

ЗАСТОСУВАННЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНИХ ТЕХНІК В РОБОТІ З ДИТЯЧОЮ ТРИВОЖНІСТЮ

На сьогоднішній день дитяча тривожність є розповсюдженою проблемою. Тривога у дитини може проявлятися в різних ситуаціях, проте у більшості випадків причиною тривоги є неадекватні вимоги дорослих, що підірплюються критикою. Проблема

є актуальною та потребує вчасного діагностування й корегування дитячих страхів, занепокоєнь. Адже затягнута тривожність може призводити і до неврозів.

Тривожність розглядають як передчуття небезпеки, постійне побоювання та хвилювання. Тривога більш характерна для дітей-холериків. За даними досліджень вона проявляється більше у дівчат [1]. Діти з високим рівнем тривожності зазвичай пасивні, байдужі, замкнуті в собі, їх мало що цікавить.

Застосування арт-терапевтичних технік, тобто активна взаємодія з дитячою творчістю – найкращий спосіб виявлення та подолання тривоги. Перш за все, це пов'язано з тим, що діти з труднощами висловлюють свої думки словесно, тому вони використовують невербальні методи вираження своїх переживань, почуттів та емоцій. Відомо, що у дитячому віці існує тісний зв'язок між тілесним та духовним, що менш притаманно дорослим. Це надає можливість простежити за тим, що відчуває дитина насправді. Свої переживання та проблеми вона приховує в певних образах, символах, тому важливою задачею психолога є зрозуміти те, що хотіла передати дитина [2, 3].

Дітям властивий аналітико-синтетичний тип сприймання. Вони виділяють те, що на їх думку є найголовнішим, хоча це можуть бути дрібниці. Так, малюнок може виглядати нереалістичним та непропорціональним. Наприклад, вона може змалювати вуха у людини, більшими за розміром, ніж саме лице, або забути про деякі частини тіла, оскільки це може бути неважливим на її думку. Тому кожна деталь є об'єктом вивчення для спеціаліста [2]. Діти – експресивні, щирі в прояві своїх почуттів. Творчість допомагає їм самореалізовуватися та самовиражатися.

Олівцю та паперу дитина довіряє більше, ніж батькам і тим паче терапевту. Особливо це треба враховувати, якщо дитина є інтровертом. Такий тип особистості часто має творчі здібності. Діти-інтроверти особливо замкнуті в собі, через що витягнути з них інформацію вербально – майже неможливо. Проте, їх витвори мистецтва можуть розказати набагато більше.

Дитячою арт-терапією активно займалися: Е. Крамер, Р. Гудман, К. Кейз, Т. Боронська, Д. Мерфі, М. Мауро та інші. В своїх працях вони навчають глибоко вивчати внутрішній світ дитини, розуміти зміст її творчості, надають способи аналізу дитячого малюнку або іншого матеріалу [3].

Арт-терапія покращує комунікацію між психологом та клієнтом. Якщо клієнтом є дитина, зручні та безпечні умови для співпраці з терапевтом набувають першорядного значення. Методи арттерапії, як правило екологічні для особистості, а отже є рекомендованими для дітей. Арттерапевтичні інструменти мають

займати чільне місце в професійній скарбничці кожного дитячого психолога, психотерапевта.

Список літератури

1. Захаров А. И. Неврозы у детей и подростков: Анамнез, этиология и патогенез / Л.: Медицина, 1988. – С. 6-8, 32-33.
2. Киселева М. В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. – СПб.: Речь, 2006. – С. 10-14.
3. Копытин А. И. Практикум по арт-терапии/ Под ред. А. И. Копытина. – СПб.: Питер, 2001. – С. 88-91.

Науковий керівник: Власова-Чмерук О. М., ст. викладач