Кириллина Кристина Егоровна

М-СТ-23, 2 курс

ФОРМИРОВАНИЕ САМООЦЕНКИ ДЕТЕЙ С ОВЗ ПОСРЕДСТВОМ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ

Аннотация. В статье рассматривается арт-терапия как метод психологической коррекции, основанный на искусстве и творчестве. Основное внимание уделяется применению арт-терапевтических упражнений для формирования самооценки у детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) в семейной среде. В заключении статьи подтверждается практическая эффективность данных методов в работе с детьми и подростками.

Ключевые слова: изотерапия, дети с ОВЗ, арт терапевтические упражнения, песочная терапия, сказкотерапия, игротерапия, коррекция, воспитанники, самооценка

Арт-терапевтические упражнения – это эффективный инструмент для развития ребенка. Они помогают сформировать позитивную самооценку, научиться самовыражению, преодолеть эмоциональные трудности, развить мелкую моторику и улучшить коммуникативные навыки.

Современные коррекционные школы активно применяют разнообразные арт-терапевтические техники, которые оказывают положительное влияние на психоэмоциональное состояние детей с ОВЗ. Ключевая роль в этом процессе отводится эмпатичному педагогу, способному тонко чувствовать состояние ребенка. Специалисту важно быть гибким и отказываться от универсальных методов обучения в пользу индивидуального подхода, следуя за ребенком, не навязывая ему собственное мировоззрение и не ограничивая жесткими рамками.

В работах А.И. Копытина, Е.Ю. Токарева, Т.Ф. Макарычева, М.С. Вальдес и А.Г. Московкина подтверждается эффективность арт-техник в решении различных психологических задач при работе с подростками с ОВЗ.

Практика показывает, что арт-терапевтические упражнения помогают детям дошкольного возраста и подросткам выражать свои мысли, чувства и настроения через творчество. Важным аспектом работы является создание безопасной и принимающей атмосферы, где личность и характер ребенка не подвергаются обсуждению и сравнению с другими, а общение строится без негативных оценочных суждений.

Исследователи считают арт-терапию одним из направлений практической психологии [2].

А.И. Копытин определяет изотерапию как: «метод психологической коррекции и средство общения учителя с учениками на символическом уровне, особенно полезный для детей с проблемами в развитии, такими как задержка физического, умственного или психического развития, а также с расстройствами психики».

Как отмечает Л.С. Выготский «сказкотерапия этонаправление практической психологии, которое использует потенциал сказок для решения разнообразных задач, включая воспитание, образование, развитие личности и коррекцию поведения» [3]. Положительные результаты применения сказкотерапии с детьми и взрослыми, говорят о том, что этот метод эффективен в образовательной среде независимо от возраста.

Песочная терапия — это увлекательный, творческий и эффективный метод арт-терапии, который помогает снять эмоциональное напряжение, преодолеть страхи и комплексы через игру с песком. Занятия стимулируют развитие правого полушария головного мозга, ответственного за творческие способности.

Игровая терапия – это метод, использующий ролевую игру как мощный инструмент воздействия на развитие и коррекцию поведения личности. В процессе игры у ребенка формируется произвольное поведение и происходит его социализация.

Цель практической работы: нормализация уровня самооценки у детей с ОВЗ в коррекционной школе №22 г. Якутска посредством применения арт-терапевтических упражнений.

Работа проводилась в 3 этапа:

1. На начальном этапе для учеников была проведена Экспресс-диагностика самооценки подростка (предложенная Е.Н. Корнеевой).

В диагностике принимали участие 7 учеников из школы и 7 учеников из учеников домашнего обучения в возрасте 10-16 лет.

Результаты диагностики показали наличие значительной части у обеих групп завышенной и заниженной самооценки.

1. На 2 этапе мы приступили к целенаправленной работе по формированию самооценки используя методы арт терапии.

В процессе работы применялась сказкотерапия, включающая прослушивание, сочинение и проговаривание сказок, способствующих формированию позитивной самооценки у детей. Были использованы следующие упражнения с элементами тренинга: «Снимаем маски», «Герои и антигерои» и «Любимые и нелюбимые сказки». Анализ показывает, что сказкотерапия помогает детям выйти за пределы повседневности и в доступной форме осознать сложные явления и собственные чувства.

Также использовалась песочная арт-терапия. Игра с различными видами песка помогала детям снимать эмоциональное напряжение и развивать творческие способности. Упражнения и игры с песком способствуют снижению тревожности и гиперактивности.

Для развития творческих способностей учеников использовалась изотерапия. Этот метод эффективен для детей с трудностями в обучении, универсален и не имеет противопоказаний. Применение изотерапии в работе с детьми и подростками с ОВЗ способствует повышению уверенности в себе, освобождению от негативных эмоций и развитию коммуникативных навыков. Были использованы следующие техники изотерапии: «Автопортрет», «Открытка себе», «Письмо семье», «Мой личный герб», а также упражнения «Каракули» и «Штриховка».

Для работы с эмоциональными нарушениями и страхами применялись упражнения игротерапии. В процессе игры ученики освобождались от негативных эмоций и свободно выражали свои чувства, что способствовало их эмоциональному и когнитивному развитию. Среди использованных упражнений: «Мой смешной портрет», «Рифмуем имена», «Назови следующее число» и другие.

1. После блока арт-терапевтических занятий была проведена повторная диагностика самооценки учеников. Результаты показали заметные улучшения психоэмоционального состояния и нормализацию самооценки среди воспитанников.

Выводы: Арт-терапевтические методы доказали свою эффективность в формировании самооценки и улучшении коммуникативных навыков детей с ОВЗ, способствуя их самопознанию, самовыражению и гармоничному развитию личности. Применение этих методов, как в групповой, так и в индивидуальной работе, оказалось полезным в воспитательно-образовательном процессе. Универсальность методов арт-терапии позволяет адаптировать их к различным задачам: от решения проблем социальной и психологической дезадаптации лиц с ОВЗ до развития человеческого потенциала, предоставляя детям и взрослым возможность выразить свое психическое состояние через разнообразные формы творчества.Список используемой литературы:

1. Л. С. Выготский Психология искусства. – {М 1968. – С.46.}

2. Арт терапия А.И. Копытина {2001. - 320 с.}

3. Практикум по арт терапии под ред. А.И. Копытина {2001. - 448 с}

4. Л.Юнгианская, Штейнхард Песочная терапия {2001. – 320 с.}

5. Л.Д.Короткова — «Сказкотерапия в школе»