

Ташкентский государственный педагогический университет

**АРТ-ТЕРАПИЯ В СИСТЕМЕ ПОМОЩИ ДЕТЯМ С**

**ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИХ**

**СЕМЬЯМ**

**Аннотация:** в статье анализируются возможности использования метода коррекции и развития посредством организации художественного творчества детей с ограниченными возможностями здоровья.

**Ключевые слова:** коррекционная педагогика, дети с ограниченными возможностями здоровья, арт-терапия, социальная адаптация.

**ART THERAPY IN THE SYSTEM OF ASSISTANCE TO CHILDREN**

**WITH DISABILITIES AND THEIR FAMILIES**

**Abstract:** the article analyzes the possibilities of using the method of correction and development through the organization of artistic creativity of children with disabilities.

**Keywords:** correctional pedagogy, children with disabilities, art therapy, social adaptation.

Арт-терапия – это метод развития и коррекции посредством художественного творчества. Термин «арт-терапия» изначально использовался в сороковые годы двадцатого столетия в западноевропейских странах, представляя собой психотерапевтическое направление, в котором основным методом лечения выступает занятие изобразительным искусством. Методологическую основу арт-терапевтического направления в психологии заложили такие известные психотерапевты и психологи, как Д. Байере, Т. Боронска, Д. Вудз, К. Дрюкер, Т. Дэлли, Д. Калманович, А. Копытин, Э. Крамер, К. Кейз, М. Либманн, Б. Ллойд, П. Лузатто, С. Льюис, М. Мауро, Д. Мерфи, О. Постальчук, К. Тисдейла, Д. Энли. Основываясь на гуманистическом подходе, арт-терапия преследует единую цель –

гармоничное развитие человека, расширение возможностей его социальной адаптации с помощью искусства.

Арт-терапия позволяет решать сложнейшие психологические проблемы, находить и использовать внутренние ресурсы человека, избавиться от накопившегося стресса.

Применительно к специальному образованию арт-терапию следует рассматривать как синтез нескольких областей научного знания (медицины, искусства и психологии), а в лечебной и психокоррекционной практике - как совокупность методик, которые построены на применении разных видов искусства в своеобразной символической форме и которые позволяют при помощи стимулирования художественно-творческих (креативных) проявлений ребенка с проблемами осуществить коррекцию нарушений психоэмоциональных и психосоматических процессов и отклонений в личностном развитии.

Особую ценность арт-терапевтическая работа может иметь для взрослых и детей, которые испытывают те или иные затруднения в вербализации своих переживаний, к примеру, из-за речевых нарушений, малоконтактности или аутизма, а также сложности этих переживаний и их «невыразимости» (у лиц с посттравматическим стрессовым расстройством). Это вовсе не означает, что арт-терапия не способна быть успешной в работе с лицами, имеющими хорошо развитую способность к вербальному общению – для них изобразительная деятельность может являться альтернативным «языком», более выразительным и точным, чем слова. Дети чаще всего испытывают определенные затруднения в вербализации своих проблем и переживаний, невербальная экспрессия для них более естественна.

Сущность арт-терапии заключается в коррекционном и терапевтическом воздействии искусства, которое проявляется в актуализации переживаний и выведении их во внешнюю форму через продукт художественной деятельности; реконструировании психотравмирующей ситуации с помощью художественнотворческой деятельности; актуализации креативных

потребностей и их творческом самовыражении, создании новых, эмоционально позитивных переживаний, их накоплений.

В качестве функций арт-терапии принято выделять:

- катарсическую – очищающую, освобождающую от негативных состояний;
- регулятивную – состоящую в снятии нервно-психического напряжения, моделировании положительного психоэмоционального состояния, регуляции психосоматических процессов;
- коммуникативно-рефлективную – обеспечивающую коррекцию нарушений общения, формирование адекватного межличностного поведения, самооценки.

Практически каждый человек (вне зависимости от своего возраста, социального положения и культурного опыта) может участвовать в арт-терапевтической работе, не требующей от него значительных художественных навыков или повышенных способностей к изобразительной деятельности. Каждый человек, будучи ребенком, лепил, рисовал, играл, в силу чего метод арт-терапии практически не имеет возрастных ограничений в использовании. Многие специалисты отмечают преимущества метода арт-терапии перед другими психокоррекционными методами.

Арт-терапия выступает преимущественно средством невербального общения, что делает ее особенно ценной для тех, кто недостаточно хорошо владеет речью, затрудняется в словесном описании своих переживаний или, наоборот, слишком связан с речевым общением.

Символическая речь является одной из основ изобразительного искусства, позволяет человеку зачастую более точно выразить свои переживания, по-новому взглянуть на ситуацию и житейские проблемы и найти, благодаря этому, путь к их решению.

Арт-терапия во многих случаях позволяет обходить «цензуру сознания», поэтому представляет уникальную возможность для исследования бессознательных процессов, выражения и актуализации латентных идей и

состояний, тех социальных ролей и форм поведения, которые находятся в «вытесненном» виде, либо слабо проявлены в повседневной жизни.

Арт-терапия имеет «инсайт-ориентированный» характер, является средством свободного самовыражения и самопознания. Она предполагает атмосферу доверия, высокой терпимости и внимания к внутреннему миру человека. Арт-терапия работает с продуктами творчества самого клиента (его рисунки, текстовые работы и т.д.) и с готовыми уже произведениями искусства (картины, скульптуры, книги, продукция киноискусства).

Продукты изобразительного творчества являются объективным свидетельством настроений и мыслей человека, что позволяет использовать их для ретроспективной, динамической оценки состояния, проведения соответствующих исследований и сопоставлений.

Арт-терапия основана на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов исцеления и саморегуляции. Она отвечает фундаментальной потребности в самоактуализации: раскрытие широкого спектра возможностей человека и утверждение им своего неповторимого и индивидуального способа бытия в мире. Арттерапевтическая работа вызывает у людей положительные эмоции, помогает преодолеть безынициативность и апатию, сформировать более активную жизненную позицию. В отличие от занятий, направленных на систематическое обучение какому-либо искусству, занятия арт-терапией носят спонтанный характер и направлены не на результат, а на сам творческий процесс. Состояние свободного творчества дает эмоциональную разрядку, возможность самовыражения и просто доставляет огромное удовольствие всем участникам процесса .

В целом же можно сказать, что метод арт-терапии базируется на «переключении» активности полушарий головного мозга: левое полушарие – это своеобразный цензор, разум, сознание, которое чаще всего не пропускает наружу искренние чувства, подавляя их. Правое же полушарие, активизирующееся в ходе творческой деятельности, запускает

бессознательные процессы, открывающие путь к выражению подлинных переживаний. В результате арттерапевтических занятий полушария начинают «дружно» работать вместе, и работа эта направлена на осознание и исправление внутренних, бессознательных проблем: комплексов, страхов «зажимов» и т.п. Все вышесказанное дает основание использовать арттерапевтические методики при работе над такой сложной задачей, как поддержка семей, которые воспитывают детей с ограниченными возможностями здоровья. Психологические проблемы в этих семьях связаны с переживаниями по поводу заболевания ребенка, трудностями в общении с ребенком, отсутствием сочувствия и понимания со стороны окружающих. Из-за необходимости длительной и сложной реабилитации, требующей много сил и времени, во взаимоотношениях родителей подчас нарастает напряжение, и возникают различного рода конфликты. Кроме того, ситуация может усугубляться тем, что кто-то из родителей бывает вынужден отказаться от реализации своих профессиональных планов, бросив работу или же изменив ее характер для того, чтобы больше времени уделять своему ребенку. Все это делает психологическую поддержку таких семей достаточно непростой, но чрезвычайно актуальной задачей.

### **Литература**

1. Борисенко А. А., Федорова О. В. Трудности обучения детей с расстройствами аутистического спектра социально-бытовым навыкам Проблемы педагогики,
2. Долгих Н. В., Егорова Г. Я. К вопросу о проблемах формирования и воспитания языковой культуры ребенка с нарушениями развития // Проблемы педагогики, 2016. № 2 (13). С. 51-52.