

# ВЛИЯНИЕ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ МЕТОДОВ НА ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

*М. Д. Дятко, студентка 3 курса ГИУСТ БГУ*

*Научный руководитель:  
ст. преподаватель Н. П. Блаженкова (ГИУСТ БГУ)*

Рождение ребенка – это огромная радость в жизни каждого человека, семьи и родных. Его появление на свет несет не только много безграничного счастья, радости, искренней любви, но и много хлопот, ответственности и переживаний. Но самые большие проблемы начинаются тогда, когда ребенок выходит из семьи в огромный, неизведанный и непонятный мир. В зависимости от возраста он проходит такие социальные институты, как детский сад и школа, где ему необходимо адаптироваться к новым социальным условиям жизни, осознать себя как личность вне семьи, научиться ладить со сверстниками, научиться видеть и чувствовать себя частью, структурным звеном сложившегося детского коллектива. Зачастую многие дети ведут себя жестоко, подавляя тем самым других, что зарождает страх и негативные отношения в детском коллективе. В первую очередь страдает эмоциональное состояние ребенка, деформация которого может привести к серьезным психологическим нарушениям.

Начало обучения в школе порождает существенные изменения в эмоциональной жизни детей. Появляются новые знакомства, новые социальные роли, изменяется основной тип деятельности. На смену привычной игре приходит учеба. Однако нервная система ребенка склонна к слабости и утомляемости, что делает социализацию и адаптацию ребенка к новым условиям еще сложнее.

В связи со сложностью и значимостью для развития личности данного периода жизни ребенка важно, чтобы его эмоциональное состояние было гармоничным. Следует прилагать все усилия, чтобы развить в нем воистину достойную, полноценную личность, находящуюся в гармонии с собой и окружающим миром. Эффективным в данной ситуации будет прибегнуть к приемам арт-терапии.

Арт-терапия – метод лечения посредством художественного творчества [2, с. 3]. «Арт-терапия» в переводе с английского означает «лечение, основанное на занятиях художественным творчеством», она основана на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов саморегуляции и исцеления [1, с. 1]. Она рассматривается как творческая деятельность с терапевтическим эффектом, использующая возможности искусства для достижения положительных изменений в интеллектуальном, эмоциональном и личностном развитии ребенка.

Главная задача и цель арт-терапевта в работе с детьми – побудить ребенка при помощи своего творчества либо иных визуальных образов увидеть смысл тех поступков, которые он совершал ранее, не задумываясь над их результатом, его эмоциональных переживаний, а также конфликтов с собой и окружающим миром. Увиденный ребенком смысл данных поступков поможет ему достичь гармонии с собой, со своим ближайшим окружением – микросоциумом, а также с людьми в целом.

Целью нашей научной работы было изучение влияния арт-терапевтических методов на эмоциональное состояние и статусное положение в группе сверстников детей младшего школьного возраста. Данное исследование проводилось с группой детей, учащихся 2 «А» класса гимназии № 14 г. Минска.

С детьми проводился цикл арт-терапевтических занятий, направленных на гармонизацию их эмоционального состояния, снятие напряжения, установление тесных межличностных контактов в классе, повышение уровня уверенности в себе и осознание целостности своего «Я». При этом до начала занятий была проведена психологическая диагностика, направленная на выявление эмоционального состояния, особенностей межличностных отношений и статусных позиций детей в классе с применением проективной рисуночной методики «Рисунок несуществующего животного» и метода социометрии. Исследование проводилось на протяжении 3 месяцев (с сентября 2011 по ноябрь 2011).

На первом этапе исследования применение методики социометрии позволило распределить детей по группам в соответствии с занимаемыми статусными позициями – в классе присутствуют как лидеры (4 чел.), предпочитаемые (6 чел.) и принятые (8 чел.) ученики, так и изолированные (5 чел.). Далее мы анализировали особенности эмоционального состояния детей, принадлежащих к разным группам, в соответствии с результатами социометрии (рис. 1). Анализируя данные, представленные на рисунке, можем сказать, что в группе детей преобладают такие негативные эмоции, как тревожность и агрессия. Причем у детей – представителей группы «изолированные» данные состояния более выражены.

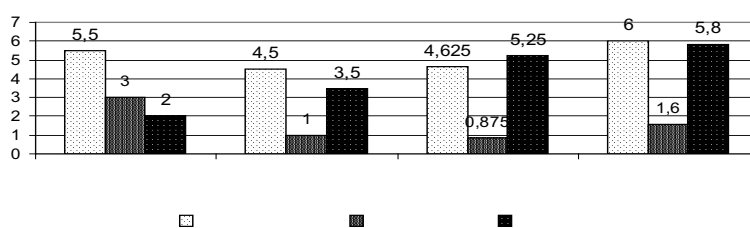


Рис. 1. Особенности эмоционального состояния учеников

Далее следовал цикл арт-терапевтических занятий, в ходе которых была поставлена цель помочь детям посредством рисования справиться с проблемами, вызывающими у них негативные эмоции (которые зачастую ребенок не может вербализовать), а также вооружение ребенка одним из доступных и приятных для него способов снятия эмоционального напряжения.

Для оценки эффективности арт-терапии проводился повторный диагностический срез, результаты которого демонстрируют позитивное влияние арт-терапевтических методов на межличностные отношения и эмоциональное состояние детей младшего школьного возраста. Было отмечено проявление у детей позитивного образа «Я», повышение уровня уверенности в себе, снижение эмоционального напряжения. А также развитие: умения выражать свои эмоции и чувства, навыков межличностного общения, способности к рефлексивной деятельности.

Таким образом, можно сделать вывод, что арт-терапевтическая работа в большинстве случаев вызывает у детей положительные эмоции, помогает преодолеть плохое настроение, безынициативность, гармонизировать свое эмоциональное состояние, наладить межличностные контакты. В процессе арт-терапевтического процесса они видят свою индивидуальную неповторимость, свой талант, особенности внутреннего мира. Дети убеждаются в том, что люди все разные, но именно этим они притягивают друг друга.

### **Литература**

1. *Каргалова, В. Д.* Оренбургская область, Новоорский район, п. Новоорск, ресурсно-методический центр отдела образования администрации. [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <http://pedsovet.org/>. – Дата доступа : 27.10.2011.
2. *Копытин, А. И.* Основы Арт-терапии / А. И. Копытин. – СПб. : Лань, 1999. – 256 с. (Мир медицины).