);
- занятия строятся по фольклорной тематике, погружение в мир былин, народных праздников, обычаев позволяет снять у подростков сопротивление при отреагировании внутриличностных проблем. Каждое занятие автономно.

В нашем случае основными задачами будут:

- проработка психотравмирующих ситуаций на символическом уровне;
- отреагирование негативного эмоционального опыта в процессе творческого самовыражения;
- изменение отношения к себе, своему прошлому, настоящему и будущему, к значимым другим, в целом к своей судьбе.

Дети не только осваивают технику рисования песком, пройдя подготовительные этапы, развивают свои творческие способности, применяют фантазию для создания сюжетных композиций. Обычно в группе работает по 3–5 человек. Продолжительность занятия для младших детей 35 минут, для старших 45 минут. Перед началом занятий проводится разминка со светящимися мячами. Есть разминка и в середине занятия (т.к. дети замороженно рисуют в статичных позах). На всем протяжении занятия идет музыкальное сопровождение согласно заявленной тематике («Рождество», «Масленица», «Медовый спас» и т.п.).

Если в начале занятий песочные картины воспитанников отражают негативные переживания: обиду, страх, незащитность, одиночество, враждебность и другие проекции отрицательного опыта, то постепенно, переходя от одного сюжета к другому видны результаты психокоррекционного воздействия, и об этом мы узнаём по ресурсному содержанию картины, которое является интегральной характеристикой:

1. Наличие особой позитивной энергетики в картине. От всей композиции или фрагмента идет тепло. Можно попросить рассказать об этом подробнее и актуализировать ресурс личности.

2. В картине или рассказе о ней имеется созидательная идея, стремление. Если психолог акцентирует на этом внимание ребенка, можно так же актуализировать его ресурсные возможности.

3. Сюжет песочной картины жизнеутверждающий.

4. В картине ощущение освобождения от напряжения после отработанного конфликта. Добро одержало победу над злом.

5. Потенциальные ресурсные возможности ребенка, подростка проявляются в его песочной картине в качестве чудесных, красивых предметов несущих избавление или счастливое разрешение ситуации.

В нашем центре организованы так же занятия для семей сотрудников, где они занимаются совместно со своими детьми. Это

не только совместный отдых, радость, удовольствие от создания в со-творчестве с детьми сказочных сюжетов, картин, процесс песочной терапии позволяет родителям и детям актуализировать и осознать свои проблемы, увидеть разные пути их преодоления и решения. Работать можно индивидуально с одной семьей (включает от 2-х человек до ее полного состава) и с несколькими семьями, представленными парами (мама/папа, ребенок), при наличии нескольких планшетов. Изображая на песке разнообразные сюжеты, ребенок и родитель приобретают бесценный опыт символического разрешения множества жизненных ситуаций. Этот опыт в качестве концентрата попадает в бессознательное. В поведении ребенка и родителя происходят определенные изменения, они начинают в реальности применять свой «песочный» опыт.

Таким образом, метод «Sand-art» широко используется в практике коррекционной работы с детьми БУ СО ВО «СРЦН «Росток» г. Череповца и дает положительные результаты в развитии ребенка и его психоэмоциональном состоянии.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреева Т.В. Психология современной семьи: монография. СПб: Речь, 2005. – 434 с.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии. – СПб: Речь, 2007. – 344 с.
3. Малкина-Пых Е.Г. Возрастные кризисы: Справочник практического психолога. – М.: Эксмо, 2004. – 896 с.
4. Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. СПб: Речь, 2008. – 176 с.
5. Ратникова Е.В., Гаврик А.В. Игры на песке. Работа с семьей и детьми. СПб: Речь, 2013. – 356 с.
6. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми. – СПб: Речь, 2012. – 160 с.
7. Копытин А., Корт Б. Техники телесно-ориентированной арт-терапии. – Москва: «Психотерапия», 2011. – 128 с.
8. Грегг М. Тайный мир рисунка. - СПб: Дементра, 2003. – 176 с.
9. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. – СПб: Союз, 2000. – 320 с.
10. Дикмани Х. Юнгианский анализ волшебных сказок. Сказание и иносказание. СПб: Академический проект, 2000. – 256 с.

«ВЫ РЕБЕНКУ В ГЛАЗА ЗАГЛЯНИТЕ»

*Суханова Е.А.,
социальный педагог
ГБКУ АО «Архангельский ЦСПСИД»,
г. Архангельск*

*«Лучший подарок, который
мы можем сделать ребенку,
– это не столько любить его,
сколько научить его
любить самого себя».
Жак Саломе*

В современных условиях проблема сохранения и укрепления здоровья ребенка является, пожалуй, самой приоритетной. Сегодня перед педагогами стоит важная задача – разработка мер по здоровьесбережению, внедрение здоровьесберегающих технологий в образовательный процесс.

В Центр социальной помощи семье и детям в отделение круглосуточного пребывания поступают дети, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, и дети, оставшиеся без попечения родителей.

Воспитанники, находящиеся в Центре, не похожи на детей, живущих в семье, за плечами каждого ребенка драма, трагедия, разрыв с семьей, огромное количество личностных, эмоциональных и поведенческих проблем. Столкнувшись с этими проблемами в своей практике, у педагогов часто возникают вопросы, связанные с развитием эмоциональной сферы детей, с поиском новых эффективных методов и приемов, способствующих улучшению психического здоровья воспитанников, их эмоционального благополучия.

Известно, что от тяжелых чувств можно избавиться, выразив их. Рассказывая о чём-то неприятном, можно уменьшить душевную боль. Но как быть с детьми, которые не только рассказать толком о своих неприятностях не умеют, но и не осознают до конца того, что с ними происходит? Выход есть! Дело в том, что рассказывать о себе можно разными способами. Например, можно рисовать свои переживания.

Так родился курс занятий с элементами арт-терапии «След на бумаге», который проводится с воспитанниками Архангельского центра социальной помощи семье и детям с 2010 года.

Так что же такое арт-терапия? Как отмечала И.В. Сусанина: «Арт-терапия – это область, которая использует невербальный язык искусства для развития личности в качестве средства, дающего возможность контактировать с глубинными аспектами нашей духовной жизни» [6, 45].

В буквальном переводе это понятие означает терапия искусством.

Суть его состоит в том, что через рисунок, игру, музыку арт-терапия дает выход внутренней некомфортности и сильным эмоциям, помогает понять собственные чувства и переживания. Как говорила Эдит Крамер – это метод, связанный с раскрытием творческого потенциала человека и познанием своего внутреннего мира [4, 65].

Согласно восточной мудрости, «картина может выразить то, что не выразит и тысяча слов».

Умение обличать в ясную форму то, что тревожит и пугает, очень ценно. Это помогает отделить страшное событие от того, что мы думаем о нем.

С пугающими или неприятными мыслями сложно справиться. Но заключая их в видимую форму, гораздо легче понять и преодолеть страх, тревогу, ведь многое из того, чего мы боимся снаружи, в действительности находится в нас самих. Помогая ребенку выразить свои противоречивые переживания, мы даем инструмент самолечения и средство, позволяющее обрести равновесие.

Огромным преимуществом такого способа самораскрытия является как раз его неполная осознанность. Ребенок рисует то, что его волнует, вкладывая в работу свои чувства, освобождается от накопившейся горечи, но он не обязан понимать, что с ним происходит. Осознание происходит подспудно, что повышает устойчивость ребенка и ускоряет его внутренний рост.

Для арт-терапии важен сам процесс и те особенности, которые конечным продуктом творчества помогают в психической жизни ребенка. Примечательно то, что активное использование искусства, как терапевтического фактора и тренинга эмоциональной сферы, дает мощный толчок для творчества ребенка. Дети на таких занятиях в созданном воображаемом сюжете активно работают с различными материалами, их не учат, а дают возможность создавать уникальное личное произведение. И в этот момент важен не результат, а сам процесс рисования. «Отражая жизнь, ребенок не заботится о зрителях и слушателях, в том коренное отличие его от художника, актера»

[4;48]. Ребенок не задумывается о конечном результате, он получает удовольствие от самого процесса, вот почему этот процесс для него так важен и терапевтичен.

Курс занятий разработан на основе программы по развитию эмоциональной сферы средствами арт-терапии, которая строилась с учетом опыта, накопленного в общеметодических (Ч.А. Измайловой, Р.М. Рахматулиной, О.В. Хухлаевой и др.) и психологических (А.И. Копытин, Г.А. Бреслав, Г.Л. Лендер, Н.М. Погосова, М.И. Чистякова и др.) материалах.

Основная цель при разработке курса занятий – это снятие психоэмоционального напряжения, гармонизация эмоционально-личностного развития детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, и детей, оставшихся без попечения родителей.

Изучая этот вопрос, было обращено внимание на то, что использование методов арт-терапии позволяет решать сразу несколько психолого-педагогических задач:

1. Способствовать обогащению эмоциональной сферы ребенка.
2. Помочь ребенку отреагировать имеющиеся отрицательные эмоции.
3. Способствовать творческой самореализации.
4. Развивать коммуникативные навыки.
5. Помочь осознать, что переживаемые проблемы являются пространственными.
6. Учить доверять себе и другим людям.
7. Подготовить ребенка к переходу в интернатное учреждение.
8. Помочь ребенку снять эмоциональное напряжение.

В работе с детьми используются такие направления арт-терапии как изотерапия и игротерапия.

Изотерапия – психотерапевтическая работа с использованием методов изобразительного искусства. Изотерапия опирается на психологию творчества и применяет благотворное воздействие рисования в психотерапевтических целях. Цель изотерапии – повышать эмоционально-положительный фон, создавать благоприятные условия для успешного развития ребёнка.

Игротерапия – вид психотерапии, в которой используется терапевтическое воздействие игры, чтобы помочь ребенку преодолеть психологические и социальные проблемы, затрудняющие личностное и эмоциональное развитие.

Каждое занятие строится по единому принципу:

Ритуал приветствия, разминочные упражнения, арт-терапевтические упражнения и обсуждение продукта, рефлексия.

Для определения результативности занятий с элементами арт-терапии используются следующие документы:

«График работы с детьми» и «Бланк арт-терапевтического сопровождения ребенка». Результаты анализируются дважды: на момент начала и по окончании занятий. Рисунки фотографируются для анализа результатов проведенной работы с детьми на начало курса и по его окончании.

Для того чтобы занятие с элементами арт-терапии удалось, необходимо следовать следующим правилам:

- Ваше открытое участие и поддержка, но не руководство и вмешательство.
- Специально выбранное время. Необходимо, чтобы Вы не были ограничены во времени, и у ребенка была возможность заниматься столько, сколько потребуется.
- Подготовленное пространство.

Необходимо, чтобы место для работы было специально подготовлено. Если это рисование, то пол или стол должен быть застелен клеенкой, ребенок одет в одежду, которую не жалко пачкать. Если это музыка, игры, танцы, чтобы была возможность шуметь, прыгать и т.д.

В этой статье представлены результаты работы за период 2018–2019 гг. Прошли курс занятий «След на бумаге» 64 ребёнка, из них 17 были переведены в интернатные учреждения, как дети, оставшиеся без попечения родителей, законных представителей.

Основными проблемами детей являются: низкая школьная мотивация – 90%, наличие вредных привычек – 50%, агрессивность, низкий уровень коммуникативных навыков – 50%, низкая самооценка – 50%, закрытость от взрослых, недоверие к окружающим людям. Главная задача педагога найти ключик к сердцу ребёнка, помочь ему раскрыться, научиться доверять окружающим, и в этом помогает курс занятий «След на бумаге».

Воспитанники с удовольствием посещают занятия, им нравится непринуждённая обстановка и то, что никто не читает им нравуоченья, то, что они могут раскрыться благодаря творческим работам, будь это игра, рисунок или танец.

Очень трогательно, когда ребята провожают своих друзей в интернаты, они понимают, как тяжело детям, и стараются по мере своих детских сил поддержать их. Рисуют рисунки, пишут незатейливые стихи, делают плакаты и пишут своим друзьям добрые пожелания. Боль друзей они переживают как свою...

Очень ценно, что удаётся в этих закрытых, иногда озлобленных на весь мир детях, раскрыть чувства эмпатии, сострадания, любви, которые прятались в глубине их детской души.

Педагоги Центра продолжают общаться с детьми, которые давно стали взрослыми, поддерживают с ними связь. Очень рады были узнать, что некоторые из них поступили в педагогический колледж, а затем в педагогический вуз, чтоб получить профессию социального педагога, воспитателя. Бывшие воспитанники, а теперь уже самостоятельные люди, обращаются за помощью и советом, делятся радостями и успехами, приезжают в гости. И всё это благодаря тому, что в определённый момент дети получили педагогическую поддержку, поверили в свои силы, поверили людям, окружающим их.

Считаю подобные занятия полезным опытом для детей и подростков, так как они познают свой внутренний мир, причины собственного поведения, приобретают уверенность в себе. Каждый ребенок может говорить с помощью художественной деятельности о самом сокровенном, самом важном для него чувстве. При этом специальная подготовка, талант и художественное достоинство работ значения не имеют. Важен непосредственно процесс творчества, а также особенности внутреннего мира ребенка.

Как отмечает Хилл Д. «Когда творческая энергия находит удовлетворение, она становится надежной опорой, дающей силы в трудные моменты, она приносит нам здоровье». [5,71]

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми. 2007, Издательство: СПб.: «Речь». – 2007 с.
2. Копытин А. И. Руководство по групповой арт-терапии. – СПб.: «Речь», 2003. – 320 с.
3. Крамер Э. Арт-терапия с детьми. – М.: Издательство: Генезис, 2018 г. – 320 с.

4. Лобанова Л. В., Травникова Н. Г., Алиева М. А., Гришанович Т. В., Трошихина Е. Г. Тренинг развития жизненных целей. – СПб.: Речь, 2002. – 216 с.
5. Осипова Е.А., Полежаева К.В. Психология, педагогика и социальная работа. – №6(36). – 2017 г. – С. 66–70.
6. Сусанина И. В. Введение в арт-терапию. – М.: «Когито-центр», 2007. – 95 с.
7. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: уроки психологии в начальной школе (1–4). – М.: «Генезис», 2006. – 303 с.

ФОРМИРОВАНИЕ РЕФЛЕКСИВНЫХ УМЕНИЙ ПЕДАГОГА СРЕДСТВАМИ АРТ-ТЕРАПИИ

Ромицына Е.Г.,

к.п.н, педагог-психолог

МБУ Центра «Леда»,

г. Архангельск

Основным фактором педагогического труда, определяющим его профессиональную позицию в педагогической деятельности и педагогическом общении, является личность педагога, к которой традиционно предъявляется огромное множество высоких требований, например, таких, как профессиональная подготовленность, педагогические способности, педагогической техники, развитость эмоционально-мотивационной сферы и сформированность ряда профессионально значимых личностных качеств [1].

Большое значение придают творческой активности педагога, т.к. считается, что она связана с самосовершенствованием его профессионализма и личности (Н.В. Кузьмина, 1990), а также умениям видеть свои достоинства и недостатки, принимать решения, которые способны развивать положительное и искоренять отрицательное в самом себе, анализировать собственную деятельность и личностные особенности.

В связи с чем, рефлексивная компетентность является необходимым условием повышения педагогического профессионализма, а также является профессиональным качеством личности, позволяющим наиболее эффективно и адекватно осуществлять рефлексивные действия.

Рефлексия обеспечивает процесс как самонаблюдения, самоанализа и саморазмышления, так и развития, и саморазвития.

Развитие рефлексивной культуры личности является одной из ведущих идей современного образования. Такая культура характеризуется готовностью и способностью творчески осмысливать и преодолевать проблемно-конфликтные ситуации, умением обретать новые смыслы и ценности, умением адаптироваться в непривычных межличностных системах отношений, умением ставить и решать неординарные практические задачи.

Формы образовательной рефлексии различны: письменное обсуждение, анкетирование, графическое изображение происходящих изменений, работа в группах, различные виды практик. Выбор прие-

ма развития рефлексивных умений зависит от возраста обучающихся, формы мероприятия, его цели и содержания, времени, отводимого на рефлексию.

Сегодня, для развития рефлексивной компетентности специалистов в рамках образовательной деятельности наиболее актуальным становится использование арт-технологий.

Составляющая термина «арт» (лат. -ars, англ. и франц. -art, итал. -arte) акцентирует внимание на применении средств искусства (живописи, музыки и пения, движения и танца, театра, литературы, прикладного творчества и т.д.), как классического, фольклорного, так и современного.

Арт-технологии, используя средства искусства и организацию художественно-творческой деятельности, способствуют интенсификации рефлексии в сферах мышления, общения, деятельности и самопознания.

Можно говорить о некотором преимуществе арт-технологий перед другими формами работы:

- практически каждый человек может стать участником деятельности, не требующей от него специальных способностей;
- арт-технологии являются средством преимущественно невербального общения, что иногда является для человека единственным возможным для выражения чувств и переживаний;
- в процессе арт-деятельности участник раскрывает свои чувства, настроения, мысли, свое отношение к окружающему миру, что позволяет лучше узнать его и оказать необходимую помощь;
- символическая речь искусства, позволяет человеку более точно выразить свои переживания, по-новому взглянуть на проблемы и найти путь к их решению;
- работа в большинстве случаев вызывает у людей положительные эмоции, помогает преодолеть апатию и безынициативность;
- арт-технологии основаны на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов саморегуляции, отвечают фундаментальной потребности в самоактуализации;
- в процессе реализации арт-технологий как средства свободного самовыражения, создается атмосфера доверия, терпимости и внимания к внутреннему миру каждого участника учебно-воспитательного и коррекционно-развивающего процесса.

В Центре «Леда» ведутся занятия в рамках учебного модуля «Арт-технологии в работе педагога-психолога». Группа специалистов

познакомилась с такими направлениями, как маско- и куклотерапия, песочная терапия (кинетический песок), коллажирование, пластилинография, смехо- и фильмотерапия, библеотерапия и техники МАК (метафорические ассоциативные карты).

Каждая техника давала возможность заглянуть внутрь себя, поразмышлять о встрече с собой вчерашним или будущим, наметить шаги к новому, более яркому и интересному.

Ситуация дистанционного обучения создала такие условия, при которых обучающимся приходится выражать свои мысли и чувства в письменном виде, а не просто в обсуждении своих переживаний на занятиях с коллегами.

В сообщениях, являющихся обратной связью с преподавателем, были размышления об ощущениях, состояниях, трансформациях и волнениях по поводу происходящего с педагогом-психологом, выполняющим предложенные арт-терапевтические техники.

«...Для меня оказалось открытием то, что через простые действия, можно ощутить и понять свои внутренние переживания... у меня осталось неведомое мне чувство... пока не могу понять... так глубоко не приходилось задумываться... теперь есть пища для размышлений... До выполнения данной техники у меня было ощущение вековой усталости от компьютерной суеты, нескончаемых вопросов учеников и кучи никому ненужных бумаг».

Ирина

«В процессе арт-терапии клиент будет сочетать различные средства и выбирать то, что ему близко».

А.И. Копытин

Особенно заинтересовала коллег тканевая арт-терапия, которая на данный момент скорее является экспериментально-исследовательским направлением, чем обоснованным методологическим направлением арт-терапии [2]. При этом, все обучающиеся отметили и положительные результаты, которые показала тканевая терапия в индивидуальной работе с каждым.

«С приятным удивлением и растерянностью смотрела финальную эмоцию. Это про смелость проявить себя...»

Ольга

«...В начале кажется, что ты такая вся социальноодобряемая, а в конце выскочило свое, настоящее, как будто сбросила какую-то маску правильности и появилась озорная девчонка, более искренняя, беззаботная, яркая с огромной внутренней энергией и творческим потенциалом...»

Елена

«...До выполнения техники было спокойное состояние. После выполнения захотелось добавить красок и яркости в свою жизнь. Ощутила подъём творческой активности...»

Людмила

В ходе работы над упражнением «Тканевая картина», педагогу необходимо было ответить себе на ряд вопросов:

- Какие ощущения вызывает у вас тканевая картина после ее создания?
- Какие идеи и размышления сопровождали вас во время создания вашей тканевой картины?
- Какие элементы вашей тканевой картины вызывают у вас особый интерес, особое внимание? Какой смысл они несут для вас? и др.

Ксения, выполнив задание написала: «Картина нравится, ощущение динамики, движения. Ткань (платок) очень легкий, приобрела его летом на отдыхе! Тепло стало от воспоминаний от летнего отдыха... Рисунок похож на вертушку, на которую можно дуть... Центр затянут сильно, сжат, «задушен», а концы свободны, «есть воздух». Сейчас такая ситуация с самоизоляцией, что я нахожусь в состоянии «закруженной пружины». Я не знаю, что будет дальше с моей семьей и близкими, с работой...

Пытаюсь отвлекаться, делать вид, что все хорошо и я расслаблена, на самом деле – внутри – тревога и напряжение. Хочется изменить свою тканевую картину и потянуть за концы платка, чтобы ткань в середине платка стала расправляться, тогда появится облегчение, более свободное дыхание... надежда... Думаю, что после изменений в тканевой картине для реальных изменений в моей реальной жизни я могла бы сказать себе: «Надо успокоиться, найти (выписать) «плюсы» в сложившейся ситуации (карантин), позволить себе заниматься «приятностями», саморазвитием, дать себе возможность полениться, расслабиться, почитать, поспать»...

И так, если тканевая арт-терапия – активизирует воображение и творческое мышление, самовыражение и активацию внутреннего диалога клиента со своей творческой частью, отражение и осознание внутренних процессов психического пространства личности с помощью выкладывания разнообразных тканевых картин и создания личного норматива с помощью развивающих вопросов (Тарарина Е., 2016), то рефлексивность обеспечивает такие важнейшие процессы самопознания, выделяемые И.И. Чесноковой [3], как самовосприятие, самонаблюдение, самоанализ и самоосмысливание. Степень рефлексивности определяет и степень объективности знаний о себе, т.к. именно неоднозначность и не категоричность суждений о себе позволяют вести внутренний диалог, «обсуждение с самим собой своей личности, ее ценностей».

Рефлексивность проявляется в способности анализировать свои действия и поступки: «...с интересом работала в технике тканевая арт-терапия. Она достаточно диагностична, можно многое узнать о человеке: как он относится к себе, как взаимодействует с другими людьми, как добивается своих целей и многое другое...»; позволяет критически осознавать свои особенности, видеть свои возможности в саморегуляции своей деятельности и поведения: «...обозначился вопрос: «Как так получается, что я себя разделяю как специалиста на некоторые части; специалист на работе и специалист вообще?» Думаю, стоит над этим подумать...»

«В ходе создания тканевой картины «Я, как специалист», пишет Надежда, ткань захотелось взять лёгкую, рисунок не яркий, нейтральный, с мелкими элементами. Ощущения после создания картины: некоторая рутинность, состояние застоя. Пришла мысль, что в картине явно чего-то не хватает, движения и яркости. Некоторое беспокойство вызывает статичность, отсутствие каких-то выделяющихся элементов. Картина не совсем нравится, вызывает желание изменить её. Приятные чувства вызывают белый цвет и волны. В картине отразилось желание движения вперёд в профессиональной деятельности, желание перемен, поиск интереса. Захотелось изменить картину, придать ей больше движения, внести особые элементы яркости...».

Таким образом, можно убедиться, что рефлексивная составляющая психологического содержания процесса профессионального самоопределения средствами арт-терапии (на примере тканевой арт-терапии) позволяет осуществить самопознание и развитие профессионального самосознания, смоделировать свое профессиональное

будущее и образ профессионального «Я», произвести поиск разнообразных возможностей и условий, в которых возможна успешная профессиональная самореализация.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Личность педагога, педагогическая деятельность, педагогическое общение как важные составляющие педагогического труда https://studopedia.ru/6_91879_lichnost-pedagoga-pedagogicheskaya-deyatelnost-pedagogicheskoe-obshchenie-kak-vazhnie-sostavlyayushchie.html.
2. Тканевая терапия в работе с разными категориями клиентов <https://www.litmir.me/br/?b=579226&p=1>.
3. Власенко А.И., К проблеме изучения самосознания личности в отечественной психологии https://pgu.ru/upload/iblock/2f6/uch_2014_vii_27.pdf.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ЭЛЕМЕНТОВ АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ В РАБОТЕ ПО СПЛОЧЕНИЮ КОЛЛЕКТИВА ДОУ

Мазур В.И.,

педагог-психолог

МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №103

«Золотой ключик»

г. Архангельск

Цель: установление взаимодействия между участниками образовательного процесса, обучение работать в команде, уважать право каждого на свободу слова, уважать его достоинства. Повышать профессиональное мастерство педагогов посредством использования арт-технологий для формирования эмоциональной стабильности и восстановления психологического здоровья.

Задачи:

- познакомить коллектив с опытом использования арт-технологий и их применением на практике;
- создание положительного эмоционального климата в коллективе, используя арт-технологии.
- способствовать развитию профессионально-творческой активности, раскрытию внутреннего потенциала каждого педагога, путем создания условий для индивидуальной и коллективной работы.

Ход семинара.

– Здравствуйтесь, уважаемые коллеги! Я приветствую вас на семинаре-практикуме, который посвящен следующей теме: «Использование элементов арт-технологий в работе по сплочению коллектива ДОУ».

Формирование сплочённого коллектива является одной из основных организационных проблем по развитию любых социальных сообществ.

Сплочённость – это целостность и способность педагогического коллектива к результативным общим действиям.

С помощью сплочённости формируются благоприятные условия для коллективной деятельности, происходит мобилизация личностных резервов педагогов, а также рост потенциала их взаимосвязи в достижении личных и общих целей организации. Это обязательно

позитивным образом воздействует на надёжность и результативность коллективной деятельности, на способность успешно преодолевать возникающие конфликты и трудности, а также находить решение новым проблемам.

Сплочённость формирует предпосылки к формированию оптимистического эмоционального климата, способствует сохранению здоровья всех членов коллектива, даёт возможность для самореализации и всестороннего развития.

Сплочение педагогов в единый коллектив нельзя осуществлять лишь на одних идеях: оно может быть реализовано в трудовой деятельности с помощью методов Арт-технологий.

Арт-технологии – это гармонизация развития личности способом самовыражения и самопознания, через рисунок, игру, сказку, музыку, танец.

В процессе арт-деятельности участник раскрывает свои чувства, настроения, мысли, свое отношение к окружающему миру, что позволяет лучше узнать его и оказать необходимую помощь. Символическая речь искусства, позволяет человеку более точно выразить свои переживания, по новому взглянуть на проблемы и найти путь к их решению. Каждый человек, независимо от своего возраста, творческих навыков и социального положения, может стать участником.

Арт-технологии помогают адаптации личности, учат адекватному взаимодействию и общению в совместной деятельности, обеспечивают коррекцию нарушений коммуникативной сферы.

И сегодня я предлагаю вам познакомиться с некоторыми методами арт-технологий.

1. Упражнение «Танец отдельных частей тела»

Цель: Работа по раскрепощению движений в суставах.

Материалы: Музыкальный проигрыватель, музыкальные записи.

Участники становятся в круг. Звучит музыка. Ведущий называет по очереди части тела, танец которых будет исполнен:

- танец кистей рук;
- танец рук;
- танец головы;
- танец плеч;
- танец живота;
- танец ног.

Участники стремятся максимально использовать в танце названную часть тела.

Вопросы для обсуждения:

- Какой танец было легко исполнить, какой трудно?
- Почувствовали ли освобождение от зажимов?

2. Упражнение «Мое имя»

Цели: повышение самооценки и уверенности в себе.

Материалы: Медитативная музыка.

Инструкция: Для того чтобы понимать другого человека, необходимо хорошо знать самого себя. Имя человека – самый сладостный и самый важный для него звук. Сидя на стуле, закройте глаза и произнесите свое имя. Покажите движением рук свое имя. Если бы это был цвет то какой?

Вопросы для обсуждения:

- Удалось ли вам найти движение вашего имени?
- Какие чувства вызывает у вас это упражнение?

3. Упражнение «Животные»

Цели: переживание внутренних движений и экспериментирование с внешним движением; стимулирование идентификации со своим телом; установление участниками группы связи чувств с движениями.

Материалы: Медитативная музыка.

Выберите любое животное или птицу. В течение 2 минут вы должны быть этим животным, «переняв» его форму, движения и звуки. Вероятнее всего, одно и то же животное выберет не один участник. Не объявляйте о своем выборе. Ползайте, прыгайте, скачите и «летайте», изображая это животное. Спонтанно взаимодействуйте с другими. Подходите к заданию творчески и старайтесь выразить такие стороны своей личности, которые, может быть, нелегко выразить в вашей обычной жизни. Шумите, осознавайте чувства, возникающие у вас, будь то страх, гнев или любовь.

Вопросы для обсуждения:

- Какое животное, по мнению группы, выбрал тот или иной ее участник?
- Почему было выбрано это животное?
- Какое движение было наиболее характерным, что оно означает?
- Как чувствовали себя участники, представляя себя животным?
- Какие ощущения испытывали, чувства переживали?

4. Упражнение «Рисуем круги...»

Для этой техники выбран именно круг как мифологический символ гармоний. Считается, что круг из-за отсутствия острых углов – самая «доброжелательная» из всех геометрических фигур, означающая одобрение, дружеское отношение, сочувствие, мягкость, чувственность. Работа в круге активизирует интегративное, эмоциональное, интуитивное (правополушарное) мышление, а также объединяет, стабилизирует группу, способствует формированию благоприятных межличностных отношений.

Цель: развитие спонтанности, рефлексии; позволяет прояснить личностные особенности, ценности, характер проблем каждого участника, его положение в группе; выявляет межличностные и групповые взаимоотношения, их динамику, имеет потенциал для формирования групповой сплоченности.

Материалы: Два рулона (по одному на каждый стол) плотной бумаги. Разнообразные изобразительные материалы и средства в достаточном количестве: карандаши, фломастеры, краски, гуашь, кисти, баночки с водой, ластик, скотч.

Ход упражнения: Группа садится вокруг стола, им предлагаются ватман, простые карандаши, краски, кисточки, глянцевые журналы и клей. Каждый из участников рисует фигуру круга, а так же может дорисовывать чужие рисунки, писать пожелания друг другу. По окончании работы участники делятся впечатлениями о совместной работе, показывает собственные рисунки, рассказывает о замысле, сюжете, чувствах, зачитывает, при желании, вслух добрые пожелания, которые ему написали другие участники.

Инструкция: Займите место за одним из столов. При желании свое местоположение можно изменить. Вы вправе свободно передвигаться вокруг стола и работать на любой территории. Нарисуйте кружок желаемого размера понравившимся цветом. Затем нарисуйте на листе еще один-два круга любого размера и цвета. Обведите контуры рисунков. Соедините линиями свои круги с теми кругами, которые вам особенно понравились. Представьте, что прокладываете дороги. Заполните пространство каждого из своих кругов сюжетными рисунками, значками, символами, т.е. придайте им индивидуальность. Далее ходите вокруг листа-картины, внимательно рассмотрите рисунки. Если вам очень хочется дорисовать что-либо в кругах других участников, попробуйте с ними об этом договориться. С согласия авторов напишите добрые слова и пожелания около рисунков, которые вам понравились. Будьте бережны к пространству и чувствам

других! Зарисуйте оставшееся свободное пространство листа узорами, символами, значками и др. Прежде всего, договоритесь с другими участниками о содержании и способах создания фона для коллективного рисунка.

Вопросы для обсуждения:

- Как вы себя чувствуете?
- Как ваше настроение сейчас?
- Расскажите о своем рисунке?
- Дополняли ли вы работы других участников?
- Какие трудности возникали по ходу работы?

5. Упражнение Фантазия.

Займите удобное для себя положение. Обратите свой мысленный взор внутрь себя. Почувствуйте, как расслабляется ваше тело, каждая ваша клеточка. Дыхание становится размеренным. И вы наполняетесь приятным чувством покоя и комфорта. Теперь представьте, что вы оказались в том месте, где вам очень хорошо, где вы счастливы. Как можно лучше представьте себе это место...

Наше путешествие подошло к концу. Оставьте в своей памяти приятные ощущения покоя, расслабленности и возвращайтесь каждый в своем темпе.

Главное в арт-технологии – это свобода чувств и желаний, за которые не ставятся оценки.

Наполняйте свой внутренний мир яркими впечатлениями, помогая ему овладевать разнообразием техник арт-технологий.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Аралова, М. А. Формирование коллектива ДОУ: Психологическое сопровождение / М.А. Аралова. – М: ТЦ Сфера, 2005. – 197 с.
2. Рамицина Е.Г. Арт-технологии в образовательной и коррекционно-развивающей деятельности. Учебно-методическое пособие. Архангельск. 2014. – 80с.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по креативной терапии. – СПб.: Речь, 2003. – 400 с.
4. Киселева М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. – СПб.: Речь, 2007. 8. Копытин А. И. Арт-терапия. Электронная версия // <http://webcommunity.ru/941.htm>.
5. Копытин А.И. Практикум по арт-терапии. – СПб, «Питер», 2001 – 448 с.

АРТ-ТЕХНОЛОГИИ КАК ПОДХОД К САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЕ СТУДЕНТОВ

Коточигова А.В.,

преподаватель

*БПОУ ВО «Вологодский колледж технологии и дизайна»,
г. Вологда*

Инновационные технологии, являясь в современной педагогике принципиально новыми формами взаимодействия педагога и обучающегося, способны обеспечить эффективность педагогической деятельности. Под инновационными технологиями принято понимать «набор методов, средств и мероприятий, обеспечивающих инновационную деятельность» [2, с. 15].

Кроме того, на сегодняшний день перед преподавателем стоит важная задача не только обеспечить студенту определенный уровень знаний для овладения им выбранной профессией, но и развить его творческую самостоятельность для личностного совершенствования в будущей профессиональной деятельности. Потому современная педагогическая (образовательная) технология в системе среднего профессионального образования должна представлять собой «систему функционирования всех компонентов педагогического процесса, построенную на научной основе, запрограммированную во времени и в пространстве, и приводящую к намеченным результатам» [4, с. 56].

Среди подобных технологий выделяют технологии, оказывающие содействие преподавателю в организации инновационной педагогической деятельности, среди них: технологии исследовательского проектирования, компьютерные технологии, психотехнологии, кейс-технологии, различного рода интерактивные технологии и арт-технологии. Понятие «арт-технология» в современной педагогической науке относительно новое и не имеет точного определения, поскольку процесс восприятия, заложенный в его основу, у каждого человека происходит по-разному и зависит от его психологических возможностей. Процесс восприятия искусства личностью предполагает сложную психическую деятельность, соединяющую в себе эмоциональные и познавательные моменты. Механизмы влияния искусства на психолого-педагогические процессы изучали многие отечественные и зарубежные ученые, в числе которых Л.С. Выготский, Е.А. Медведева, А.И. Граборов, Л.Н. Дабровольская, В.П. Кащенко, Э. Сеген, О. Декроли. В своих работах, посвященных эстетическому воспита-

нию, Э. Сурно делает акцент на то, что искусство одно из главных средств воспитания, влияющего на нравственность человека, а также на формирование его воображения, мышления и эмоционального фона [2].

По мнению И.М. Кунгуровой, «применение различных техник разных видов искусств в учебно-воспитательном процессе – это средство творческой самореализации и способа личностного развития будущего специалиста» [3, с. 46].

М. Либман рассматривает арт-технологии как «применение средств искусства для передачи чувств и иных содержаний психики человека с целью изменения структуры его мироощущения» [9, с. 42]. В. Беккер-Глош и Ю. Бюлов полагают, что в исходных положениях современного понимания арт-технологии находится «художественное творчество, связанное с действием трёх факторов: экспрессии, коммуникации и символизации» [1, с. 58].

Е.В. Таранова определяет данное понятие как «совокупность средств, принципов и механизмов разных видов искусства, для пробуждения ими художественной активности личности в целях оптимального профессионально-педагогического решения задач воспитания, обучения и развития (не преследуя при этом специальных целей серьезного художественного образования)» [5, с. 9].

Мы придерживаемся данного мнения, так как, на наш взгляд, оно является более широким, применимым к обучению студентов не только для творческих специальностей, но и для профессий другого профиля.

Виды подобных технологий разнообразны: каждая предполагает совместную деятельность педагога и студента в применении разного рода художественно-творческих средств в процессе обучения, и, безусловно, они обладают большим потенциалом к разностороннему развитию личности обучающегося. Многие ученые справедливо отмечают, что используя такие формы работы при организации самостоятельной деятельности студентов можно полагаться на активизацию и повышение ее результативности.

Арт-технологии относительно новое явление в современной педагогике. Как самостоятельное направление оно начало развиваться в середине XX века в США и Великобритании, объединив опыт арт-педагогов, психологов, искусствоведов. Накопленные знания в этих областях науки дают полное представление о закономерностях развития общества. Основываясь на междисциплинарном подходе, арт-

технологии позволяют овладеть знаниями, умениями и навыками изучаемой дисциплины, используя различные виды искусства.

Одним из распространенных видов арт-технологии является модификация деловой игры - имитационная игра, где воспроизводится деятельность творческого коллектива (театральной труппы, музейного или музыкального коллектива) и его структуры (театра, музея, филармонии и т.д.). Студентам предлагается имитировать внутренний творческий процесс (например, репетиция музыкальной пьесы, подготовка к тематической выставке, разбор характеров героев для постановки спектакля). Особенность такой формы работы заключается в том, что студенты действуют в условиях, приближенных к реальным. Им предоставляется возможность почерпнуть опыт профессионального взаимодействия в коллективе, эмоциональный опыт в профессионально значимых положениях, а также научиться обнаруживать связи между поведением и полученными результатами на основании рефлексии переживаний всех партнеров.

Обращает на себя внимание такая технология, как видеообсуждение. Она представляет собой анализ видеосюжета по заданному плану заявленной проблемы, в рамках изучаемого курса дисциплины. Это могут быть фрагменты или полнометражные документальные или художественные видеофильмы, а также новостные видеосюжеты, рекламные видеоролики. Такого рода видеоряд целесообразно использовать в самостоятельной работе, соотнеся его с конкретной целью и темой, а не только в качестве дополнительного материала. Перед демонстрацией фрагмента или фильма необходимо задать студентам несколько ключевых вопросов, это послужит основой для последующей дискуссии.

В рамках этой технологии большой интерес вызывает упражнение «групповая фреска». На доске или листе бумаги студенты по очереди, выступая с сообщением на заданную тему, делают зарисовки. В конце занятия происходит обсуждение созданной фрески – что получилось, а что было упущено, глубоко ли раскрыта заявленная тема.

Принципиально новый подход при организации самостоятельной работы предлагает ландшафтная арт-технология – поиск и использование найденных предметов и материалов в окружающей среде для создания из них различных арт-объектов. Кроме того, применение подобной технологии в колледжах, готовящих студентов творческо-ориентированных профессий (например, художественный направленности), способствует созданию так называемых «путевых

рисунков», то есть таких работ, которые впоследствии могут быть использованы в дальнейшей профессиональной деятельности.

Технологии, сочетающие изобразительную деятельность с другими формами творческого самовыражения (изображение образов, пробуждаемых звучанием того или иного научного понятия, передача с помощью рисунков впечатлений от музыки в процессе ее прослушивания), обладают большим потенциалом в плане развития невербальных средств для выражения собственной позиции.

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод о том, что арт-технологии образуют условия для создания совместной инновационной педагогической деятельности преподавателя и самостоятельной работы студентов, в результате которой студенты могут повысить свою самооценку, осознать свою индивидуальность, подняться на новую ступень самосознания.

Самостоятельность не рождается сама по себе, самостоятельность воспитывается и развивается. Чтобы достичь этого, надлежит с педагогической точки зрения грамотно организовать самостоятельную работу студента. Развить творческий подход к самостоятельной работе в процессе обучения способны арт-технологии, которые воспитывают культуру умственного труда и способствуют заинтересованности в самостоятельной работе студента.

Проблема самостоятельной работы на сегодняшнем этапе модернизации отечественного образования является одной из самых важных, поскольку, предъявляя новые требования к организации самостоятельной работы студентов, ее решение приходится искать, используя нестандартные технологии обучения, к которым можно уверенно причислить арт-технологии.

Для производительности самостоятельной работы студентов необходимо создать платформу обучения, в которой в зависимости от учебно-педагогических целей будет образован целый комплекс средств образовательных инновационных технологий, среди прочих не последнее место занимают и арт-технологии.

Таким образом, представленные технологии в рамках инновационного подхода к образованию обеспечивают полноту, органичность, гармоничность и всесторонность педагогических процессов, относящихся к организации самостоятельной работы студентов, результатом и целью которой представляется становление личности, способной к сотрудничеству, умеющей самостоятельно думать, решать проблему, выбирать и использовать полученную информацию

в своей последующей профессиональной деятельности. А преимущества приемов арт-технологий, воспроизведенные выше, существенно повысят мотивацию студентов к овладению изучаемого предмета, самостоятельной работе и к обучению в целом.

В современном социокультурном пространстве арт-технологии способствуют социальному развитию студента, позволяют проявлять латентные качества личности, развивать социальные навыки, связанные с оказанием взаимной поддержки в коллективе, наблюдать за результатами своих действий и их воздействием на окружающих; предполагают освоение новых форм поведенческой деятельности, положительно влияющих на взаимоотношения с окружающими; укрепляют личностную идентичность.

Подобные технологии формируют стремление к тому, чтобы воспитание перешло в самовоспитание, обучение в – самообучение, а развитие – непосредственно в саморазвитие. Они также объединяют художественное и интеллектуальное восприятие мира, способствуют сохранению целостности личности, приобщают студентов к нравственным ценностям через целостный мир искусства, помогают развитию всех органов чувств, внимания, памяти, интуиции, вооружают преподавателя системой инновационных приёмов, обеспечивающих эффективное вхождение в систему знаний, содействуют адаптации студента в современное социокультурное пространство.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Беккер-Глош В., Бюлов Э. Арт-терапия в Аликсеанеровской психиатрической больнице Мюнстера // Исцеляющее искусство. – 1999. – № 1. С. 42–58.
2. Колосов В. Г. Введение в инноватику: учебное пособие. СПб.: Изд-во СПбГПУ, 2002. – 148 с.
3. Ротенберг В. С. Психофизиологические аспекты изучения творчества // Художественное творчество / под ред. Б. С. Мейлаха. Л.: Наука, 1982. – С. 175–186.
4. Селевко Г. К. Энциклопедия образовательных технологий: в 2-х т. – М.: Народное образование, 2005. Т. 1. – 556 с.
5. Таранова Е. В. Анализ термина «арт-педагогика» в понятийном поле педагогических и арт-терапевтических категорий // Педагогика и психология. 2012. – № 1 (2). – С. 8–12.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА В СИСТЕМЕ СПО

*Крылова А.П.,
педагог-психолог
ГАПОУ АО «СТСИ»,
г. Северодвинск, Архангельская область*

Очень часто подростковые проблемы никому не интересны, кроме них самих. Родители (если они есть) заняты работой или собой, друзей или нет, или не хочется посвящать в самое сокровенное. Часто проблемы подростков кажутся взрослым надуманными, и это создает опасную ситуацию неоказания своевременной помощи. Хотя достаточно небольшого совета или вообще просто внимательно выслушать подростков, и проблемы разрешаются сами собой. В настоящее время в профессиональном образовании достаточно остро стоит вопрос, о том, как помочь подросткам, и как его поддержать в сложной жизненной ситуации. В этом и заключается основная функция работы педагога-психолога.

Современные педагоги-психологи все чаще предлагают в качестве решения подростковых проблем арт-терапию, как один из самых действенных способов. Арт-терапия – это специализированная форма психотерапии, основанная на искусстве, в первую очередь изобразительной и творческой деятельности. Интересен и сам процесс: размазывание, разбрызгивание, смешение, подбор или импульсивное рисование красками - это будет красиво! Метод арт-терапии позволяет каждому человеку творить свою жизнь в буквальном смысле слова: лепить счастье, рисовать печаль, писать о конфликтах и танцевать настроение. Реализовать свой потенциал и прийти в результате к гармонии с собой по силам каждому – для занятий арт-терапией не требуется специальной подготовки. Огромное преимущество, арт-терапии заключается в свободе проявлений, высказываний и действий, которые люди чаще всего не позволяют себе в жизни. Арт-терапия от художественного творчества отличается тем, для участников психотерапевтических групп искусство не является самоцелью, оно лишь средство, которое помогает лучше понять себя.

Эти занятия ориентированы не на результат, а прежде всего на процесс. На специальных же занятиях, например, живописью или лепкой, все силы направляются на создание максимально совершенного произведения искусства. Поэтому одна из задач арт-терапии – помочь человеку узнать и научиться выражать собственные чувства,

а артефакты, возникающие в ходе этого процесса, имеют лишь прикладное значение – служат материалом для анализа переживаний, их породивших.

Одним из наиболее распространенных видов арт-терапии является **изотерапия** (рисунок, лепка).

Изотерапия дает положительные результаты в работе с трудными детьми, помогая им справиться со своими психологическими проблемами. Приемов изотерапии очень много. В работе с подростками я использую такие как: «Кляксы», «Рисуем круги», «Рисуем эмоции», «Раскрашиваем чувства», «Цвет моего настроения», «Рисуем (лепим) маски», «Рисуем агрессию», «Лепим из пластилина», использую прием рисования пальцами.

С обучающимися техникума арт-терапия используется в основном с целью коррекции их эмоционально-волевой сферы. В силу индивидуальных особенностей и низких познавательных способностей и умений, некоторым сложно осознать наличие проблем в своем эмоциональном состоянии или вербализовать свою проблему, в этом мне и помогают техники изотерапии. Так как в техникуме обучающиеся примерно одного возраста (15–17 лет) продолжительность занятия обычно составляет 45–120 минут. Само занятие обычно разделено на 2 части (теоретическую и практическую), что дает возможность участнику расширить свои знания о той или иной проблеме, а затем погрузиться в творческий процесс.

Обязательные этапы занятия:

1. Вводный этап. В начале занятия я устанавливаю контакт с участниками, настраиваю участников на предстоящую деятельность. Сообщаю группе цели данной встречи, предлагаю на выбор техники работы.

2. Этап непосредственного творчества. На данном этапе участники группы погружаются в атмосферу творчества. Прислушиваясь к себе, своим внутренним ощущениям, они заняты процессом создания «шедевра» в той или иной технике. Поддерживаю обратную связь с группой через вопросы, разрешаю проблемные ситуации (« у меня не получается», «мне не нравится этот цвет» и т.д.), комментирую только положительно отдельные моменты.

3. Этап обсуждения процесса и результата работы. На данном этапе обучающиеся демонстрируют свои работы, делятся впечатлениями, задают вопросы или же отвечают на мои вопросы. В индивидуальном порядке даю только положительные рекомендации каж-

дому участнику, подвожу итоги занятия. Если после занятий у участников остаются вопросы, стараюсь ответить индивидуально каждому. На своих занятиях по арт-терапии стараюсь использовать разные техники: рисунок, коллаж, мандалы, лепка из пластилина, иногда – работу с полимерной глиной, песком.

При анализе законченных иллюстраций большое внимание уделяю цветовой гамме. Например, если участник в подавленном эмоциональном состоянии раскрашивает мандалу, то он бессознательно выберет для нее темные синие и зеленые оттенки. К данному направлению относятся и проективные рисуночные психологические тесты. Например, если у подростка конфликт с кем-то из родственников, то он «забудет» нарисовать этого члена семьи на своем листе. Эти и другие методики активно использую при работе с трудными подростками.

Используемые техники и приемы арт-терапии дают возможность:

- ✓ проводить более углубленную диагностику личности воспитуемого;
- ✓ человеку осознать проблему и выразить свои переживания с помощью той или иной художественной техники;
- ✓ находить решение психологических проблем подростка;
- ✓ повысить самооценку индивида;
- ✓ обучать подростка проработыванию негативные эмоции, формировать его стрессоустойчивость через освоение релаксационных техник.

Арт-терапия – перспективное направление в педагогической психологии, главная её польза заключается в том, что она дает возможность раскрыть творческие способности обучающегося, помогает пережить трудные периоды их жизни.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Мерсиянова А, Арт-терапия в работе с подростками, находящимися в трудной жизненной ситуации // <https://www.b17.ru/article/8421/>.
2. Молочкина С. Применение методов арт-терапии в работе с трудными подростками // <https://pandia.ru/text/80/021/12094.php>
3. Решетникова И.А. Арт-терапия в работе с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации // <https://urok.1sept.ru/articles/577979>.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Понятие, сущность и основная идея арт-технологии в воспитании <https://lektsii.org/8-41818.html>
2. Светоносова Л.Б. Арт-технологии как средство формирования педагогической культуры будущего учителя// <https://cyberleninka.ru/article/n/art-tehnologii-kak-sredstvo-formirovaniya-pedagogicheskoy-kultury-buduschego-uchitelya/viewer>

материалы регионального семинара по теме:

**«ВОЗМОЖНОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ
АРТ-ТЕХНОЛОГИЙ
В РАБОТЕ СПЕЦИАЛИСТОВ
ПОМОГАЮЩИХ ПРОФЕССИЙ»**

Издание осуществляется в авторской редакции

Подписано в печать 25.12.2020. Формат 60×84 ¹/₁₆. Бумага офисная.
Печ. л. 9,3. Тираж 30 экз. Заказ № 20109.

Издательство «КИРА»
163061, г. Архангельск, ул. Поморская, 34, тел. 65-47-11.

Отпечатано с готового оригинал-макета
Типография «КИРА»
163061, г. Архангельск, ул. Поморская, 34, тел. 65-47-11.
e-mail: oookira@yandex.ru