DOI: 10.17117/na.2015.10.04.459

<http://ucom.ru/doc/na.2015.10.04.459.pdf>

Поступила (Received): 21.10.2015

Чулкова Н.А., Иванова В.А. Возможности использования методов арт-терапии в снижении тревожности детей дошкольного возраста

Chulkova N.A., Ivanova V.A.
**The possibility of using methods of art therapy in reducing
the anxiety of preschool children**

В данной статье рассмотрены методы арт-терапии для снижения тревожности у детей дошкольного возраста

Ключевые слова: тревожность, дети дошкольного возраста, методы арт-терапии

This article describes methods of art therapy to reduce anxiety in children of preschool age

Key words: anxiety, preschool children, methods of art therapy

Чулкова Надежда Андреевна

Студент

Северо-Восточный федеральный университет им. М.К Аммосова

Якутия, г. Нерюнгри, ул. Кравченко, 16

Chulkova Nadezhda Andreyevna

Student

North-Eastern federal university named M.K Ammosov

Yakutia, Neryungri, Kravchenko st., 16

Иванова Виктория Алексеевна

Кандидат педагогических наук, доцент

Северо-Восточный федеральный университет им. М.К Аммосова

Якутия, г. Нерюнгри, ул. Кравченко, 16

Ivanova Viktoriya Alekseevna

Candidate of Pedagogic Sciences, Associate Professor

North-Eastern federal university named M.K Ammosov

Yakutia, Neryungri, Kravchenko st., 16

Актуальность темы определена тем, что в данное время возросло число тревожных детей, которые отличаются повышенной эмоциональной неустойчивостью, беспокойством, неуверенностью. Необходимо вовремя определять таких детей и выявлять социально-психологические причины имеющейся тревожности, с целью предотвращения развития у тревожных детей неврозов и невротических состояний.

Л.П. Костина считает, что «тревожность – это состояние человека, характеризующееся повышенной склонностью к переживаниям, беспокойству и опасениям, имеющее отрицательную эмоциональную окраску» [3].

Так А.М. Прихожан указывает, что «тревожность – это переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием угрожающей опасности. Различают тревожность как черту личности, неизменное свойство, темперамента и как эмоциональное состояние» [4, с. 84].

Высокое значение в развитии тревожности имеет адекватность развития личности ребенка. Известно, что при этом среда играет предназначающую

роль, содействуя образованию системы отношений, серединой которых является самооценка, ценностные ориентации и направленность предпочтений и интересов.

Проблемой тревожности в дошкольном возрасте занимались такие отечественные психологи как Мони́на Г.Б., Лютова Е.К., Захаров А.И., Прихожан А.М и другие. Г.Л. Лэндрет, Л.М. Костина, Е.К. предлагают для коррекции уровня тревожности у детей дошкольного возраста использование методов арт-терапии.

Методы арт-терапии являются ценным инструментом в деятельности образовательных учреждений, особенно в работе с детьми дошкольного возраста. Используемые методы и формы арт-терапевтической работы с детьми многообразны. Разнообразные виды творческой активности могут оказывать важные психопрофилактические, развивающие эффекты, снижают детскую тревожность, высокое эмоциональное напряжение.

В федеральном государственном образовательном стандарте дошкольного образования (приказ министерства образования и науки Российской Федерации от 17 октября 2013 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования»), прописывается: «чтобы развить его творческие возможности и веру в себя, прежде всего, нужно установить контакт, подразумевающий доверительное, доброжелательное, искреннее, заинтересованное отношение к нему» [7].

Одним из ведущих назначений, используемых в педагогической практике, считается арт-терапия для дошкольников. Данный метод психологической коррекции заключается в раскрытии и развитии личности ребенка с помощью художественной деятельности. Развитие происходит в деятельности, что лежит в основе арт-терапевтического влияния, заключающегося из: изотерапии, игротерапии, сказкотерапии.

Шестакова Елена Юрьевна (воспитатель, МБДОУ № 83, г. Норильск), в своем труде «Проблема тревожности и страхов у детей дошкольного возраста», считает, что «программы арт-терапевтической коррекции эмоциональных расстройств у детей могут быть созданы на употреблении различных форм творческого самовыражения в первую очередь, изотерапией, которая дополняет музыкотерапией, элементами сказкотерапии. В коррекционной программе присутствует метод изотерапии» [6, с. 1].

Светлана Валерьевна Салеева (педагог-психолог, учитель-логопед, МБДОУ детский сад №153, г. Самара) считает, что «в категорию тревожных детей входят дети, которые чувствуют дискомфорт при необходимости вступать в контакт со сверстниками и взрослыми, за исключением узкого круга близких людей. Дети не уверены в своих силах, не способны ориентироваться в человеческих отношениях, испытывают разнообразные страхи и опасения, частью реальные, а частью вымышленные» [5, с. 2].

Анастасия Евгеньевна Беспалова (педагог-психолог, ГОУ Детский сад № 551 (г. Зеленоград)), говорит о том, что «использование сюжетно-ролевой игры позволит уменьшить количество страхов и снизить уровень беспокойности у детей дошкольного возраста. Сюжетно-ролевые игры нацелены на пре-

одоление страхов и тревоги; усвоение адекватных способов поведения в конфликтных ситуациях; развитие способности к пониманию себя и своих возможностей, преодоление неуверенности в себе; способности к произвольной регуляции эмоций» [1].

Наталья Михайловна Каблаш (старший воспитатель, МДОУ «Снежинка» (г. Алдан, Республика Саха (Якутия), считает, что «каждая сказка уникальна, они направлены на решение поведенческих и эмоционально-личностных проблем ребенка. Сказкотерапия применяется в работе с тревожными, неуверенными детьми, застенчивыми, агрессивными» [2].

На занятиях сказкотерапии дети проживают эмоциональные состояния, вербализуют свои личные переживания, знакомятся со словами, означающими различные эмоциональные состояния, благодаря чему у них вырабатывается способность к более глубокому пониманию себя и других людей, умение ориентироваться в эмоциональной реальности.

Проведенный нами анализ психолого-педагогического опыта педагогов РФ и РС (Я) позволил нам рассмотреть методы и техники арт-терапии, применяемые в коррекции тревожности у детей дошкольного возраста. Такие методы арт-терапии, как сказкотерапия, изотерапия, игротерапия, позволяют снизить психомышечное напряжение, развивать умения решать проблемные ситуации и повышать эмоциональную самооценку ребенка.

Список используемых источников:

1. Беспалова А.Е. Коррекционная работа по снижению страхов и тревожности у детей старшего дошкольного возраста // Всероссийский фестиваль педагогических идей «Открытый урок» 2012-2013 уч. г.
URL: <http://festival.1september.ru/articles/604252/>
2. Каблаш Н.М. Сказкотерапия как средство развития эмоциональной сферы детей дошкольного возраста // Всероссийский фестиваль педагогических идей «Открытый урок» 2006-2007 уч. г.
URL: <http://festival.1september.ru/articles/417294/>
3. Костина Л.П. Методы диагностики тревожности. СПб.: Академия, 2009. С. 198.
4. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: 21 психологическая природа и возрастная динамика. М.: 2000. 435 с.
5. Салеева С.В. Из опыта работы педагога-психолога ДОУ с тревожными детьми // Социальная сеть работников образования 2013-2014 уч.г.
URL: <http://nsportal.ru>
6. Шестакова Е.Ю. Проблема тревожности и страхов у детей дошкольного возраста // Всероссийский фестиваль педагогических идей «Открытый урок» 2011-2012 уч. г.
URL: <http://festival.1september.ru/articles/611677/>
7. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.
URL: https://edu.tatar.ru/n_chelny/page92700.htm/page1897825.htm