

УДК 37.032

С. М. Сакенова,

центр магистерской подготовки,

Омский государственный педагогический университет

Научный руководитель: канд. пед. наук, доц. С. Г. Чухин

Технология арт-терапии как средство развития коммуникативных действий у подростков

Аннотация. В статье рассматривается проблема коммуникативного взаимодействия подростков. Освещаются различные виды арт-терапии и задачи, которые они решают. Приводятся доказательства того, что занятия подростками арт-терапией через различные формы решают многие проблемы в коммуникативной сфере и имеют положительный психотерапевтический эффект.

Ключевые слова: арт-терапия, терапевтический эффект, подростковый возраст.

История возникновения человека разумного неразрывно связана с искусством. Искусство является важной составляющей жизни человека с древнейших времен по сегодняшний день. Оно дает возможность людям выразить свои эмоции и чувства, отразить свой внутренний мир и мировоззрение. Становление нравственных ценностей любого человека происходит на основе духовных и моральных ценностей его народа в процессе воспитания подрастающего поколения согласно обычаям и традициям. Познание детьми культурных традиций, общественных ценностей происходит ежедневно в процессе обучения и воспитания через различные формы и методы — вербальные и невербальные. Невербальной формой являются и занятия искусством. Доказано, что психотерапевтическим эффектом обладает любой вид искусства. Искусство избавляет от различных психологических трудностей, стрессов, страхов, переживаний, проблем в общении и др. [3].

Как показывает опыт, особую ценность работа средствами искусства (арт-терапия) имеет у подростков, у которых есть различные затруднения в выражении своих чувств, мыслей, эмоций. Эти трудности возникают по многим причинам: эмоциональные, речевые, коммуникативные нарушения, внутренние страхи, барьеры, боязнь неуспеха.

Подростковый возраст — один из самых критических переходных периодов в жизни любого человека. В этот период у человека происходит становление личности и разного рода изменения: биологические, психологические, нравственные. Для подростков характерны необдуманные решения, безрассудство, эмоциональные всплески, неоправданная агрессия, копирование поведения

отрицательных персонажей и др. С помощью занятий искусством, самовыражения через творчество подростку легче понимать окружающих людей и быть понятым обществом. В арт-терапии есть много направлений, которые используются педагогами и психологами в коррекционной работе с подростками в настоящее время, так как они наиболее эффективны и ненавязчивы, а при систематических занятиях имеют положительный терапевтический эффект.

Посредством изотерапии приходит осознание смысла визуальных образов, что способствует пониманию и преодолению внутренних конфликтов и противоречий, снятию стресса. Занятия с изобразительными материалами — краской, гуашью, при использовании различных нестандартных методик (рисование пальчиками, различными предметами и другими нестандартными способами) вызывают интерес к творчеству, дают выход негативным эмоциям, гневу, злости в социально приемлемой форме [1].

Лепка с использованием различных материалов (соленое тесто, глина, полимерная глина, скульптурный пластилин) и занятия пластилинографией имеют успокаивающий эффект, снижают уровень агрессии, развивают мелкую моторику рук, пространственное восприятие мира. Хорошо подходит для гиперактивных детей и агрессивно настроенных подростков.

Большую роль в арт-терапии играет сказкотерапия, так как она связана со всеми другими направлениями в арт-терапии. Ее можно использовать на занятиях с детьми до 12–13 лет; с детьми постарше и взрослыми лучше использовать притчи. С помощью сказки возможно решать много

задач в области воспитания и обучения; корректировать поведение, самосознание, нравственные качества, хорошие и плохие поступки детей. С помощью театрализации сказки, ролевой игры на примере сказочных героев можно научить детей сопереживанию, поступать правильно в реальной жизни, раскрыть артистические способности.

Обращаясь к мировому педагогическому опыту, можно сделать вывод: дети и подростки, систематически занимающиеся арт-терапией, восстанавливают имеющиеся нарушения в коммуникативной сфере, при этом происходит гармонизация личности с окружающим миром. Это способствует дальнейшему успеху во всех сферах деятельности, в личной и общественной жизни таких детей и подростков [2].

По мнению известного американского психолога К. Рудестама, основной целью арт-терапии является гармонизация личности через развитие способности самовыражения и самопознания, через предоставление социально приемлемого выхода агрессивности и любых негативных эмоций и чувств, через повышение самооценки и развитие творческих способностей.

Л. С. Выготский выделял два основных механизма воздействия методом арт-терапии на личность: первый состоит в том, что искусство позволяет в символической форме воссоздать конфликтную (травмирующую) ситуацию и переиграть ее в новых условиях; второй связан с эстетическим восприятием, позволяющим заменить действие отрицательного аффекта на положительный эффект от занятия творчеством.

В своей педагогической практике часто используя различные арт-терапевтические формы

и методы, пришла к выводу, что такие занятия значительно облегчают и усиливают воспитательный и коррекционный эффект в развитии личности подростков [2, с. 63].

В настоящее время разработано множество методик арт-терапии, которые успешно применяются педагогами на практике.

При проведении коррекционных занятий арт-терапией с подростками педагогам обязательно нужно придерживаться основных принципов: 1) принцип единства диагностики и коррекции развития; 2) принцип взаимосвязи коррекции и компенсации; 3) принцип учета возрастных, психологических и индивидуальных особенностей развития.

Также занятия арт-терапией должны быть построены на доверии, доброжелательности. Педагог должен поддерживать в ребенке его достоинство и позитивный образ «Я», создавать ситуацию успеха в любом случае, не оценивать продукты творчества ребенка, а принимать и размышлять вместе с ребенком над ними.

Систематические занятия арт-терапией способствуют повышению самооценки, избавлению от комплексов; помогают самоутвердиться, стать более открытыми в общении; развивают воображение, память, мышление, речевые способности, мелкую моторику рук; делают подростка более успешным в любой деятельности.

Такой подход дает возможность каждому ребенку удовлетворить свои индивидуальные познавательные, эстетические и творческие запросы. Он не только расширяет знания о личных возможностях и творческом потенциале, но и обеспечивает ситуацию успеха в разных сферах деятельности.

1. Арт-педагогика и арт-терапия в специальном образовании / Е. А. Медведева, И. Ю. Левченко, Л. Н. Комиссарова, Т. А. Добровольская. — М. : Академия, 2001. — 248 с. — С. 19–22.

2. *Вальдес Одриосола М. С.* Арт-терапия в работе с подростками. Психотерапевтические виды художественной деятельности : метод. пособие. — М. : ВЛАДОС, 2005. — 63 с.

3. *Султанова М. С.* Арт-терапия как метод преодоления коммуникативных трудностей подростков // Молодой ученый. — 2017. — № 10 (144). — С. 451–453.