

ЗНАЧЕНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ ДЛЯ ДЕТЕЙ С РАССТРОЙСТВАМИ АУТИСТИЧЕСКОГО СПЕКТРА

Лямцев Александр Васильевич

студент, кафедра декоративной-прикладного искусства, Институт Искусств, ФГБОУ ВО Новосибирский государственный педагогический университет, кафедра декоративной-прикладного искусства, РФ, г. Новосибирск

Аутизм, или же расстройство аутистического спектра - это одна из форм нарушений психического развития. Дети, у которых диагностируется это расстройство, часто испытывают серьёзные трудности в психологической и социальной адаптации в обществе. В следствии трудностей в социальной коммуникации и социальном взаимодействии с окружающими, дети могут чувствовать себя изолированными обществом, одинокими и даже неполноценными. Такие дети испытывают трудности в том, как завязывать и поддерживать беседу, отвечать на вопросы и предложения от других людей, поддерживать зрительные контакты, распознавать эмоции других, считывать невербальные сигналы от других людей, а также смотреть на ситуации с разных точек зрения [3].

Дети, страдающие аутизмом, могут испытывают трудности при прохождении каждого этапа их жизни. Трудности в социализации возникают в связи с неспособностью самостоятельно организовывать своё участие в общественной жизни. Кроме того, очень часто само общество не принимает таких людей, не оказывая должного понимания к не вписывающемуся в стандартные рамки поведению. В следствии всего этого, у ребёнка, а в последствии у взрослого человека могут сформироваться непривычные и даже социально неприемлемые и осуждаемые другими формы поведения. Человек будет одиноким, отстранённым от общества и не способным вести полноценную самостоятельную жизнь [1].

Если обычные дети самостоятельно и часто неосознанно обучаются социальным навыкам через подражание родителям, сверстникам и так далее, то детей с расстройствами аутистического спектра необходимо целенаправленно обучать этим навыкам, используя различные психолого-педагогические техники и приёмы, что требует сложнейшего комплексного подхода. Одной из таких действенных техник является Арт-терапия [3].

Арт-терапия – это один из методов психотерапии, направленный на развитие и изменение психических сторон личности, решение психологических проблем посредством использования творческой активности человека в разных видах и формах искусства. Арт-терапия основана на механизме сублимации, при котором человек будет перенаправлять негативные чувства, эмоции и побуждения в безопасную творческую деятельность [2].

Целью арт-терапии является помощь детям в социализации через усвоение коммуникативных навыков. Арт-терапия представляет собой альтернативный способ общения, при котором между психологом и ребёнком лежит творческая деятельность. Такое невербальное общение даёт детям, испытывающим сложности в живом общении с людьми, возможность выражать свой жизненный опыт, чувства, эмоции и мысли с помощью творческих материалов. Если творческие занятия групповые, то дети тем самым устанавливают контакты ещё и с другими детьми, что ещё больше развивает и совершенствует их коммуникативные навыки. Кроме того, групповые занятия способствуют повышению уверенности, сплочённости в детском коллективе, снятию напряжения, а также усвоению представления об адекватном проявлении различных эмоциональных реакций и состояний [1].

Арт-терапия обладает рядом преимуществ, которые являются крайне эффективными в

решении проблем связанных с социализацией детей с расстройством аутистического спектра. Прежде всего арт-терапия позволяет диагностировать состояние ребёнка исходя из продуктов его творческой деятельности без необходимости прибегать к вербальному общению, так как детям, страдающим аутизмом, бывает трудно выражать мысли при помощи речи. К тому же, творческая деятельность на занятиях арт-терапии способствует развитию концентрации в учёбе и общении, а также уменьшению тревожности, которая часто может возникать у детей, страдающих таким психическим расстройством. Кроме того, арт-терапия включает в себя самые разнообразные творческие техники и приёмы, что позволяет подобрать занятия для детей разного возраста с разным уровнем психического и интеллектуального развития [3].

В качестве арт-терапии чаще всего используется изотерапия, которая включает в себя самые разные виды изобразительного искусства. Самой же эффективной техникой является рисование красками. Работа с красками гармонизирует эмоциональное состояние ребёнка, успокаивает его, снижая страхи, тревоги и даже агрессию. Дети с аутизмом любят рисовать или раскрашивать, а в отличие от многих других детей их увлекает монотонная деятельность, которая приводит их к эмоциональному равновесию. Как итог, ребёнок будет ощущать состояние комфорта, станет более раскрепощённым и открытым к общению. Ещё более действенны нестандартные техники рисования, например, такие как рисование пальчиковыми красками или мыльными пузырями [1].

Арт-терапия способствует социальной и психологической адаптации ребёнка, однако существуют некоторые педагогические условия, влияющие на её эффективность. Во-первых, основанная на различных видах искусства программа арт-терапии должна оказывать постепенное и комплексное воздействие на личность ребёнка. Все этапы разработанной художественной программы должны быть направлены на решение одних и тех же задач. Во-вторых, художественные техники, методы и приёмы, используемые на занятиях арт-терапии, должны строиться прежде всего на понимании и диалоге между психологом и детьми. В-третьих, творческие задания на арт-терапии должны быть интересными, увлекательными, разнообразными, насыщенными, а самое главное эмоционально значимыми для ребёнка, чтобы он раскрыл не только свои творческие способности, но и свои чувства, эмоции, переживания, потребности, страхи и так далее. При правильном психолого-педагогическом подходе, арт-терапия способна раскрыть внутренний мир ребёнка, а также позволит детям увидеть и осмыслить свои переживания, что впоследствии поможет им интегрировать накопленный опыт из прошлого в настоящее и будущее [2].

Арт-терапия – это один из наиболее эффективных методов психологической помощи детям с расстройствами аутистического спектра. И хотя арт-терапевтическая работа – это довольно долгий процесс, многочисленные положительные результаты показывают, что данная практика при грамотном подходе специалистов ведёт к прогрессу в социальной и психологической адаптации детей, страдающих расстройствами аутистического спектра. Дети начинают осознавать себя и свои проблемы, учатся выражать свои чувства, эмоции и переживания, развивают эмпатию, повышают свою самооценку и коммуникативные навыки [2].

Список литературы:

1. Арт-педагогика и арт-терапия в специальном и инклюзивном образовании : учеб. для академического бакалавриата / Е.А. Медведева [и др]. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Юрайт, 2001. – 246 с.
2. Киселева М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе : учеб. пособие / М.В. Киселева. – СПб.: Речь, 2007. – 330 с.
3. Копытин А.И. Современная клиническая арт-терапия : учеб. пособие / А.И. Копытин. – М.: Когито-центр, 2015. – 525 с.