

УДК 37.03

ПРИМЕНЕНИЕ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ТЕХНИК КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Назарова В.С., студентка института психологии и образования, IV курс

Научный руководитель: Бутова Л.А., старший преподаватель
кафедры психологии, педагогики и специального образования
ФГБОУ ВО Липецкий государственный педагогический университет

И имени П. П. Семенова-Тян-Шанского
г. Липецк

На сегодняшний момент одной из ведущих тенденций современного образования является принцип всестороннего развития личности. Под данным понятием подразумевается полноценное развитие различных сторон личности, становление творческих способностей и реализация внутреннего потенциала, а также комплексное формирование физиологической и духовно-нравственной сторон личности.

Следует акцентировать особое внимание на том, что следование принципу всестороннего развития должно носить комплексный характер и преемственность на разных уровнях образования. Дабы полноценно и наиболее эффективно добиваться поставленных целей и задач, начинать всестороннее развитие следует с самого начала школьного обучения детей. Именно этой причиной объясняется актуальность и практическая значимость работы с младшими школьниками, в особенности касаемо корректирования психических и физиологических новообразований.

О важности эмоциональной составляющей в здоровом становлении и развитии психики в отечественной науке одним из первых отмечал Л.С. Выготский. С введением им понятия «социальная ситуация развития» Выготский сместил акцент внимания на значимость ключевого переживания, что впоследствии перестроило взгляды и понимание механизмов онтогенеза. Теперь область эмоциональных явлений стала носить более значимый, а в некоторых ситуациях и детерминирующий, характер, подчеркивая не просто социальные обстоятельства жизни ребенка, но и степень преломления их в переживаниях личности [3].

Развитие эмоциональной составляющей психики младших школьников является важным аспектом их общего развития и благополучия. Именно в этом возрасте дети начинают наиболее активно взаимодействовать с социальным окружением, приобретают новые социальные роли и учатся принимать самостоятельные решения. В свою очередь, эмоциональная составляющая личности начинает носить более глубокий и разносторонний характер.

Для младшего школьного возраста, помимо интенсивного психического и физического развития, также характерно и важнейшее новообразование в становлении здоровой психики – смена ведущего вида деятельности, связанная с поступлением в школу. Уже к концу дошкольного периода формируется целый ряд новых психических образований, среди которых: умение контролировать и управлять своим поведением, умение коммуницировать с другими людьми, практическое овладение речью, стремление к общественно значимой деятельности.

Уже в ситуации школьного обучения дети получают принципиально новые навыки. Происходит изменение распорядка дня, появляются новые обязанности, отношения с внешним миром значительно расширяются и приобретают новый вид, возникает противоречие двух ведущих мотивов «хочу» и «надо». В адекватных условиях обучения и с учетом зоны актуального развития у нормотипичных детей закладываются основы для развития теоретического мышления и сознания, начинается формироваться сознательная фаза становления личности.

Особенности данного возрастного этапа проявляют себя в прогрессивных изменениях во всех сферах, начиная с психофизиологического совершенствования и заканчивая возникновением сложных личностных новообразований. Не без внимания остается и эмоционально-волевая сфера. Характерными чертами прогресса в эмоциональном развитии младших школьников можно назвать:

1. Склонность к кратковременным аффектам и общая эмоциональная неустойчивость, частая и резкая смена настроения (на общем фоне бодрости и веселости).

2. Прямота и непосредственность в выражении различного рода переживаний (радость, печаль, недовольство, страх и т.п.).

3. Всегда ярко выраженная реакция на происходящие события и большая эмоциональная окрашенность восприятия, воображения, деятельности;

4. Иногда неадекватная ответная реакция на эмоцию и мимику взрослых людей. Это объясняется недостаточно развитым чувством эмпатии у младших школьников, эмоции и чувства других людей не в полной мере осознаются и понимаются.

5. Присуждение особой эмоциональной значимости не только играм, но теперь и общению со сверстниками, успехам в учебе, оценке со стороны учителей и одноклассников [7].

На ряду с выше названными особенностями стоит также отметить, что младшие школьники пока еще трудно дифференцируют и однозначно понимают чувства и эмоции других людей. В работах Н.С. Лейтеса и П.М. Якобсона уделяется особое внимание тому, что семилетние дети в превалирующем числе случаев не способны правильно воспринять выражение гнева, страха или ужаса. Отсутствие адекватного понимания и демонстрации опре-

деленных эмоций влечет за собой рост подражательных реакций, что не всегда может быть уместно.

Нельзя не отметить и влияние некой эмоциональной нестабильности на формирование здоровой самооценки учащихся. При преимущественном количестве негативно окрашенных эмоциональных реакций, как отмечал Д.И. Фельдштейн, отношение ребенка к себе будет носить прямо пропорциональный характер – видение отрицательных черт будет в значительной мере превалировать над замечанием достоинств [5].

Анализируя психолого-педагогическую литературу по данной тематике, нами была проведена условная классификация нарушений эмоциональной сферы младших школьников. Среди наиболее распространенных проблем, встречающихся в практике психокоррекции, можно выделить следующие:

1. Агрессивными состояния ребенка. Данное направление работы является наиболее актуальным, но при этом весьма обширным и трудным. Агрессивные реакции ребенка очень часто пугают как родителей, так и учителей, и в попытке справиться собственными силами с приступами агрессии, взрослые причиняют еще больший вред для нестабильной психики ребенка. Работа с агрессией должна носить комплексный и пролонгированный характер для максимально комфортного и социально приемлемого обучения способом ее самоконтроля.

2. Чрезмерно застенчивые дети с тенденцией к тревожным состояниям. Данная группа учащихся вызывает гораздо меньше опасений со стороны взрослых, однако это не умаляет серьезности данного феномена. В таких ситуациях преимущественно стоит говорить о подавленной эмоциональности. Эта проблема, в свою очередь, может носить характер более травматичный и требовать немалых усилий в работе как с самим ребенком, так и его постоянным окружением. Как показывает практика, дети с тревожными расстройствами и преимущественно подавленным настроением наиболее подвержены нападкам со стороны сверстников, буллингу, суициdalным наклонностям.

3. Эмоционально-расторможенные дети. Данная проблематичная группа носит несколько собирательный характер и включает в себя детей, эмоциональные реакции которых носят чрезмерно бурный характер. Будь то положительные или отрицательные эмоциональные события, реакции таких детей всегда выходят за рамки «нормотипичного» диапазона реагирования. Что не может не оставить негативный отпечаток как на самих детях, так и на их социальном окружении.

Коррекционная работа с эмоционально-волевой сферой имеет множество методов, приемов и направлений, применяемых в зависимости от проблематики, специфики работы самого специалиста, а также индивидуально-личностных особенностей ребенка. Однако в последнее время все чаще применяются методы арт-терапии, возникшей в 30-е годы XX столетия и зарекомендовавшей себя в различных аспектах психологических воздействий.

Эффективность применения искусства в контексте психологических воздействий объясняется тем, что данная методика позволяет эксперименти-

ровать и раскрывать более глубинные чувства через их символическое представление. Говоря об истории возникновения подобных методов, то их предпосылки уходят корнями в теоретические постулаты психоанализа З. Фрейда (метод свободных ассоциаций) и К.Г. Юнга.

Наиболее распространенный вид арт-терапии, который зарекомендовал себя как в индивидуальной форме работы, так и в групповой – изотерапия. Он представляет собой коррекционные воздействия посредством изобразительной деятельности клиента через различные техники рисунков, лепки. В современной тематической литературе выделяют основные направления данного метода – интерпретация и анализ клиентом уже существующих произведений; создание индивидуальных творческих работ.

Рисуночная терапия в работе с младшими школьниками играет принципиально важное значение, поскольку посредством этих методов может быть решен целый спектр проблем, начиная с диагностики и заканчивая коррекцией психофизиологических отклонений в развитии. В частности, посредством проективной направленности арт-терапевтических рисуночных методов грамотный специалист способен оценить общее психологическое состояние ребенка, его возможные отклонения и отношение к миру в целом.

В конце XX века возникло еще одно самостоятельное направление арт-терапевтической коррекции – сказкотерапия. Согласно трудам Д.Ю. Соколова, Е.Ю. Петровой и некоторых других, основа психокоррекционного воздействия в этом случае лежит в работе со средствами литературных произведений. Многие психологи используют методы сказкотерапии преимущественно в работе со старшими дошкольниками и младшими школьниками, имеющими проблемы психологического характера. Сюда же относится коррекция агрессивных состояний, психосоматических заболеваний, избыточной застенчивости.

Применение методов арт-терапии в коррекционной работе с детьми, имеющими трудности в эмоционально-волевой сфере, способствует мягкому и безопасному поиску решений самим ребенком, обучению его методам саморегуляции через наиболее актуальные виды деятельности каждого возраста.

Являясь одним из детерминирующих факторов художественно-эстетического развития человека, искусство дает неограниченные возможности для самовыражения и реализации творческого потенциала ребенка, одновременно с этим выполняя коммуникативную и регулятивную функции. Спектр возможных проблемных задач, решаемых при помощи арт-терапии, не ограничивается коррекцией эмоционально-волевой сферы – как уже было сказано ранее, изотерапия, сказкотерапия, куклотерапия и др. позволяют комплексно диагностировать и корректировать проблемы отношения к миру, самому себе, принятия и осознания собственных чувств, взаимоотношений с социумом.

Подводя итог вышеизложенному анализу психолого-педагогических источников, можно выделить конкретные преимущества применения методов арт-терапии в коррекционной работе с младшими школьниками:

1. Использование творческих методов самовыражения способствует формированию адекватного уровня самооценки и притязаний, а также снижению уровня агрессивности, снятию эмоционального напряжения и общему психологическому расслаблению детей.

2. Арт-терапия удовлетворяет современному социальному заказу в возрастающей потребности целостного и безопасного видения личности ребенка, а не отдельных его структур. Мягкий психологический подход адекватен современным тенденциям развития образования.

3. Применение арт-терапевтических методик позволяет активизировать внутренние ресурсы и потенциалы психики человека, без привлечения сторонних средств лечения. Такие методы имеют более эффективный и долгосрочный результат, что дает явное преимущество в выборе коррекционных методов работы.

Также нельзя не отметить положительную сторону арт-терапии, выражющуюся в доступности ее применения как в специализированных учреждениях психологической помощи, так и в общеобразовательных учреждениях. Описанные аспекты способствуют расширению психологических знаний в области применения различных методик, а также стимулируют специалистов обогащать собственную методологическую копилку и кругозор в применения терапевтических техник.

Список литературы:

1. Андреева Г.М. Методологические проблемы и практика арт-терапевтических исследований. Теоретические и методологические проблемы социальной психологии. - 1999. - № 3. - С. 12-28.
2. Боровик О.В. Применение приемов арт-терапии в помощи детям. - М.: ООО «РОН», 2000. – 112 с.
3. Выготский Л.С. Психология. - М.: ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1008 с.
Гант Т.Л. Арт-терапевтические исследования // Исцеляющие искусство. - 1989. - № 2. - С.24-36
4. Битянова М.Р., Азарова Т.В. и др. Работа психолога в начальной школе. – М.: Изд – во «Совершенство», 1998. – 352 с.
5. Мерфи Дж. Арт-терапия в работе с детьми и подростками. Вопросы психологии. - 1998. - № 1. - С.10-16
6. Психодиагностика и коррекция детей с нарушениями и отклонениями развития. Сост. и общая редакция В.М. Астакова, Ю.В. Микадзе. - СПб.: Питер, 2001. - 256 с.
7. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми. – М.: Академия. 2001. – 224 с.