

Комарова Алина Вадимовна

студентка

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ СРЕДСТВ АРТ-ПЕДАГОГИКИ В ПРОФИЛАКТИКЕ НЕВРОТИЧЕСКИХ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Аннотация: в статье поднимается тема профилактики детских страхов. Обосновывается использование средств арт-педагогика как одного из действенных направлений работы по профилактике страхов.

Ключевые слова: профилактика, страх, арт-педагогика.

Сегодня можно заметить тенденцию к повышению числа детей со страхами, это, в свою очередь, приводит к актуализации изучения средств профилактики детских страхов. Для гармоничного развития личности ребёнка немаловажно правильно реализовать выбор методов, которые помогут в формировании и развитии психики дошкольника и профилактике детских страхов, при этом принимая во внимание его индивидуально-личностные особенности.

Проблематика детских страхов притягивает к себе внимание многих ученых – специалистов самых разных направлений. Особенности страхов в детском возрасте исследовали А.И. Захаров, В.И. Гарбузов, Б.Г. Херсонский, С.В. Дворяк, С.Г. Файберг и другие.

В психологическом словаре А.В. Петровского определению «страх» даётся такая характеристика – это эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленная на источник действительной или воображаемой опасности [9, с. 132].

В современных исследованиях А.И. Захарова страх понимается как аффективное (эмоционально заостренное) отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни, самочувствия и благополучия [2, с. 67].

Детские страхи в большинстве своём начинают выражаться в дошкольном возрасте, когда ребенок наиболее восприимчив и чувствителен к окружающему миру. Он впитывает в себя всю окружающую его информацию о мире. В самом общем виде чувство страха появляется как реакция организма на действие угрожающего, потенциально травмирующего стимула. Подобными стимулами или раздражителями могут стать боль, испуг, болезнь, конфликты и неудачи.

Следует отметить, что страх, как и другие неприятные эмоции (гнев, стыд, стресс), не является однозначно опасной эмоцией. Ведь страх также имеет определяющее значение для психического развития ребенка. По мнению А.И. Захарова, страх – это своеобразное средство познания окружающего мира, которое приводит к более критичному и избирательному отношению к ней.

Среди страхов выделяется такая группа, как невротические. В основании невротических страхов лежат психические потрясения и травмы, непонимание взрослыми детских возрастных проблем, жестокость обращения, разногласия в семье, мнительность родителей. Из-за этого страхи могут приобретать патологический характер.

Детские страхи и их профилактика – это вопрос, с которым сталкиваются многие родители, воспитатели. Страхи, которые удалось преодолеть в детстве, не будут тревожить взрослого. Вне зависимости от того, чем вызвана и как выражается боязнь, нужна своевременная профилактика страхов [6, с. 108]. Она способствует снижению эмоционального напряжения детей, облегчению, а порой и полному освобождению от страхов.

Одно из действенных направлений работы по профилактике страхов у детей – это арт-педагогика. «Возможности искусства по отношению к ребенку с проблемами связаны прежде всего с тем, что оно является источником новых позитивных переживаний ребенка, рождает новые креативные потребности и способы их удовлетворения в том или ином виде искусства» [7, 86 с.]. Арт-педагогика помогает погружаться в проблему страха на столько, насколько дошкольник готов к ее переживанию.

Для преодоления страхов можно применять изобразительную деятельность. Она используется при создании положительной мотивации, помогает побороть страхи, создать ситуацию успеха, а также развивает фантазию, используя различные материалы для работы.

Благодаря рисованию дети проявляют свои эмоции. Рисунок ребенка отражает его увлечения, интересы, особенности характера и может служить своеобразным «зеркалом» его переживаний. Именно поэтому профилактика с помощью рисунка является наиболее эффективной. При изображении объекта, который вызывает боязнь, уменьшается уровень тревоги, связанный с ожиданием чего-то страшного. Нарисованный страх – это что-то уже произошедшее, а значит, не опасное, поэтому дошкольник не будет бояться своего рисунка. Это, в свою очередь, приводит к ослаблению травмирующего значения страха.

Преодоление страхов – это комплекс мер психологического и педагогического воздействия, из которых также можно отметить сказкотерапию и музыкотерапию.

Рассматривая сказкотерапию, можно увидеть, что она понижает уровень тревожности, страха, помогает развивать творческое воображение, изменить отношение к себе, всё это говорит о профилактических свойствах сказкотерапии. Сказкотерапевты А.М. Михайлов и Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева отмечают, что данное средство коррекции имеет широкий спектр воздействия на дошкольников.

Отличительная положительная черта сказок для применения их в коррекции страхов у детей состоит в том, что присутствует естественность разворачиваемой сюжетной линии, отсутствие прямых нравоучений. В символическом образе дошкольник в сказках переживает проблемные ситуации, через которые проходит в жизни. Важным также в сказкотерапии является то, что в сказке, как правило, зло всегда бывает наказуемо, и даже из плохих поступков можно вынести хороший урок.

Многие учёные считают, что в детском возрасте одним из эффективных средств коррекции страхов может быть музыкотерапия. Музыка оказывает

сильное воздействие на формирование и развитие человека, она может передавать и смену настроений, тревоги, переживания и другие эмоциональные состояния.

Музыка оказывает огромное влияние на психофизическое развитие детей дошкольного возраста, также музыкотерапию применяют во многих местах мира для профилактики и лечения.

Таким образом, использование средств арт-педагогики помогает в профилактике невротических страхов.

Список литературы

1. Петровский А.В. Краткий психологический словарь / А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. – М.: Политиздат, 2005. – 431 с.
2. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка / А.И. Захаров. – М.: Просвещение, 2003. – 115 с.
3. Изотова Е.И. Эмоциональная сфера ребенка: теория и практика / Е.И. Изотова, Е.В. Никифорова. – М.: Академия, 2004. – 278 с.
4. Медведева Е.А. арт-педагогика и арт-терапия в специальном образовании / Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова [и др.]. – М.: Академия, 2001. – 248 с.