

Практика

«Развитие эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья, через использование элементов арт-терапии»

Воспитатель Егорова Людмила Александровна,
МБДОУ детский сад комбинированного вида №8 г. Боготола.

В связи с включением инклюзивного образования в ДОУ в группы общеразвивающей направленности, оказались включены «особые» дети, что вызвало определенные сложности в работе всех участников образовательного процесса (воспитателей, родителей, специалистов и самих детей). Волшебный мир детства, загадочный мир детской души как он многолик и разнообразен! И познать его бывает очень нелегко. А внутренний мир ребенка с ОВЗ ещё более загадочен и сложен. Наша цель помочь таким детям увидеть, услышать, почувствовать все многообразие окружающей среды, помочь им познать свое «Я», раскрыть его и войти в мир взрослых, полноценно существовать и взаимодействовать в нем. Как правило у детей с ОВЗ, выявлены нарушения психоэмоционального развития. У них отсутствуют реакции на эмоции других людей, чувства мало дифференцированы, тонкие оттенки чувств им недоступны, они могут только испытывать удовольствие и неудовольствие, также отмечается выраженное нарушение поведения, проявляющееся в безынициативности и неспособности к самостоятельности. У большинства из них не сформированы элементарные бытовые навыки, они часто испытывают трудности с коммуникацией, не всегда осваивают правила поведения в детском коллективе, не готовы к целенаправленной деятельности, испытывают трудности в освоении образовательной программы. Поэтому эти дети нуждаются в особых методах коррекции психоэмоционального здоровья. Проблема эмоционального самочувствия детей с ОВЗ в образовательном учреждении является одной из самых актуальных, так как положительное эмоциональное состояние относится к числу важнейших условий развития личности ребенка. Для этого необходима целенаправленная и организованная работа, которая не только обогатит эмоциональный опыт детей с ОВЗ, но и значительно смягчит или даже полностью устраним недостатки в их эмоционально — личностном развитии. Общаясь с особенными детьми, я заметила одну особенность - использование традиционных методов, приемов и средств в социализации детей с ограниченными возможностями не всегда приносит ожидаемый результат. Для разрешения проблемы возникла идея - применить технологию арт -терапии. Суть арт- терапии состоит в том, что через музыку, игру, сказку, рисунок происходит выход внутренней не комфортности, сильных негативных эмоций, что в свою очередь помогает понять собственные чувства и переживания, расширяются возможности социальной адаптации. Арт-терапия - это наиболее мягкий метод работы с детьми с ОВЗ. Ребенок может не говорить, но при этом может лепить, рисовать двигаться и выражать себя через движения телом. Поэтому, в организованной и свободной деятельности в течение учебного года в старшей группе мною была разработана и апробирована практика «Развитии эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья, через использование элементов арт-терапии»

Определила цель: коррекция познавательной и эмоционально сферы у детей с ОВЗ, через средства арт-терапии

Выделила следующие задачи:

- Расширять эмоциональный опыт;
- Обучать новым приёмам рисования и развивать умение экспериментировать;
- Снижать импульсивность, тревогу, агрессию детей с ОВЗ;
- Снижать эмоциональное и мышечное напряжение;
- Развивать познавательные процессы;
- Воспитывать усидчивость, выносливость, умение начатое дело доводить до конца.

Ожидаемые результаты:

наладить эмоциональное общение детей со сверстниками и взрослыми;
оказать положительное влияние на развитие речи, мышление, познавательные процессы, творческие способности ребенка;

вызвать положительные эмоции (радость, удивление, снизить негативные проявления (страх, агрессия, тревожность, уменьшить проявления отрицательных эмоций (злость, гнев, обида);

ребенок начнет понимать себя, других людей, окружающий мир;

-развить фантазию, понять свое внутреннее я.

Существует множество видов арт-терапии, но мы остановились на следующих: такие как, музыкотерапия, сказкотерапия, изобразительное искусство, песочная терапия.

Одним из наиболее эффективных методов психологического сопровождения детей с ОВЗ считаю сказкотерапию. Это метод, который лучше всего адаптирован к психологии ребенка. Известно, что сказка – это удивительное по силе психологического воздействия средство работы с внутренним миром маленького человека, мощный инструмент развития.

Любая сказка ориентирована на социально-педагогический эффект: она обучает, воспитывает, побуждает к деятельности и даже лечит. Сказочные образы эмоционально насыщены, красочны и необычны и в то же время просты и доступны для детского понимания. Именно, поэтому считаю, что сказки и их персонажи являются для ребенка с ОВЗ одним из главных источников познания действительности (событий, образа поведения, характера людей). Именно в сказочной форме ребенок сталкивается со сложными явлениями и чувствами: любовь и ненависть, добро и зло, гнев и сострадание.

С помощью сказкотерапии можно оказать помощь детям с различными психологическими проблемами (агрессивным, пассивным, неуверенным, застенчивым, с проблемами принятия своих чувств).

В работе сказка удобна тем, что она может помочь решить следующие задачи в социально-психологической и педагогической деятельности:

1. Установление контакта с ребёнком, создание комфортной, соответствующей возрастным особенностям среды. Будучи включённым в происходящее, ребёнок с готовностью принимает задачи на разнообразную познавательную деятельность. Сказочный сюжет может составлять основу увлекательного занятия (в которое включены упражнения на мелкую моторику, внимание, память, восприятие и т. д., и как материал для преобразования, экспериментирования со словами, ситуациями.

2. Ребенок идентифицируется с героями литературного произведения, сопереживает их приключениям. В сказке ребёнок получает возможность проиграть чувства: страх, стыд, обиду и т. д. Терапевтический эффект достигается при проигрывании сказочных сюжетов.

3. Сказки разговаривают с ребёнком на эмоционально насыщенном, близком ему языке метафор, без прямого наставления. Они предлагают в образной форме обучающие ситуации, т. е. позволяют ребёнку «видеть» новые ролевые позиции, новые способы действия.

В своей работе с детьми с ОВЗ использую сказки небольшие, хорошо знакомые сказки, например; «Курочка Ряба», «Репка», «Три медведя», «Теремок», «Заюшкина избушка», «Гуси-лебеди» и т.д. После прочтения сказки, мы проигрываем эмоции персонажей, например, ребенок может показать, как волк злится, как боятся поросята и т. д.

Детям 3 – 5 лет наиболее близки и понятны сказки о животных и сказки о взаимодействии людей и животных. В этом возрасте, дети часто идентифицируют себя с животными, легко перевоплощаются в них, копируют их манеру поведения. Структура занятия с применением сказкотерапии обязательно включает в себя «вход в сказку», соответствующий настрой, основную часть, где используются приемы и упражнения для развития вербального воображения, «выход из сказки». Такая структура занятия создает атмосферу «сказочного мира».

Использование пальчикового театра, дает прекрасную возможность для ребенка с ОВЗ обыграть сказку. Можно одеть персонажа себе на пальчик и поиграть, что вызывает огромный интерес у детей. Театр – это уникальный речевой и сенсорно–двигательный «тренажер». Фигурки пальчикового театра помогают развить подвижность пальцев обеих рук, освоить речь персонажей и научат ставить мини–представления.

Исходя из опыта применения сказкотерапии в коррекционно-развивающей работе с детьми с ОВЗ, могу отметить, что с помощью указанного метода можно добиться положительных результатов как в коррекции личностного развития ребенка, так и в социально-коммуникативном развитии. Связано это с тем, что в ходе групповых или индивидуальных занятий с ребенком отрабатываются необходимые навыки коммуникации и навыки коллективного взаимодействия, что повышает шанс ребенка на адаптацию в коллективе, в обществе. У детей с нарушениями речи повышается речевая активность в процессе приобретения умения узнавать сказку, определять ее героев и отношения между ними. У детей совершенствуется выразительность речи в процессе создания сказочных образов, расширяется словарный запас. Таким образом, можно сделать вывод, что сказкотерапия является эффективным методом психологического сопровождения детей с ОВЗ. Использование сказкотерапии это творческий, увлекательный, но и очень ответственный процесс. Поэтому в этот процесс включаются родители, с ними проводится ряд работ: которые способствуют повышению компетенции родителей по данной теме через проведение консультаций, бесед; оформление папок - передвижек, буклетов; Предложены правила для родителей при проведении сказкотерапии для детей дома:

- читая или рассказывая сказку, проявляйте подлинные чувства и эмоции;
- дети должны видеть лицо, глаза, мимику и жесты рассказчика;
- не делать длительных пауз.

Музыкотерапию использую на занятиях с ребенком с ОВЗ в любом виде. Мы прослушиваем аудио записи «Волшебные голоса природы» это и пение птиц, шум моря, весенняя капель и многое другое. Слушаем различные музыкальные произведения, которые требуют от ребенка выполнения простых движений, например; «ты похлопай вместе с нами: хлоп-хлоп; ты потопай вместе с нами: топ-топ», играем на элементарных музыкальных инструментах – все это благотворно влияет на психологическое состояние ребенка, снимает невроты и раздражительность, успокаивает малыша.

При использовании музыкотерапии происходит:

- эмоциональная активизация ребенка – он получает заряд положительных эмоций;
- ребенок развивает навыки и способности к общению в совместной деятельности со взрослым или ребенком;
- происходит регуляция эмоционального фона, настроения и самочувствия ребенка;
- формирование чувства прекрасного.

Метод песочной терапии обладает мощным ресурсом для коррекционной работы с детьми данной категории. Основные преимущества этого метода:

- во-первых, усиливается желание ребенка узнавать новое, экспериментировать и работать самостоятельно.
- во-вторых, в песочнице развивается тактильная чувствительность, как основа "ручного интеллекта".
- в-третьих, в играх с песком более гармонично и интенсивно развиваются все познавательные функции, а главное – речь и моторика.

Игры с песком способны заинтересовать, отвлечь, расслабить ребенка, а значит, обеспечить наиболее успешное выполнение задания, являются эффективным способом подачи материала. Кроме того, песочная терапия объединяет массу упражнений, направленных на общую релаксацию, снятие двигательных стереотипов и судорожных движений. В процессе песочной игры ребёнок имеет возможность выразить свои самые

глубокие эмоциональные переживания, он освобождается от страхов, и пережитое не развивается в психическую травму.

Все дети любят играть с песком, а дети с ОВЗ особенно. Все, что нужно для песочной арт-терапии – это обыкновенный ящик с песком, или песочница. Рисуя сухим или мокрым песком, строя из песка замки, создавая песочные фигуры, ребенок развивает тактильные ощущения, раскрепощается, самовыражается. Такая работа также отлично развивает мелкую моторику и учит ребёнка концентрироваться.

Создавая картину собственного мира из песка, ребенок освобождается от напряжения. А самое главное - он приобретает бесценный опыт самовыражения своих чувств, эмоций, переживаний.

На занятиях я часто использую следующие упражнения и игры на развитие зрительного восприятия.

1. Узнать по нарисованному на песке контуру изображение предмета.
2. Соотнести нарисованный на песке контур предмета с изображением на картинке.
3. Найти из разложенных на песке предметов одинаковые.
4. Узнать и дорисовать предмет по неполному изображению.
5. Предложить выполнить такое задание: проложи дорожку к домику для зайчика между камешками и т.д.

Устраивая с детьми ливень из песка, сначала это будет мелкий дождик из песка, поместившегося в одной ладонке, потом дождик усиливается, помогает у ребенка с ОВЗ устранить напряжение, стресс, агрессию. Являясь регрессивным материалом, песок способен проникать сквозь те защитные механизмы, которые при обычной терапии приходится преодолевать различными, порой долгосрочными, методами. Это ускоряет и облегчает процесс психокоррекции.

Так как при любом взаимодействии с песком, используются обе руки, порой одновременно, благодаря чему идёт благотворное влияние на развитие правого и левого полушария, а также их взаимодействия. При таком подходе гармонизируется эмоциональное состояние. У детей активно развивается мелкая моторика: каждый элемент рисуется определённым пальчиком определённой руки, маленькие фигуры побуждают детей с задействовать полностью всю кисть руки: и ладонь, и пальцы. Ребёнок учится владеть своими руками, успокаивается, тренирует внимание, воображение, укрепляется нервная система. Давно установлен факт о тесной связи между развитием мелкой моторики и речью.

Таким образом, игры с песком считаю очень эффективным и современным решением в коррекционно-образовательной работе детей с ограниченными возможностями здоровья. Они вызывают положительные эмоции у детей, помогают раскрывать каждого ребёнка индивидуально. Удачно сочетаясь с другими видами коррекционной деятельности, такие игры позволяют осуществлять интеграцию в процессе обучения и развития.

Изотерапия – это психотерапевтическая работа с использованием методов изобразительного искусства. Цель изотерапии - повышать эмоционально-положительный фон, создавать благоприятные условия для успешного развития ребёнка.

В ходе изодейтельности обогащается и развивается внутренний мир ребенка; развивается мелкая моторика; восстанавливается эмоциональное равновесие; активно развивается речь.

В течении года использовала различные приёмы и техники в работе с детьми с ОВЗ в изобразительной деятельности. Ребёнок более охотно включается в процесс, отличный от того, к чему он привык, не ограничиваю обычным набором изобразительных средств (бумага, кисти, краски) и традиционными способами их использования, а использую рисование пальцами, ладошками. Ценность рисования пальцами и ладошками заключается

в свободе от двигательных ограничений; от культурного влияния; от социального давления.

Именно для этих детей игры с красками служат профилактикой и коррекцией тревожности, социальных страхов, подавленности. Применение рисования сухими листьями, сыпучими материалами и продуктами, приносят детям много радости, они натуральны, приятно пахнут, невесомы, хрупки и шершавы на ощупь. Мы создавали изображения с помощью мелких сыпучих материалов: круп (манки, овсяных и других хлопьев, гречи, пшена, сахарного песка, вермишели и т. д. Рисовали предметами окружающего пространства: мятой бумагой, губками, ватными палочками, коктейльными соломинками. При рисовании соломинкой происходит дыхательная гимнастика, что очень важно для развития детей с ОВЗ.

Работа с семьей - важнейшее направление в системе сопровождения детей с ОВЗ, так как семья – это первое звено в процессе социализации такого ребенка. При работе с семьей формируем положительную мотивацию к сотрудничеству с педагогами, поскольку не всегда родитель адекватно оценивает состояние своего малыша, либо стиль воспитания и взаимодействия с обществом в силу сложившихся в семье традиций отвергает необходимость прислушиваться к мнению педагогов.

Инструменты измерения результатов образовательной практики:

Методика “Паровозик” С.В. Валиева; позволяет определить особенности эмоционального состояния ребёнка

Методика «Тест тревожности» Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен показывает стабильное снижение тревожности у детей с ОВЗ в конце учебного года, после проведения коррекционно – развивающей работы с применением данных методов и приёмов
Опрос родителей. Диагностика уровня эмоционального благополучия детей в детском саду;

Образовательная практика обеспечивает следующие результаты:

Таким образом, доступность методов и отсутствие противопоказаний позволяют заниматься арт-терапией с детьми с ОВЗ. В результате работы у детей выплескиваются отрицательные эмоции, высвобождается психологическая энергия, которая обычно тратится на неэффективное напряжение, повышается самооценка, внимание становится более устойчивым, характерно принятие простых инструкций, повышается самоконтроль.

Арт-терапию считаю одним из результативных методов в коррекционной работе с детьми с ОВЗ. Это метод может быть применён для развития навыков общения и является идеальным инструментом для повышения самооценки и укрепления уверенности в себе, оказывает влияние на становление ребёнка как личности, способствует сохранению и укреплению психоэмоционального здоровья детей. Успех коррекционной работы зависит от эффективного взаимодействия всех участников этого процесса в системе «педагог – ребенок – родитель»

Дальнейшее развитие практики:

1. Продолжать развивать эмоциональную сферу детей с ОВЗ, навыки общения.
2. Продолжать пополнение предметно-развивающей среды.
3. Проводить дальнейшее просвещение родителей (законных представителей), педагогов по вопросам обучения, развития и воспитания детей с ОВЗ.

Материалы по теме реализуемой практики публиковались:

В Образовательном СМИ «Педагогический альманах» со статьей «Развитии эмоциональной сферы у детей дошкольного возраста с ограниченными возможностями здоровья, через использование элементов арт-терапии»

В сборнике «Идеи и успешный опыт в условиях модернизации

российского образования» на сайте Всероссийского центробразования и развития "Педагоги России" публикация "Сказкатерапия - метод психологического сопровождения детей с ОВЗ"