

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ В КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ НАПРЯЖЕННОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

Статья посвящена проблеме исследования и коррекции эмоциональной напряженности детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития. В статье рассматриваются возможности использования арт-терапии, в частности изобразительной деятельности, в коррекции эмоциональной напряженности. Дана характеристика заданий наиболее часто используемых в практике психокоррекции эмоциональных нарушений.

Ключевые слова: эмоциональная напряженность, арт-терапия, стресс, психокоррекция, изобразительная деятельность.

Эмоциональная напряженность в детском возрасте чаще всего представлена в рамках общепсихологического развития личности (Р. Берне, Л.И. Божович, К. Бютнер, Л.С. Выготский, А.И. Захаров, А.В. Добрович, Н.В. Жутикова, В.Р. Кисловская, Н.Д. Левитов, М. Мид, В.С. Мухина, Н.С. Неймарк, Л.С. Славина). Среди работ, посвященных исключительно проблеме исследования эмоциональной напряженности, можно назвать диссертационные исследования Л.Н. Бережновой, Л.П. Баданиной, Е.Н. Арбузовой, Е.С. Тихоновой.

В.Л. Маришук считает причиной напряженности любой эмоциогенный фактор, но возникающий лишь в определенных условиях, таких как несоответствие индивидуальных качеств внешним требованиям, неподготовленность, эмоциогенные факторы, ошибки в методах обучения, неблагоприятные функциональные состояния человека, особенная индивидуальная значимость эмоциогенных факторов.

В зарубежной психологии анализом психической напряженности занимались З. Фрейд, А. Адлер, Дж. Боулби, К. Хорни др. Все авторы рассматривали особенности эмоциональной сферы детей, воспитывающихся в неблагоприятных условиях, которые в современной терминологии можно было бы назвать стрессовыми. Обращение этих психологов именно к детским переживаниям было связано с особенностями их концепций, которые основывались на утверждении того факта, что основой переживаний взрослого человека являются события детства.

Л.И. Божович полагает, что эмоциональная напряженность имеет непосредственное отношение к феномену страха. По ее мнению, у ребенка в старшем дошкольном возрасте снижается количество непосредственных страхов, связанных с конкретными предметами, рассказами, страшными сказками, и возрастает количество так называемых социальных страхов: страх показаться смешным, неловким и т. д.

Арт-терапия, в частности использование рисования в качестве психокоррекционного средства, хотя и обладает значительным сходством с учебными занятиями — уроками рисования, но имеет и ряд принципиальных отличий. В рисуночной терапии

* © Калинина А.А., 2010

Калинина Анна Андреевна (kalinina3004@mail.ru), кафедра коррекционной педагогики и специальной психологии Орловского государственного университета, 302026, Россия, г. Орел, ул. Комсомольская, 95.

основное — это задачи самовыражения в рисунке и моделирование эмоционально напряженной ситуации, качество рисунка не является существенным критерием, здесь каждый рисунок обладает собственной ценностью, связанной с последовательностью этапов разрешения внутренних личностных проблем ребенка.

Подробный анализ основных этапов арт-терапии при решении задачи преодоления страхов и фобических реакций в детском возрасте дан в работах А.И. Захарова, Е.А. Медведевой, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссаровой и др.

В практике рисуночной арт-терапии применяются разнообразные задания и упражнения, содержание и направленность которых определяются теоретическими ориентациями авторов. Анализируя исследования, можно выделить пять типов заданий, наиболее часто используемых в практике психокоррекции эмоциональных нарушений.

Предметно-тематический тип — рисование на свободную и заданную темы, где предметом изображения выступает человек и его отношения с окружающим миром. Примерами таких заданий могут быть рисунки «Моя семья», «Я в школе», «Я дома», «Какой я сейчас», «Кем я стану», «Мое любимое занятие», «Мой самый хороший поступок», «Волшебный мир».

Образно-символический тип — изображение ребенком в рисунке абстрактных понятий в виде созданных воображением ребенка образов, таких как понятия «добро», «зло», «счастье», изображение эмоциональных состояний и чувств: «радость», «гнев», «удивление».

Упражнения на развитие образного восприятия, воображения и символической функции — задания на структурирование неоформленного множества стимульных раздражителей. В этих заданиях детям предлагается, опираясь на стимульный ряд, воспроизвести целостный объект и придать ему осмысленность («рисование по точкам», «волшебные пятна»).

Игры-упражнения с изобразительным материалом — экспериментирование с красками, карандашами, бумагой, пластилином с целью изучения их физических свойств и экспрессивных возможностей. Эффект упражнений в стимулировании потребности в изобразительной деятельности, интереса к ней, уменьшение эмоциональной напряженности, формирование чувства личной безопасности, повышение уверенности в себе, стимулирование познавательной потребности. Типичным для этого типа является следующие задания: «рисование пальцами», манипулирование пластилином, экспериментирование с цветом — наложение цветных пятен друг на друга и др.

Задания на совместную деятельность могут включать упражнения всех указанных выше четырех типов. Этот тип заданий направлен на решение проблемы оптимизации общения и взаимоотношений со сверстниками, на оптимизацию детско-родительских отношений. Аналогичные типы заданий могут быть предложены ребенку на литературном, вербальном материале — сочинение сказок и историй.

Следует отметить тот факт, что включение в коррекционные занятия музыкального сопровождения не только повышает эффективность воздействий на эмоциональную сферу детей с задержкой психического развития (ЗПР), но и помогает воодушевить, ободрить ребенка, придать в любой обстановке покой и динамику, вызвать то или иное эмоциональное впечатление. Использование музыки в коррекционных целях содействует развитию творческого воображения, фантазии, релаксации во время занятия, тем самым оказывая большое влияние не только на эмоциональную сферу ребенка, но и на физиологические процессы. При этом необходим тщательный, дифференцированный подход к выбору музыкального сопровождения при организации занятий, направленных на коррекцию эмоциональной напряженности у детей старшего дошкольного возраста с ЗПР.

При организации рисуночной терапии с гиперактивными и расторможенными детьми, особенно с детьми, проявляющими агрессию, не рекомендуется использовать такие материалы, как краски, глина, пластилин, т. е. материалы, стимулирующие ненаправленную активность ребенка (разбрасывание, разбрызгивание, размазывание и пр.), которая легко может перейти в агрессивное поведение. Более уместно таким детям предлагать листы бумаги среднего размера, карандаши, фломастеры, т. е. материалы, требующие от них организации и структурирования своей деятельности, тонкой сенсомоторной координации и контроля за выполнением действий. Детям, эмоционально «зажатым», испытывающим тревогу или страх, наиболее полезны материалы, требующие широких свободных движений, включающих все тело, а не только область кисти и пальцев. Таким детям следует предлагать краски, большие кисти, большие листы бумаги, прикрепленные на стенах, глину и пластилин, рисование мелом.

Таким образом, интерес специалистов к проблеме и разработке подходов коррекции негативных эмоциональных переживаний, эмоциональной напряженности детей дошкольного возраста с ЗПР растет с каждым днем. Многие технологии коррекции эмоциональных нарушений используются в дефектологии в большом количестве, при этом практика показывает, что не до конца раскрыты возможности использования изобразительной деятельности, в том числе и декоративного рисования как действенного метода коррекции эмоциональной напряженности у детей старшего дошкольного возраста. Современное состояние развития образования ориентирует на разработку новых методик развития и коррекции эмоциональных состояний детей с ЗПР.

*A.A. Kalinina**

THE USE OF ART-THERAPY IN CORRECTION OF EMOTIONAL TENSITY OF SENIOR PRE-SCHOOL AGE CHILDREN WITH THE PSYCHIATRIC DEVELOPMENT DELAY

This article is devoted to the research and correlation of emotional tensity of senior pre-school age children with psychiatric development delay. The article deals with the opportunities of the use of art activity in particular, in emotional tensity correlation.

Special attention is paid to the characteristic of the more often used tasks in the psycho-correctional disturbance practice.

Key words: emotional tensity, art-therapy, stress, psycho-correctional, art activity.

* *Kalinina Anna Andreevna* (kalinina3004@mail.ru), the Dept. of Correctional Pedagogics and Special Psychology, Orel State University, Orel, 302016, Russia.