

Научная статья
УДК 376.1
DOI: 10.18101/2307-3330-2022-2-42-49

ПРИМЕНЕНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ НА ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫХ ЗАНЯТИЯХ В ПЕРИОД ДИСТАНЦИОННОГО ОБУЧЕНИЯ

© **Кущева Наталья Александровна**

педагог-психолог,

Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа № 3

Россия, 670002, Улан-Удэ, ул. Буйко, 25

kuscheva.natalja@yandex.ru

Аннотация. В статье описан практический опыт применения методов арт-терапии на психокоррекционных занятиях во время дистанционного обучения детей. Представлены примеры заданий и упражнений, разработанных с учетом возможностей и интеллектуальных способностей учащихся. Автор иллюстрирует, что использование арт-терапии в коррекционно-развивающей работе в том числе в период дистанционного обучения дает возможность проводить более эффективно занятия по коррекции и обучению, позволяет максимально включить детей в общий вид деятельности, развивает познавательную активность. Примерами из собственной практики доказано, что ребенок становится более спокойным, уравновешенным, идущим на контакт со сверстниками и взрослыми, в момент занятий дети расслабляются, познают себя, раскрывают глубины своего подсознания и освобождаются от проблем.

Ключевые слова: арт-терапия, дистанционное обучение детей, раскрытие творческого потенциала.

Для цитирования

Кущева Н. А. Применение арт-терапии на психокоррекционных занятиях в период дистанционного обучения // Вестник Бурятского государственного университета. Образование. Личность. Общество. 2022. № 2. С. 42–49.

В современном обществе использование информационных технологий становится необходимым практически в любой сфере деятельности человека. Овладение навыками работы с этими технологиями еще за школьной партой во многом определяет успешность будущей профессиональной подготовки современных учащихся, их социальной адаптации. При этом одним из актуально и эффективно сработавших условий освоения информационных технологий стало дистанционное обучение, так как возникла необходимость реализации процесса получения знаний на расстоянии при помощи современных технологий, главную роль среди которых играет интернет.

В целом интерес ученых и практиков к дистанционному образованию как предмету исследования значительно повышается в связи с расширением в последние два-три десятилетия мирового информационного пространства и как следствие с интенсивным развитием информационных и компьютерных технологий, о чем свидетельствует все увеличивающееся количество публикаций на данную тему. Их анализ показывает, что дистанционное образование рассматривается в разных аспектах, с разных сторон и относительно его реализации на разных уровнях. Так, Л. И. Аюпова [1], С. А. Воробьева [3], И. Г. Герашенко [4],

В. С. Шаров [10] исследуют дистанционное обучение в отечественной педагогической практике с позиций истории его становления в условиях российских реалий; нормативно-правового обеспечения; направлений развития, достоинств и недостатков в сопоставлении с традиционным обучением в очной и заочной формах. Значительное количество исследований посвящено рассмотрению дистанционного обучения в связи с развитием информационных и компьютерных технологий. Так, в понимании Д. А. Козловой [8] дистанционное обучение — это своеобразный инновационный подход в реализации непрерывного образования с применением дистанционной формы обучения, эффективность которого зависит от использования адекватных педагогических технологий. Интересный подход представлен в исследованиях Н. Н. Быковой [2], которая применение дистанционных образовательных технологий относит к факторам мотивации обучающихся в режиме электронного обучения.

Таким образом, даже краткий анализ представленных исследований позволяет сделать вывод об актуальности дистанционного обучения как одного из достаточно доступных способов получения высшего образования.

В связи с распространением новой коронавирусной инфекции дистанционное образование рассматривается в качестве серьезной альтернативы традиционным формам обучения. Оно применяется как в массовых школах, так и в коррекционных, в том числе при обучении детей с интеллектуальными нарушениями. ГБОУ «СКОШ № 3» не стало исключением. В ходе психокоррекционной работы, взаимодействуя с учащимися и их родителями, мы используем известные средства связи: платформа ZOOM, мессенджеры Viber и WhatsApp, электронная почта.

В нашем случае каждый ребенок через приложение Viber получает небольшой видеоролик длительностью до трех минут с подробным руководством к действию. На выполнение работы отводится 2–3 дня. Такая отсроченность выполнения задания позволяет ребенку выполнить ее тогда, когда он более свободен, находится в подходящем настроении для создания творческой работы. В силу своих особенностей в интеллектуальном развитии не все учащиеся умеют ориентироваться в создавшихся технических условиях, своевременно и самостоятельно могут выполнить задание. Некоторые учащиеся не имеют личных средств связи, в результате чего не могут выйти в ZOOM в назначенное время. Несмотря на указанные трудности, для полноценной коррекционной работы необходимо создание специальных условий обучения и воспитания, позволяющих учитывать особые образовательные потребности детей с ограниченными возможностями здоровья посредством индивидуализации и дифференциации образовательного процесса.

Для обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) характерны следующие специфические образовательные потребности: обязательность непрерывности коррекционно-развивающего процесса, доступность содержания познавательных задач, реализуемых в процессе образования; систематическая актуализация сформированных у обучающихся знаний и умений; обеспечение особой пространственной и временной организации общеобразовательной среды; использование преимущественно позитивных средств стимуляции деятельности и поведения обучающихся, демонстрирующих добро-

желательное и уважительное отношение к ним; развитие мотивации и интереса к познанию окружающего мира с учетом возрастных и индивидуальных особенностей ребенка к обучению и социальному взаимодействию со средой; специальное обучение способам усвоения общественного опыта — умений действовать совместно со взрослым по показу, подражанию по словесной инструкции; стимуляция познавательной активности, формирование позитивного отношения к окружающему миру [5].

Получение детьми с ограниченными возможностями здоровья образования и воспитательных воздействий является одним из основных и неотъемлемых условий их успешной социализации, обеспечения их полноценного участия в жизни общества, эффективной самореализации в различных видах профессиональной и социальной деятельности. Это важно в контексте общей цели коррекционно-развивающей работы — содействия развитию личности, создания условий для реализации его внутреннего потенциала, помощи в преодолении и компенсации отклонений, мешающих его развитию [5].

Коррекционная направленность процесса обучения предполагает педагогическое воздействие с помощью специальных методов и приемов, стимулирующих у детей компенсаторные процессы развития познавательных возможностей. С целью охватить как можно большее количество учащихся, привлечь их к выполнению учебных заданий в своей работе мы использовали тематические видеоролики, в которых дано четкое руководство к действию и представлен поэтапно ход работы. Находясь на расстоянии от педагога, дети имели возможность взаимодействовать с ним на занятии с помощью видео. Каждый видеоролик начинался с видеозаписи приветствия педагога, создания эмоционального настроения с помощью интересных заданий (загадок, ребусов, сказок и т. д.). Данные видеоролики ребята могли открыть тогда, когда представлялось возможным. Трудности возникли и в том, что не все учащиеся могут своевременно предоставить продукт своей деятельности. В связи с этим в период дистанционного обучения велось тесное взаимодействие с родителями. Многим из них сложно понять, как будет проходить дистанционное обучение, часто новость об этом вызывает негативные чувства, усиливает тревожное состояние взрослых. Чтобы минимизировать недовольство и вовремя реагировать на трудности, нами ведется психологическое сопровождение учащихся в этот непростой период обучения.

Особенно эффективна в период дистанционного обучения техника арт-терапии. Сегодня она доступна как одно из новых течений — «Арт-терапия в школе». Терапия искусством является относительно новым методом психотерапии. Впервые этот термин был использован Адрианом Хиллом в 1938 г. при описании своей работы с больными туберкулезом и вскоре получил широкое распространение. В настоящее время им обозначают все виды занятий искусством, которые проводятся в больницах и центрах психического здоровья. Арт-терапия (в переводе с англ. — терапия искусством) — метод психотерапии, связанный с выражением эмоций и иных содержаний психики человека через искусство с целью изменения состояния и структуры мироощущения. Основы метода были заложены в работах Принцхорна, З. Фрейда, Наумбурга, К. Г. Юнга, использовавшего собственное рисование для подтверждения идеи о персональных и универсальных символах. В России творческие проявления при психических заболеваниях

ниях изучались П. И. Карповым. В дальнейшем большое влияние на развитие арт-терапии оказали психотерапевты гуманистической направленности [5].

Арт-терапия — это сложное понятие, которое включает множество разнообразных форм и методов, в связи с чем общепризнанной ее классификации не существует. Данное направление используется для профилактики возникновения различных проблем психологического характера [6]. Замечено, что в результате применения данной техники наблюдается положительная динамика развития учащихся, их активизация на занятиях, повышение интереса к результатам собственного творчества. Большое значение имеет взаимодействие с родителями. Их помощь в своевременном выполнении задания очень значительна. Благодаря их помощи осуществляется обратная связь, которая позволяет оценить уровень заинтересованности учащихся в выполнении задания. Уровень их сложности подбирается в соответствии с возможностями и способностями учащихся. Обратная связь осуществляется посредством фотоотчетов. Далее работы группируются в единый видеоролик, в итоге организуется небольшая выставка творческих работ.

В настоящее время накоплен значительный опыт применения различных видов арт-терапии, которые заинтересуют современных школьников и помогут разобраться с их тревогами. Остановимся подробнее на некоторых из них.

Изотерапия представляет собой терапию посредством рисования. В данном виде арт-терапии педагог может использовать различные техники рисования, такие как рисование пальчиками, на песке, свечой и множество других. Выбор будет зависеть от учителя. В настоящее время изотерапия используется для психологической коррекции с невротическими, психосоматическими нарушениями у детей и с трудностями в обучении и социальной адаптации [4]. Рисование помогает учащемуся свободно выразить свои чувства, мысли, мечты. Благодаря изотерапии школьник может освободиться от негативных, агрессивных переживаний. Развитию эмоциональной сферы детей, расширению представлений о цвете, о его роли в жизни способствовало занятие по теме «Цветопись настроения». Используя лист А4, гуашь, кисточку и вилку, необходимо было изобразить букет цветов, выбрав при этом подходящий, по мнению учащихся, цвет. Необычность выполнения работы, а именно рисование цветов с помощью вилок, вызвала у учащихся неподдельный интерес, получено большое количество положительных отзывов.

В технике выдувания краски или «кляксографии» рисунок словно рождается сам, стоит только начать творить. Данное занятие не только увлекательное, полезное в плане избавления от негатива и приобретения положительных эмоций, но и очень благотворно влияет на здоровье, так как выдувание через трубочку развивает легкие, силу вдоха-выдоха и вообще дыхательную систему ребенка в целом. Данное занятие вошло в блок занятий по теме «Как избавиться от страхов». Получившимся кляксам учащиеся с удовольствием дорисовывали глаза, ножки, ручки, превращая их в веселых «монстриков». Это помогало им избавиться от обид, страхов, которые у них накопились.

Еще одним занятием из серии «Учимся прощать обиды» было изготовление игрушки антистресс «Капитошка», которое помогло справиться с напряжением, отвлечься, расслабиться, поднять настроение, способствовало развитию творче-

ского воображения, фантазии. Используя воздушный шарик, муку или крахмал, ребята с радостью изготовили антистрессы, нарисовав на них веселые мордашки.

Формированию умения выражать эмоции и чувства способствовало занятие в технике пластилинографии — новом виде декоративно-прикладного искусства, представляющем собой создание лепных картин с изображением выпуклых, полубъемных объектов на горизонтальной поверхности. Ребятам особенно понравилось создавать картины к сказке «Отважная звездочка». Они выкладывали жгутики, полученные с помощью нагревания пластилина в медицинском шприце. Работы получились не похожими друг на друга, учащимися была использована разнообразная цветовая гамма.

Рисование солью — это нетрадиционный способ рисования, для которого используется шаблон из клея ПВА и обычной пищевой соли, а также гуашь или акварельные краски. Когда кисточка с краской касается рисунка, то соль намокает, впитывает краску и ребенок видит, как соль начинает стремительно окрашиваться. Это достаточно завораживающая картина, которая привлекает детский интерес. Так, например, на уроке по теме «Медуза» ребята успешно справились с предложенной работой, некоторые из них представили нашему вниманию целый сюжет на морскую тематику.

Одним из действенных методов арт-терапии, на наш взгляд, является кинезиотерапия. Развитию межполушарного взаимодействия мозга, синхронизации работы его полушарий, развитию мелкой моторики способствовало занятие по теме «Тренировка для мозга». Учащимся на выбор было предложено несколько упражнений различного уровня сложности. Благодаря помощи родителей, которые вели видеосъемки, мы смогли увидеть, что получилось. Ребята выполняли упражнения с удовольствием, при этом с радостью позировали на видеосъемки.

Отличные результаты учащиеся показали в использовании метода торцевания или изготовления объемных картин или фигурок путем приклеивания маленьких скрученных шариков или трубочек из бумаги на поверхность с помощью клея или пластилина. Такие работы отличаются от других видов аппликации своим воздушным результатом, его можно комбинировать с другими элементами декора и напоминает он смесь аппликации с квиллингом. Так, тема «Зимнее дерево» способствовала развитию цветовосприятия, чувства композиции, мелкой моторики, концентрации внимания. После того как дети отгадали загадку о снеге, они с интересом выполняли аппликацию «Зимнее дерево», используя гуашь, салфетки, кисти, клей ПВА, цветной картон.

Результаты занятий являются своего рода диагностическим материалом. Так, например, проанализировав работы, выполненные учащимися по теме «Цветопись настроения», можно сделать вывод о том, какие эмоции они испытывают. Ребенок в своих творениях выражает то, чего не может выразить словами. Ориентируясь на преобладающий в рисунке цвет, мы получили результаты, представленные в таблице 1 и свидетельствующие о доминировании у учащихся светлого, приятного отношения, любознательности.

Таблица 1

Процентное соотношение эмоционального состояния учащихся

Психоэмоциональное состояние при выполнении заданий и цвет	Процент
светлое, приятное отношение, любознательность (желтый)	25
восторженность, активность (красный)	20
спокойное, ровное отношение (зеленый)	20
тревожность, тоска (фиолетовый)	15
легкая тревожность (темно-синий)	10
радостное отношение (оранжевый)	10

Также индикатором настроения послужила работа «Отважная звездочка», выполненная в технике пластилинографии, которая была предложена в завершение дистанта. В работе приняли участие 24 человека. Сравнительные результаты представлены в таблице 2.

Таблица 2

Процентное соотношение эмоционального состояния учащихся на начало и конец периода дистанционного обучения

Психоэмоциональное состояние при выполнении задания «Отважная звездочка»	Количество (%)	
светлое, приятное отношение, любознательность (желтый)	25	30
восторженность, активность (красный)	20	27
спокойное, ровное отношение (зеленый)	20	23
тревожность, тоска (фиолетовый)	15	5
легкая тревожность (темно-синий)	10	5
радостное отношение (оранжевый)	10	10

Исходя из результатов, представленных в диаграмме, можно сделать вывод о том, что уровень светлого, приятного отношения и любознательности по сравнению с началом дистанционного обучения возрос на 5%, восторженное и активное состояние — на 7%, спокойное и ровное настроение — плюс 3%. Уровень же тревожности и тоски стал значительно ниже — минус 10%. Уровень легкой тревожности в сравнении с началом дистанционного обучения снизился на 5%, а показатель радостного настроения остался на прежнем уровне.

Об эффективности занятий в период дистанционного обучения можно судить на основании положительной динамики развития учащихся и их активизации на занятиях, повышения интереса к результатам собственного творчества. Это подтверждает диаграмма, в которой указано количество учащихся на начало периода дистанционного обучения, в процессе его реализации и на момент завершения.

Диаграмма 1

Количественное соотношение учащихся с высокой степенью активности на разных этапах дистанционного обучения



Так, 5-й «А» класс (всего 14 учащихся) начал обучение в период дистанта в количестве 6 человек, а закончил в количестве 13. В другом 5-м «Б» классе (5 человек) вначале было 3 человека, в конце учащиеся работали в полном составе. Учащиеся из 6-го «А» класса (по списку 10 человек) в начале периода дистанционного обучения работали в составе 4 человек, в конце — 6 человек. К сожалению, не удалось охватить учащихся 6-го «А» класса в полном объеме, что объясняется отсутствием средств связи с доступом в интернет. По итогам работы в период дистанционного обучения была оформлена виртуальная выставка творческих работ, которую можно увидеть на сайте школы.

Подводя итог, можно сказать, что все упражнения и разработанные занятия с элементами арт-терапии расширяют диапазон общения с ребенком, помогают лучше понимать детские переживания, создают «площадку» для благополучного психического развития, а также улучшает настроение, коммуникабельность и самооценку. Ребенок становится более спокойным, уравновешенным, идущим на контакт со сверстниками и взрослыми. В момент занятий дети расслабляются, познают себя, раскрывают глубины своего подсознания и освобождаются от проблем. С помощью данной методики можно избавиться от ряда вредных привычек, зависимости от гаджетов, сети Интернет.

Литература

1. Аюпова Л. И. Дистанционное обучение и российские реалии // Здоровье и образование в XXI веке: электронный научно-образовательный вестник. 2016. Т. 18, № 9. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/distantsionnoe-obuchenie-i-rossiyskie-realii/viewer> (дата обращения: 11.06.2020). Текст: электронный.
2. Быкова Н. Н. Мотивация обучающихся при применении дистанционных образовательных технологий // Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина. 2016. № 4–2. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/motivatsiya-obuchayuschih-sya-pri-primenenii-distantsionnyh-obrazovatelnyh-tehnologiy/viewer> (дата обращения: 22.06.2020). Текст: электронный.
3. Воробьева С. А. Дистанционное обучение сегодня и завтра // Муниципальное образование: инновации и эксперимент. 2012. № 6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/distantsionnoe-obuchenie-segodnya-i-zavtra/viewer> (дата обращения: 26.06.2020). Текст: электронный.

4. Геращенко И. Г., Геращенко Н. В. Проблемы дистанционного образования: методологический аспект // *Studia Humanitatis*. 2017. № 2. URL: <http://st-hum.ru/content/gerashchenko-ig-gerashchenko-nv-problemy-distancionnogoobrazovaniya-metodologicheskiiy> (дата обращения: 23.06.2020). Текст: электронный.

5. Гончарова Е. Л., Кукушкина О. И. Ребенок с особыми образовательными потребностями // Альманах Института коррекционной педагогики РАО. 2002. № 5. URL: <http://www.ise.iip.net/almanah/5/st04.htm>. Текст: электронный.

6. Кисилева М. В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе: учебник для высшего проф.образования. Санкт-Петербург: Речь, 2007. 336 с. Текст: непосредственный.

7. Козлова Д. А. Дистанционное обучение как инновационный подход в реализации непрерывного образования // Вестник Таганрогского института имени А. П. Чехова. 2013. Спецвып. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/distantsionnoe-obuchenie-kak-innovatsionnyu-podhod-v-realizatsiinepreryvnogo-obrazovaniya/viewer> (дата обращения: 22.06.2020). Текст: электронный.

8. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий / под редакцией Л. Д. Лебедевой. Санкт-Петербург: Речь, 2003. Текст: непосредственный.

9. Шаров В. С. Дистанционное обучение: форма, технология, средство // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. 2009. № 94. С. 236–240. Текст: непосредственный.

Статья поступила в редакцию 02.04.2022; одобрена после рецензирования 13.05.2022; принята к публикации 04.06.2022.

APPLICATION OF ART THERAPY IN PSYCHOCORRECTIVE CLASSES DURING DISTANCE LEARNING

Natalya A. Kuscheva

Teacher-Logopedist,

Special Remedial Comprehensive School No. 3

25 Buyko St., Ulan-Ude 670000, Russia

kuscheva.natalja@yandex.ru

Abstract. The article describes the practical experience of applying the methods of art therapy in psychocorrective classes during distance learning for children. We give the examples of tasks and exercises developed with consideration to the capabilities and intellectual abilities of schoolchildren. It is illustrated that the use of art therapy in remedial work, in particular during distance learning, makes it possible to organize remedial classes more effectively, allows including children in general activity as much as possible, and develops cognitive activity. Our experience shows that during classes children become calmer, more balanced, engaging with peers, they relax, self-actualize, reveal the depths of their subconscious and get rid of problems.

Keywords: art therapy, distance learning for children, fulfillment of creative potential.

For citation

Kuscheva N. A. Application of Art Therapy in Psychocorrective Classes during Distance Learning. *Bulletin of Buryat State University. Education. Person. Society*. 2022; 2: 42–49 (In Russ.).

The article was submitted 02.04.2022; approved after reviewing 13.05.2022; accepted for publication 04.06.2022.