

Ильина Анастасия Сергеевна

студентка

Научный руководитель

Ситдикова Гульназ Ринатовна

канд. пед. наук, доцент

ЧОУ ВО «Казанский инновационный университет

им. В.Г. Тимирязова (ИЭУП)»

г. Казань, Республика Татарстан

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ В КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЕ С ЗАСТЕНЧИВЫМ РЕБЕНКОМ

***Аннотация:** статья посвящена вопросам коррекционной работы с застенчивыми детьми с использованием арт-терапии. Показано, что использование арт-терапии является одним из эффективных путей коррекционной работы с застенчивым ребенком.*

***Ключевые слова:** арт-терапия, застенчивый ребенок, коррекционная работа, арт-терапия в коррекционной работе.*

Проблема застенчивости в настоящее время становится все более важной и заметной в области психолого-педагогических исследований, поскольку застенчивость принимает такие размеры, что о ней можно говорить как о социальной патологии.

Застенчивость выражается в чувствах тревоги, страха и неуверенности в ситуациях, связанных с взаимодействием и близостью к другим людям. В определенных обстоятельствах каждый из нас испытывает застенчивость и смущение — это естественно. Однако для детей стеснительность часто становится источником дискомфорта. Затруднения возникают на различных мероприятиях в детских садах или школах, таких как праздники, публичные выступления, а также при ответах на уроках, которые могут даваться с трудом.

Застенчивость может оказывать существенное влияние на развитие социальных навыков у детей, что в будущем сказывается на их способности устанавливать и поддерживать межличностные связи. Часто застенчивые дети избегают общения, что приводит к изоляции и снижению самооценки. Это может стать причиной формирования негативного представления о себе и углубления проблемы.

Важно отметить, что застенчивость не является неизменной чертой. С помощью своевременной поддержки и специальных педагогических подходов можно помочь детям преодолеть свои страхи и укрепить уверенность. Например, создание безопасной и поддерживающей атмосферы на занятиях в школе может снизить уровень тревожности. Важным аспектом является мотивация детей к участию в групповых активностях, где они могут постепенно адаптироваться к взаимодействию с другими.

Родителям и педагогам стоит обратить внимание на эмоциональное состояние детей и использовать методы позитивного подкрепления. Игровые и ролевые занятия, направленные на развитие коммуникативных навыков, могут значительно улучшить социализацию застенчивых детей. Таким образом, работа над проблемой застенчивости должна быть комплексной и целенаправленной, охватывая как образовательные, так и психологические аспекты. Однако, не стоит забывать о важности учебной деятельности как важной составляющей процесса обучения. Грамотно организованная учебная деятельность, включающая в себя разнообразные формы работы и учитывающая индивидуальные особенности детей, также способствует преодолению застенчивости и развитию уверенности в себе [7].

К сожалению, многие застенчивые дети испытывают трудности в выражении своих переживаний. В арт-терапии через такие формы, как рисунок, сказка или песочная терапия, они могут переживать свои страхи, эмоции, боль и трудные обстоятельства. Арт-терапия представляет собой мягкий и действенный способ, который помогает детям справляться с отрицательными чувствами, снижать

эмоциональное напряжение и ощущать безопасность и «нормальность» [6]. Поддерживая детей в свободном символическом выражении своих эмоций и переживаний, психолог содействует развитию их адаптивных способностей и устойчивости к травматическим ситуациям. Этот подход делает коррекционную работу безопасной и эффективной для ребенка. Эффективность такого подхода усиливается применением интерактивных методов обучения, особенно в начальной школе. Интерактивные методы, предоставляя детям безопасную и стимулирующую среду для самовыражения, позволяют им естественным образом интегрировать полученный опыт в процесс обучения и, таким образом, повышают продуктивность коррекционной работы [8].

Если ребенок слишком застенчив, родителям следует поддержать его в преодолении этого состояния.

Рассмотрим несколько действенных методов арт-терапии для работы с такими детьми:

1. «Иллюстрация собственной эмоции». Детям предлагается на бумаге изобразить ту эмоцию, которую они испытывают. По завершении творчества каждый участник делится своими чувствами, обозначая их.

2. «Командный коллаж «Мой мир». Дети разбиваются на группы и создают изображение своего идеального мира, каким бы они хотели его видеть. В этом процессе можно использовать фотографии, вырезки из газет и журналов, а также собственные рисунки. Затем каждая группа придумывает название для своего мира.

3. «Выражение своего настроения». Педагог предлагает ребенку самостоятельно выбрать цвет краски и изобразить на белом листе линии, пятна, круги или узоры, отражающие его текущее настроение.

4. «Преодоление страха». Ребенку предлагает нарисовать то, что вызывает у него наибольший страх, после чего рисунок обсуждается. Затем ему дают ножницы и предлагают разрезать или порвать свой «страх».

Также полезны игры с песком: «Песочные прятки». Основная задача – развитие тактильного восприятия, способности визуального анализа, образного

мышления и волевого контроля. Ребенку предлагается выбрать одну или несколько фигур, которые он хотел бы скрыть в песке. Затем психолог отворачивается, после чего предлагает ребенку найти спрятанную фигуру и рассказать о ней.

Игра «Узоры на песке». Цель этой игры – закрепление знаний о сенсорных стандартах и установление закономерностей. Взрослый рисует разные геометрические фигуры в верхней части песочницы. Задача ребенка – воспроизвести такой же узор в нижней области песка или продолжить начатый взрослым рисунок.

Игра «Песочный круг». Цель – знакомство с техниками и методами изображения с использованием песка. Ребенок рисует круг на песке любыми доступными способами и украшает его разнообразными предметами: камнями, семенами, пуговицами, монетами или бусинами.

Кроме того, работа с материалами для творчества может стать отличным способом для ребенка исследовать свои эмоции. Использование пастели, акварели или цветных карандашей позволяет детям легко создавать яркие образы, выражающие их внутренние состояния. Например, рисование радуги может символизировать надежду и счастье, а темные оттенки могут отражать страх или грусть. Важно, чтобы ребенок мог объяснить свои рисунки, что даст возможность глубже понять его переживания и пережить их в безопасной обстановке.

Также стоит обратить внимание на создание уютного пространства для игры и творчества. Наличие комфортной зоны, где ребенок чувствует себя защищенно, способствует более открытому общению и свободному самовыражению. Родители могут принять участие в творческих процессах, что не только укрепит их связь с ребенком, но и покажет ему, что он не одинок в своих эмоциях.

В конце концов, арт-терапия – это не только способ справляться с трудными эмоциями, но и средство для развития навыков общения. Делая акцент на творческом процессе, мы можем помочь застенчивым детям не только выразить свои чувства, но и научиться говорить о них, что существенно улучшает их социальные взаимодействия и уверенность в себе.

Список литературы

1. Дубровина И.В. Арт-терапевтические техники / И.В. Дубровина. – М.: АСТ, 2021.
2. Егорова Л.С. Психотерапевтические подходы к детским проблемам / Л.С. Егорова. – Рязань: РГПУ, 2020.
3. Кумова Т.М. Арт-терапия как метод коррекции / Т.М. Кумова. – Уфа: БашГУ, 2021.
4. Павлова А.Д. Психология застенчивости у детей / А.Д. Павлова. – М.: Педагогика, 2022.
5. Рожкова Ю.А. Арт-терапия в школьной практике / Ю.А. Рожкова. – Омск: ОмГПУ, 2020
6. Рыбасова Ю.Ю. Арт-терапевтическое сопровождение людей с орфанными заболеваниями через аутентичные танцевальные упражнения / Ю.Ю. Рыбасова, Е.Е. Новгородова, Г.Р. Ситдикова // Вестник Казанского государственного университета культуры и искусств. – 2023. – №2. – С. 157–161. – EDN RQYRXU.
7. Саглам Ф.А. Учебная деятельность как важная составляющая процесса обучения младших школьников / Ф.А. Саглам // Педагогическое образование и наука. – 2019. – №3. – С. 110–115. – EDN YCSEGB.
8. Ханмурзина Р.Р. Продуктивность применения интерактивных методов обучения в начальной школе как средство реализации ФГОС НОО / Р.Р. Ханмурзина, Ф.А. Саглам // Педагогическое образование и наука. – 2018. – №5. – С. 48–50. – EDN PNABUZ
9. Хендерсон Л. Застенчивость. Практическое руководство, которое поможет избавиться от неуверенности / Л. Хендерсон. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2022. – 195 с.