

Рязанов Сергей Владимирович

воспитатель

ФГКОУ «Екатеринбургское суворовское
военное училище» Минобороны России
г. Екатеринбург, Свердловская область

АРТ-ТЕРАПИЯ КАК ОДИН ИЗ ЭФФЕКТИВНЫХ МЕТОДОВ КОРРЕКЦИИ И РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ

***Аннотация:** авторами статьи рассматриваются аспекты влияния арт-терапии на гармонизацию личности, возможности арт-терапевтических занятий для развития креативного мышления и творческих способностей обучающихся.*

***Ключевые слова:** арт-терапия, саморегуляция, креативное мышление, самоактуализация, изотерапия, имаготерапия, фолк-терапия.*

Современные реалии жизни диктуют обязательным условием педагогической деятельности личностное развитие обучающегося. Каждый индивид должен соответствовать требованиям времени: быть целеустремленным, активным, уверенным в себе, открытым всему новому, иметь нестандартный подход к делу, быть креативным. Развитие личности напрямую взаимосвязано с творчеством во всех его проявлениях, так как именно творчество способствует личностному росту индивида, обладает способностью решения личностных, эмоциональных и поведенческих проблем.

Один из эффективных методов развития и коррекции личности обучающегося – арт – терапия. Решение и проработка проблем индивида посредством творческой деятельности является наиболее экологичным методом. Применение его в педагогической практике способствует самовыражению потенциала обучающегося, оптимизации его эмоциональной сферы.

Арт-терапевтические занятия – достаточно эффективная форма работы, позволяющая объединить обучающихся с различной проблематикой в едином

творческом пространстве, являются наиболее доступной и эффективной формой групповой работы.

Целью арт-терапевтических занятий является содействие гармонизации личности обучающегося, имеющего такие проблемы, как повышенный уровень тревожности, нарушение сферы общения, агрессивность, низкий уровень креативности через раскрытие его творческого потенциала.

Арт-терапевтические занятия позволяют решать следующие педагогические задачи:

Развивающие. Развиваются творческие способности обучающегося, приобретается опыт новых форм деятельности, что в совокупности способствует саморегуляции чувств и поведения, личностному росту обучающегося.

Воспитательные. Взаимодействие в группе на принципах доброжелательности, доверия между детьми, между детьми и взрослыми, что способствует развитию нравственных качеств личности, этических и моральных норм поведения. Таким образом, осуществляется более глубокое понимание обучающимся себя, своего внутреннего мира (мыслей, чувств, желаний).

Коррекционные. Достаточно успешно корректируется деформированный образ «Я», предполагающий исчезновение неадекватных форм поведения, развитие навыков общения и эффективного взаимодействия.

Психотерапевтические. Речь идет о «лечебном» эффекте арт-технологий, благодаря которым в процессе творческой деятельности обучающихся создается благоприятная комфортная психологическая атмосфера – атмосфера психологической защищенности, радости, успеха.

Диагностические. Арт-терапия позволяет получить сведения о развитии и индивидуальных особенностях ребенка (через изучение его интересов, ценностей, личностных качеств и др.) корректным способом через наблюдение в самостоятельной творческой деятельности обучающегося, в которой проявляется характер межличностных отношений, реальное положение каждого обучающегося в группе.

А.И. Копытин «выделил следующие преимущества арт-терапии перед другими формами психотерапевтической работы: арт-терапия не требует от человека каких-либо способностей к изобразительной деятельности или художественных навыков; она является средством преимущественно невербального общения. Это делает ее особенно ценной для тех, кто затрудняется в словесном описании своих переживаний; изобразительная деятельность является мощным средством раскрепощения и сближения людей. Это особенно ценно в ситуациях взаимного отчуждения, при затруднении в налаживании контактов; продукты творчества способны рассказать о настроениях и мыслях человека, что позволяет использовать их в рамках психологической диагностики; арт-терапия является средством свободного самовыражения, предполагает атмосферу доверия, терпимости и внимания к внутреннему миру человека; арт-терапевтическая работа в большинстве случаев вызывает у людей положительные эмоции, помогает сформировать более активную творческую жизненную позицию; арт-терапия основана на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов саморегуляции и исцеления. Она отвечает фундаментальной потребности в самоактуализации – раскрытии широкого спектра возможностей человека и утверждения им своего индивидуально неповторимого способа бытия в мире» [3].

Арт-терапевтические занятия дают огромные возможности для развития креативного мышления и творческих способностей обучающихся. Это подтверждается мнениями ученых. Психолог В.Н. Дружинин считает, что «креативность является свойством, которое актуализируется лишь тогда, когда это позволяет окружающая среда. Для формирования креативности необходимы следующие условия: отсутствие образца регламентированного поведения; наличие позитивного образца творческого поведения (в первую очередь на развитие способности влияет общение детей с взрослыми людьми, обладающими развитыми креативными способностями); создание условий для подражания творческому поведению; социальное подкрепление творческого поведения [2].

Дж. Гилфорд выделил следующие способы стимуляции творческой активности: «обеспечение благоприятной атмосферы (доброжелательность со

стороны взрослого, его отказ от выставления оценок и критики в адрес ребенка способствует свободному проявлению дивергентного мышления; обогащение окружающей среды самыми разнообразными новыми для ребенка предметами и стимулами с целью развития его любознательности; поощрение высказывания оригинальных идей); обеспечение возможностей для упражнения и практики; широкое использование вопросов дивергентного характера; использование личного примера творческого подхода к решению проблем; предоставление детям возможности активно задавать вопросы» [1].

Эффективны арт-методы и при работе с подростками. Это связано со слабым развитием у них рефлексивного «Я», что вызывает у подростка сложности в изложении словами происходящего с ним. Использование в практике богатого ресурса арт-технологий также будет способствовать изменению, улучшению негативной «Я-концепции» подростка.

Занятия арт-терапии является доступной и эффективной формой групповой работы в условиях образовательной организации не требует значительных материальных затрат. Спектр показаний для арт-терапевтической работы в системе образования достаточно широк: развитие творческих способностей и креативности, трудности эмоционального развития, тревожность, страхи, стрессы, депрессия, переживания эмоционального отвержения, негативная «Я-концепция», неадекватное поведение, нарушения отношений с близкими людьми, конфликты, агрессивность, враждебность к окружающим.

На занятиях возможно использование следующих техник арт – терапевтической работы: *изотерапия* (рисование красками, цветными карандашами, монотипия; лепка из соленого теста, пластилина; аппликация, макетирование, коллаж и пр.); *сказкотерапия* (сочинение и проигрывание сказок); *музыкотерапия* (прослушивание различной музыки, использование релаксационной музыки на каждом занятии); *имаготерапия* (проигрывание историй с использованием наручных кукол, фигурок, изготовленных самостоятельно); *фолк-терапия* (фольклоротерапия) изготовление русских народных кукол: тряпичных и лыковых, участие в народных праздниках.

Использование данных техник способствует повышению уровня креативности, осознанности ценности собственной личности, формированию позитивного отношения к себе и к окружающим, повышению уверенности в себе и в собственные силы, снижению психоэмоционального напряжения (уровень тревожности, агрессивности), формированию умения эффективно общаться с окружающими.

Список литературы

1. Гатанов Ю.Б. Курс развития творческого мышления (по методике Дж. Гилфорда и Дж. Рензулли): Первый год обучения (для детей 6–10 лет) / Ю.Б. Гатанов. – СПб: ГП «Иматон», 1996. – 84 с.
2. Дружинин В.Н. Экспериментальное наследование формирующего влияния микросреды на креативность / В.Н. Дружинин, Н.В. Хазратова // Психологический журнал. – 1994. – №4. – С. 28–36.
3. Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков / А.И. Копытин, Е.Е. Сви-стовская. – Когнито-центр, 2007. – 197 с.
4. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / Л.Д. Лебедева. – СПб.: Речь, 2003. – 256 с.
5. Лагуткина Т.А. Рабочая программа по внеурочной деятельности «Цветной мир» / Т.А. Лагуткина [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://infourok.ru/rabochaya-programma-po-vneurochnoy-deyatelnosti-cvetnoy-mir-1562460.html> (дата обращения: 26.07.2021).