

своей книге «Ганцевальная терапия и глубинная психология» делится впечатлениями от занятий у Труды Шуп: «В своей группе мы наблюдали и «примеряли» походку и позы друг друга. Мы гиперболизировали то, что видели, и описывали, что чувствовали при этом. Мои партнеры по классу открыли мне, что, хотя моя походка была ровной и грациозной, они чувствовали напряжение, когда пытались повторить ее. Я осознала, что во время ходьбы мое тело слегка отклонилось назад. Чувство стесненности было связано с определенным типом телесного расщепления. Я осознала, что, даже когда я двигаюсь вперед, все равно сохраняю небольшую склонность к избеганию и уходу. С таким напряжением сложно жить. И все же я жила так годами, не осознавая этого... Когда я поняла, что мне свойственно отклоняться назад, на эмоциональном уровне я стала ощущать это как колебание между застенчивостью и презрением. Когда соматическое состояние обрело психологический смысл, я смогла переживать эмоции более открыто. Моему телу больше не нужно было удерживать их в себе. Постепенно естественным, по моим ощущениям, путем моя походка изменилась» (Джон Ходоров).

Сама идея использования походки не нова. Но целью моей статьи было акцентировать внимание на данной психотехнике как способу, открывающему путь к самосознанию и самопринятию личности. Также я считаю необходимым «давать» клиентам образы, используя полярности: скованный – раскрепощенный, неудачный мужчина – успешный мужчина, быстрота – медленность, напряженность – расслабленность и т.д. Усиливая и контрастируя эти полярности, легче найти путь к своей походке, а через нее к своему образу Я.

М.А. Поперекова
КГУ, Курск

Изобразительная деятельность как средство развития коммуникативных умений у младших школьников

Родители и дети живут сейчас более интенсивной жизнью, в которой все меньше времени остается для общения друг с другом и со-

вместных занятий. К сожалению, дома члены семьи в основном не беседуют друг с другом, а смотрят телевизор или проводят время за компьютером. У многих родителей хватает своих личных трудностей: возросшая потребность в деньгах заставляет их работать еще интенсивней и еще больше, оставляя своих детей одних дома, с нянями или в школьных группах продленного дня. Дети сейчас меньше занимаются спортом и в школах дополнительного образования. Возрастает число детей растущих без присмотра.

В своей работе учителям и психологам часто приходится работать с все большим числом беспокойных и агрессивных детей. Однако нередко в школе можно встретить ребят, которые стоят в стороне, робеют, не решаются подойти к детям. Педагоги отмечают, что для многих детей все труднее становится нормально взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, они не понимают и не учитывают индивидуальных особенностей других людей.

Неэффективность в общении может быть связана с полным или частичным отсутствием того или иного коммуникативного умения, например, умения ориентироваться и вести себя в конкретной ситуации. Нарушения в общении, конфликтность и обособленность признаки слабой адаптации ребенка к окружающему миру, причины серьезных эмоционально-личностных проблем в будущем. И чем раньше осваивается опыт общения, чем богаче арсенал коммуникативных средств, тем успешнее реализуется взаимодействие.

На сегодняшний момент уже не вызывает сомнений необходимость ориентировать процесс обучения на формирование личности готовой к постоянно меняющимся запросам социума, к сотрудничеству с другими людьми.

Однако, несмотря на постоянно растущую в обществе потребность в людях коммуникабельных, обладающих разносторонними знаниями, современная школа с существующим в ней набором форм и методов обучения не в должной степени способствует формированию коммуникативных умений школьников.

Находясь в постоянном поиске новых путей и средств работы, мы со специалистами в центре психолого–педагогической реабилитации и коррекции детей все чаще ориентируемся на использование изобразительной деятельности в процессе развивающих занятий с психологом.

Проблема воздействия изобразительного искусства на человека, занимавшая еще мыслителей древности (Аристотель, Конфуций, Платон), интересовавшая М.В. Алпатова, А.Ф. Лосева, Ю.М. Лотмана и многих выдающихся педагогов и психологов (В.М. Бехтерев, М. Доналдсон, Е.И. Игнатъев, Я.А. Коменский, В.С. Мухина, Л.С. Выготский, М. Монтессори, И. Пес-талюцци, Ж. Пиаже, К.Д. Ушинский) остается актуальной для многих художников-педагогов и психологов современности (С.Е. Игнатъев, В.С. Кузин, Е.В. Шорохов, С.П. Ломов, В.К. Лебедев, Н.Н. Ростовцев, М.В. Киселева, А.И. Копытин).

Выбор изобразительной деятельности как развивающего метода для младших школьников обусловлен проблемами в развитии коммуникативных умений и обоснован следующими аспектами:

- продукция изобразительной деятельности дает основания для интерпретации и диагностической работы, предоставляет огромную информацию об умственном развитии ребенка, об эмоциональном самочувствии: наличии конфликтов и внутренних переживаний;
- рисование для ребенка предоставляет возможность для выражения агрессивных чувств в социально приемлемой форме, является безопасным способом разрядки напряжения;
- изобразительная деятельность детей – творческий акт, позволяющий детям ощутить радость свершений, свою способность действовать, быть самим собой, выражая свободно свои чувства и переживания, мечты и надежды. Важным развивающим моментом является формирование и удовлетворение творческих потребностей детей. Рисование предоставляет естественную возможность для развития воображения, гибкости и пластичности мышления. Действительно, дети, которые любят рисовать,

отличаются большой фантазией, непосредственностью в выражении чувств и гибкостью суждений;

- коррекционная функция ставит своей целью устранение эмоциональных препятствий в межличностных отношениях; изобразительная деятельность позволяет работать с мыслями и чувствами, способствует возникновению чувства внутреннего контроля и самоорганизации. В изобразительной деятельности – как творческом процессе, особенно активизируются самонаблюдение и саморефлексия, являющихся важнейшими факторами коррекции самосознания ребенка, его высших социальных потребностей.

Возрастная категория выбрана не случайно. Следующая ступень – подростковый возраст, доминанта – общение. Освоение элементов коммуникативной культуры в младшем возрасте позволит детям успешней реализовать свой потенциал.

Разработанная методика, направлена на достижение социального успеха младшими школьниками, развитие навыков эффективного общения и уверенного поведения; на перенос полученных умений, средств деятельности в обыденную жизнь, обучение детей способам саморегуляции и выходам из неблагоприятных жизненных ситуаций.

Методика предполагает использование психолого-педагогических игр и упражнений, направленных на развитие межличностных навыков и отношений, для укрепления самооценки и создания более уверенного образа себя. В ходе таких занятий дети имеют возможность получить новые впечатления, приобретают социальный опыт и общение совершенно иное, чем в ходе обычной школьной жизни.

Целью является: развитие коммуникативных умений младших школьников средствами изобразительной деятельности.

Задачи:

- обогащение знаний детей о средствах и правилах общения;
- развитие навыков самоорганизации, самоконтроля и самоанализа;
- формирование умения слушать, вы-

сказывать свою точку зрения, умение аргументировать и отстаивать свою позицию;

- формирование у учащихся моделей поведения, приводящих к компромиссному решению;
- освоение способов конструктивного поведения в конфликте;
- развитие навыков инициативности в общении;
- оказание помощи детям в преодолении скованности, неуверенности в общении с людьми;
- развитие художественно-творческих умений.

Формы и методы работы:

- анкетирование, тестирование;
- развивающие игры и упражнения;
- групповая работа;
- групповая дискуссия (повышает мотивацию и вовлеченность участников в решение обсуждаемой проблемы);
- наблюдение за коммуникативным поведением других (эффективный способ повышения собственной компетенции);
- проектная деятельность;
- участие в конкурсах, выставках.

Данные занятия являются эффективным средством воздействия, позволяющим решать широкий круг проблем в области общения. В эмоциональной сфере эти занятия групповой и индивидуальной формы помогают ребенку почувствовать эмоциональную поддержку со стороны группы, почувствовать собственную личностную и творческую ценность, стать более свободным в выражении собственных позитивных и негативных эмоций, раскрыть свои проблемы и соответствующие им чувства.

В поведенческой сфере групповая образительная деятельность помогает ребенку приобрести навыки более искреннего, глубокого и свободного общения с окружающими, преодолеть неадекватные формы поведения, проявляющиеся в группе, в частности, связанные с избеганием субъективно сложных ситуаций, выработать и закрепить формы поведения, в частности те, которые будут способствовать адекватной адаптации вне группы.

При проведении занятий создаются благоприятные условия для формирования таких качеств личности, как инициатива, умственная активность и самостоятельность. Развивается способность к эмпатии.

Участвуя в выставочной, конкурсной и проектной деятельности, дети получают положительные эмоции от полученного результата своей работы. Законченная работа, как и сам процесс, дает детям чувство развития и достижения цели, являясь условием личного удовлетворения и убеждения в собственных возможностях.

О.Л. Разумкова, С.С. Котова
РГППУ, Екатеринбург

Психологическая коррекция страхов у детей младшего школьного возраста средствами арт-терапевтических методов

Страх является наиболее опасной из всех эмоций. Проблема страхов мало разрабатывается в практике школы. Ведь, именно с поступлением в школу связано большинство страхов у детей. Актуальность исследования проблемы определяется еще и тем, что с возрастом у детей меняются мотивы поведения, отношение к окружающему миру, взрослым, сверстникам. И от того, смогут ли родители и педагоги уловить эти перемены, понять изменения, происходящие с ребенком, и в соответствии с этим изменить свои отношения, будет зависеть тот положительный эмоциональный контакт, который является основой нервно-психического здоровья ребенка. Подавляющее большинство страхов в той или иной степени обусловлены возрастными особенностями и имеют временный характер. Детские страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины их появления, чаще всего исчезают бесследно. Если же страхи болезненно заострены или сохраняются длительное время, то это служит признаком неблагополучия, говорит о нервной ослабленности ребенка, о неправильном поведении родителей, также незнание родителями психических и возрастных особенностей ребенка, о наличии у них страхов.