Петренко Наталія Анатоліївна, практичний психолог ІРЦ 7 Подольского району м. Київа

АРТ-ТЕРАПІЯ ВКЛЮЧЕННЯ ТА СУПРОВОДУ ДІТЕЙ З ООП В ОСВІТНЬОМУ СЕРЕДОВИЩІ.

Арт терапія – це напрям психології призначений допомогти клієнту усвідомити свій внутрішній стан шляхом створення ним візуального образу, метафор, символів (арт-терапевтичного продукту). Вона одночасно вирішує діагностичні та терапевтичні завдання. Дуже популярні на сьогодні методи арт-терапії широко застосовують дитячі та сімейні психологи, психотерапевти, арт-терапевти як з дітьми, так і з дорослими.

Чим же цей метод арт-терапії так привернув свою увагу?

Висока ефективність, простота використання, цікаві вправи, позитивні емоції від терапії у клієнтів - все це зробило методи арт-терапії дуже популярними у багатьох фахівців. Використання різних типів фарб, кольорових олівців, крейди, альтернативних матеріалів, тіста, пластиліну, піску, кінетичного піску, кварцового кольорового піску, інших природних матеріалів - дають широкі можливості для терапевтичного процесу.

Арт-терапія - дослівно лікування мистецтвом. Методи арт-терапії допомагають на підсвідомому рівні виявити, усвідомити, вивести з підсвідомості проблему, перевести її в поле свідомості, в фізичний світ, матеріалізувати на папері, піску, і ін. Далі вже за допомогою спеціаліста, можна працювати з цією проблемою, вираженою в матеріальному світі, спеціальними методами і знайти шляхи вирішення цієї проблеми.

Арт-терапія одночасно розвиває дитину, підвищує самооцінку, її застосовують в корекції тривожності, агресивності, гіперактивності, гіпоактивності, та інших психологічних проблемах.

Терапія творчістю тісно пов'язана з психотерапією та аналітичним напрямом в психології. Застосування методів арт-терапії для різних вікових груп має свою специфіку. Для кожного вікового періоду існують свої методи, а також універсальні методи, які можна застосовувати для більшості вікових груп.

Мета арт терапії – це навчити клієнта бачити сенс у власній арт-терапевтичній продукції, вербалізувати його, і розуміти взаємозв’язок між

зображеним і власним внутрішнім досвідом.

Сеанси арт терапії мають проходити у безпечному середовищі (кабінет психолога, художня студія) та з використанням образотворчих матеріалів (фарби, крейда, глина, пластилін, тканини, природні матеріали тощо). Спеціалісти арт терапії виступають у ролі посередників між клієнтом та арт-терапевтичним продуктом, вони володіють знанням можливостей художньої творчості, мають професійні навички невербальної, символічної комунікації і здатні оцінки змісту образотворчої продукції і поведінку клієнта. Арт терапія проводиться у індивідуальній та груповій формах. Методики арт терапії активно використовують у інших психотерапевтичних напрямках.

Арт терапія рекомендована як для дошкільків, так і для підлітків, а особливо тим, кому важливо вербалізувати (описувати) власні емоції, внутрішні стани. Правильне виконання вправ і техніки арт терапії сприяє: розвитку самоаналізу, кращому розумінню клієнтом власних мотивів, цінностей та стратегій поведінки : гармонізації емоційного стану, вирішенню внутрішніх конфліктів, розвитку емоційно-вольової сфери, емоційного інтелекту, розумінню власних емоційних станів та почуттів, розкриттю особистісного потенціалу клієнта.

Види і методики арт-терапії. Існує велика кількість видів арт терапії: Ізотерапія. Казкотерапія. Лялькотерапія. Музична терапія. Робота з пластичнимиматеріалами (глина, пластилін). Системна-сімейна арт-терапія. Пісочна терапія. Анімаційна терапія. Танцювальна терапія. Мандолатерапія. Фототерапія. Тілесно-орієнтована терапія тощо.

Методики арт терапії стануть корисними особам з ПТСР, залежною поведінкою, - психічними розладами- затримкою психоемоційного розвитку- поведінковими порушеннями.

Застосування арт-терапії для дошкільного віку

Для маленьких дітей будь-яке заняття творчістю - це завжди весело, приємно та корисно для розвитку як дрібної моторики, так і вищих психічних функцій.

Методи арт-терапії допоможуть вирішити багато психологічних проблем дошкільника: знизити рівень тривожності, агресивності, імпульсивності, допоможуть гармонізувати психічний стан, зняти психосоматичну напругу, підняти рівень самооцінки, подолати дитячі страхи та інші труднощі.

Методи арт-терапії часто застосовують в корекції міжособистісних стосунків у

дитячому колективі, сім'ї і ін. В процесі арт-терапії відбувається зцілення психіки і паралельно дитина знайомитися з навколишнім світом, формує позитивне ставлення до нього.

Техніки арт-терапії працюють на не вербальному рівні, тому їх добре застосовувати з дітьми, які погано говорять. Це актуально для діагностики, та при корекції.

Окремо варто сказати про роботу з емоційним компонентом психіки при заняттях арт-терапією. Заняття дозволяють малюкам виражати свої емоції, почуття використовуючи малювання, ліплення, ігри з різними видами піску та іншими матеріалами.
Форми роботи
У дошкільному віці застосовують групові та індивідуальні форми арт-терапії відповідно поставлених завдань. Індивідуальні заняття допомагають зняти емоційне напруження, подолати страх чи негативні емоції, скорегувати наслідки неправильного сімейного виховання. Натомість групова форма роботи дає змогу задовольнити потребу дитини у спілкуванні з однолітками, навчитись висловлювати та обстоювати власну позицію, поважати думку інших, спрямована на групову взаємодію між дітьми. Найефективніший варіант — поєднувати обидві форми роботи. Наприклад, спочатку проводимо індивідуальну корекційну роботу, а вже потім залучаємо до групової. Найкраще такі заняття проводити двічі на тиждень тривалістю до 30 хв

Вибір техніки арт-терапії у роботі з дітьми
Вибір арт-терапевтичної техніки залежить від індивідуальних та вікових особливостей дитини. Наприклад, для роботи з дітьми раннього та молодшого дошкільного віку можна використовувати пісочну терапію, а з дітьми середнього та старшого дошкільного віку — ізотерапію та роботу з пластичними матеріалами (глина, пластилін, тісто тощо). Для роботи з дітьми групи ризику ефективними є такі ізотерапевтичні техніки як малювання на склі, малювання пальчиками, малювання на мокрому папері.

Малювання на склі.

Малювання на склі чудово допомагає подолати тривожність та переживання, пов'язані зі страхом помилитися. Адже, малюнок на склі можна у будь-який момент змінити, скорегувати або навіть витерти і створити новий. Таким чином дитина розуміє, що вона має право на помилки і виправлення. Як альтернативу склу, можна запропонувати дитині помалювати на креативній дошці. Ця ізотерапевтична техніка підходить для роботи із дітьми, схильними до замкнутості, адже дає змогу розкритися, показати власне «Я», не боятись критики та зауважень зі сторони дорослих. Чудовою альтернативою є малювання разом з дітками, адже це допомагає встановити контакт з дитиною, граючись. Командне малювання разом з іншими дітьми також допоможе навчитись висловлювати свою думку, уникати конфліктів, підтримувати контакт з іншими, разом йти до спільної мети. Малювання пальчиками Засновницею методики є американський педагог Рут Шоу. Вона використовувала цю техніку під час групової роботи з дітьми різних національностей. Це допомогло подолати мовний бар'єр, спілкуватись у групі незалежно від національності. Такі заняття допомагають учням позбавитись страхів, стати більш впевненими у собі.

Література:

1. Практикум по арт-терапии в работе с детьми , Елена Тарарина, 2019 г.

2. Копитін А.І. «Арт-терапія як сукупність здоров'я зберігаючих технологій в системі освіти»

3. Ільїна О.В. «Роль арт-терапії та арт-педагогіки у навчанні дітей різного інтелектуального рівня»

4. Серебреннікова А.І. «Мистецтво та методи арт-терапії»

5. Скурат Г. "Дитячий психологічний театр. Розвивальна робота з дітьми та підлітками". СПб .: Речь, 2007.

8. Сусанна И. "Введення в арттерапію". Когито, 2007.

9. Сучкова Н.О. "Арттерапія в роботі з дітьми з небезпечних сімей". Сфера, 2008.

10 .Кисельова М.В. "Арттерапія в роботі з дітьми". СПб .: Речь, 2008.