



ТВОРИМ ВМЕСТЕ, ТВОРИМ РЯДОМ АРТ-ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С АУТИЧНЫМИ ПОДРОСТКАМИ

Глазунова Елена Николаевна

педагог-психолог

ОГБУ «Реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями им В.З. Гетманского», Белгородская область

Аннотация. Статья посвящена методу реабилитации подростков с аутизмом при помощи арт-терапии. Подробно излагаются принципы этого подхода к реабилитации, о его преимуществах и условиях использования, приводится алгоритм проведения коррекционного занятия средствами арт-терапии.

Ключевые слова: арт-терапия, подросток, аутизм.

Всем известно, что подростковый возраст – это критический возраст, где происходит борьба за независимость, подросток удовлетворяет потребности в самопознании и самоутверждении, у него не просто возникает чувство уверенности в себе и способность полагаться на себя, но и формируются способы поведения, которые позволяют ему справляться с жизненными трудностями и в дальнейшем. Подростки демонстрируют большую готовность к контакту.

Подросткам с аутизмом свойственны те же черты, что и обычным, им также необходимы признание и расширение возможностей, расширение круга общения. Но они не могут самостоятельно строить свои отношения с окружающим миром. Они защищаются от тактильного контакта, уклоняется от зрительного контакта или смотрят сквозь человека.

Развитие подростка с аутизмом, в отличие от здоровых подростков, базируется преимущественно на личном опыте. Данная категория подростков не переносит эмоционального напряжения. При этом неважно, какие эмоции испытывают подростки с аутизмом, положительные или отрицательные.

Стремление подростков с аутизмом избежать контакта с окружающим миром, особое специфическое речевое развитие нервной системы, при которой затруднено формирование его эмоциональных контактов с внешним миром. Проблемы же личностного характера (такие как негативизм, агрессия, стереотипия и другие) затрудняют работу педагога-психолога с ними. Отсутствие общения, а, следовательно, взаимодействия с окружающим миром и людьми, возникающее чаще всего с раннего детства, резко искажает ход всего психического развития подростка, препятствует его социальной адаптации.

В современном обществе чтобы быть успешным каждому подростку необходимо быстро



адаптироваться в обществе, быть общительным, уверенным в себе, иметь нестандартный подход к делу, быть креативным. Подросток должен уметь не только осознавать, но и выражать свои мысли, чувства и желания. Поэтому в реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья, в частности с аутизмом все больше внимания уделяется формированию и развитию навыков общения, развитию творческих способностей.

Арт-терапия один из методов который развивает способность мыслить творчески, что делает подростка более жизнерадостным, стойким к нестандартным ситуациям.

Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания. По мнению К.Юнга, искусство, особенно легенды и мифы и арт-терапия, использующая искусство, в значительной степени облегчают процесс индивидуализации саморазвития личности на основе установления зрелого баланса между бессознательным и сознательным «Я».

Современные исследователи (В.Н. Коропулина, М.Н. Смирнова, Н.О. Гордеева и др.) определяют арт-терапию как способ и технологию реабилитации лиц с ограниченными возможностями средствами искусства и художественной деятельностью, базирующиеся на способности человека к образному восприятию окружения и упорядочиванию своих связей с ним в любой художественной, символической форме. Искусство, как деятельность представляет собой экспериментирование людей художественными образами, символами в качестве заменителей реальных объектов.

Арт-терапия, по словам В.В. Макарова, полностью соответствует все возрастающей потребности современного человека в мягком, экологическом подходе к его проблемам, неуспешности или неполной самореализации [9].

Назначение арт-терапии, утверждает В. Беккер-Глош, не в том, чтобы выявлять психические недостатки или нарушения. Напротив, она обращена к сильным сторонам личности, а также обладает удивительным свойством внутренней поддержки и восстановления целостности человека [4].

Именно на этом убеждении мы опирались при работе с аутичными подростками, на базе ОГБУ «Реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями».

Для более ясной картины понимания деятельности педагога-психолога с аутичными подростками ниже предоставляется разработанная нами программа кружка «Арт-студии «Разноцветный мир».

Цель программы: гармонизация личности подростков с аутизмом, через раскрытие их творческого потенциала.

Задачи программы:

- развитие социального интеллекта;



- развитие чувства собственной значимости;
- развитие умения контролировать свои действия;
- снятие эмоционального напряжения;
- развитие воображения;
- развитие творческих способностей.

Таблица 1. Тематическое планирование

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Волшебные краски	1
2	Живопись кончиками пальцев «Планета счастья»	1
3	Монотипия	1
4	Рисование волшебными краскам «Морские узоры» (эбру-терапия)	1
5	Лепка из солёного теста «Фигура с закрытыми глазами»	1
6	Оригами «Цветы в подарок»	1
7	Кляксография «Волшебные нитки»	1
8	Рисунок в круге «Мандала»	1
9	Коллаж «Какой Я»	1
10	Рисование по мокрому листу бумаги «Размываем обиду красками»	1
11	Папье- маше «Две маски “Я”».	4
12	Индийские мандалы	1
13	Парное рисование	1
12	Кукла из фольги	1
13	Мое дерево	1
14	Чудеса из теста	1
15	Сказочные фигуры	1
16	Рисуем музыку	1

Первым этапом психокоррекционной работы является этап индивидуальных занятий. На первых двух занятиях происходит приспособление подростка к месту и незнакомому ему взрослому, к оборудованию и инструментарию. Подростку предоставляется возможность самостоятельно обследовать помещение комнаты для занятий. Если есть в помещении яркие, крупные, звучащие игрушки и предметы, то их необходимо убрать перед началом занятий. Помещение должно быть изолировано от посторонних извне звуков. Для подростка с аутизмом необходимо строго дозировать аффективные контакты, так как может наступить пресыщение –



когда даже приятная ситуация становится для него дискомфортной и может разрушить уже достигнутое. Говорить в некоторых случаях, особенно если подросток возбужден, нужно негромко, даже шепотом. При этом нужно избегать прямого взгляда, резких движений. Обращаться к подростку с прямыми вопросами не следует. Так же не настаивать на продолжении выполнения задания в случае отказа. Желательно, чтобы одежда педагога-психолога быть не яркой, предпочтение отдается темным тонам, и в ней должно быть постоянство, т.к. это поможет подростку быстрее привыкнуть к нему.

Если первый контакт состоялся, на последующих занятиях можно начинать внедряться в личное поле подростка с целью внесения изменений в его поведение.

На наших занятиях в арт-студии, мы используем такие методы и технологии как рисование, лепка из пластилина, изготовление кукол из фольги, аппликация, оригами, конструирование, изготовление коллажей, создание скульптур, прослушивание музыки, беседы.

В начале занятий арт-терапии подростки открывают для себя материал, с которым будут работать: ощупывают, нюхают, пробуют на вкус. Например, одного подростка смешивание и изготовление красок очаровывает, он приходит от них в восторг, пытается их размазывать или ощупывать пальцами, другого они пугают; одного рисование эбру-красками тонизирует и сосредотачивает, другого слишком возбуждает, провоцирует агрессию (разливание красок, неистовое смешивание с гелем), одному прикосновение к рукам приносит радость, другому - дискомфорт.

Поэтому подбор методов и технологий занятий должен быть достаточно индивидуален.

Ниже предоставляется план занятий, по которому мы проводим свою коррекционную деятельность:

1. Ритуал приветствия. Создается атмосфера доверия и принятия между участниками взаимодействия. Подросток придумывает ритуал приветствия сам.
2. Разминка. Происходит воздействие на эмоциональное состояние подростка, на уровень его активности. Разминка проводится не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями. С учётом актуального состояния подростка выбираются разминочные упражнения. Одни упражнения активизируют подростка, поднимают настроение; другие упражнения снимают эмоциональное возбуждение.
3. Основная часть. Это упражнения и приёмы, направленные на решение задач данного занятия.
4. Рефлексия занятия. Что понравилось на занятии? Почему это важно? Зачем мы это делали?
5. Ритуал прощания. Подросток придумывает ритуал прощания сам.

На последующих занятиях подростку необходима постоянная поддержка взрослого, его



побуждение и ободрение, чтобы перейти к более активным и сложным отношениям. Педагог-психолог должен чувствовать настроение подростка, понимать его поведение. Очень важно вовлечь подростка в совместную деятельность.

Общение с подростком происходит не только на вербальном уровне, но и с использованием наглядного материала: картинок, рисунков, схем, карточек с символами. Задания предлагаются в наглядной форме, при этом объяснения быть простыми, повторяющимися по несколько раз. Речевые же задания предъявляются голосом разной громкости, так же обращается внимание на тональность.

Таким образом, для успешного установления эмоционального контакта между педагогом-психологом и подростком, надо создать ситуацию общения так, чтобы она была для подростка комфортной. Она должна подкрепляться приятными впечатлениями и не требовала недоступных для него форм взаимодействия. Подросток должен получить опыт комфортного общения, и только потом, добившись привязанности и доверия, можно постепенно развивать более полное взаимодействие.

В проведении занятий необходимо придерживаться строгого распорядка и неменяющихся ритуалов приветствия и прощания.

Для всех подростков с аутизмом является страх изменений, выражающийся в сверхзначимом желании поддерживать постоянство окружающей среды в любых ее проявлениях. Они очень зависимы, даже сверхзависимы от эмоциональной поддержки близких. Поэтому в коррекционной работе с данной категорией подростков средствами арт-терапии педагогам-психологам пришлось воздействовать через привлечение родителей в совместное творчество, общение через игрушку, которую подросток приносил на каждое занятие.

Повторение предыдущей творческой деятельности как разминку для нового занятия стало неотъемлемым условием вовлечения подростка в творческий процесс. А стимуляция речевой активности на фоне эмоционального подъема способствует лучшему установлению контакта. Для этого педагог-психолог и подросток вместе что-то рисуют или сочиняют. Причем делать это надо попеременно: то взрослый, то подросток останавливаются на какой-то детали, и партнер должен продолжить сказку или рисунок. Педагог-психолог при этом должен строить свой рассказ с учетом того, что привнес подросток. Потребность в диалоге у подростков возрастает в ходе самого диалога. Все эти приемы помогают аутичному подростку адекватно реагировать на взаимодействие с окружающими.

Если подросток начинает суетиться, уменьшает тактильные прикосновения, значит, его что-то тревожит, и педагогу-психологу необходимо уменьшить свою активность и дать возможность ему отдохнуть.

В ходе занятия подростки с аутизмом не обращают внимания на других людей и



общаются с ними только тогда, когда ему что-то нужно, например любимый предмет, посуда или пространство для наблюдения. У них отмечены различные вербальные стереотипы. Это неоднократно повторяющиеся определенные звуки, слова. Часто подростки без конца стереотипно задают один и тот же вопрос, повторяют его по несколько раз, хотя уже дан ответ собеседником. Они задают необычные вопросы, иногда имеющие сверхценный характер.

Очень часто подростки с аутизмом повторяют одни и те же движения в течение длительного периода времени, такие как переключивание с места на место и выкладывание в ряд карандашей, кусочков бумаги и пластилина, переливание воды из стакана в стакан. Поэтому продолжительность занятий варьируется от 45 до 60 минут.

Совместные занятия «мать - подросток - педагог-психолог» дали значительный прогресс. Взаимодействие рядом и вместе помогло раскрыть творческие возможности подростка. Совместное рисование, создание коллажа, совместная плоскостная скульптура из пластилина всех членов группы на большом листе бумаги способствует развитию взаимодействия между участниками процесса, установлению более тесных эмоциональных связей.

Очень важно в ходе занятий по арт-терапии подбадривать и одобрять подростка в случае его успешного поведения. Преобладание отрицательных оценок же формирует и закрепляет у аутичного подростка негативное отношение к себе. Радость должна быть искренняя, радоваться за него и вместе с ним.

Педагог-психолог должен научиться понимать и реально оценивать возможности подростка, сформировать адекватный уровень требований к нему. Если уровень ожиданий специалиста превышает возможности подростка, это вызовет у него утрату веры в свои возможности. Заниженные требования, наоборот, снижают чувство ответственности за свои действия и поступки, не дают сформироваться навыкам саморегуляции поведения.

По возвращении аутичного подростка в привычную социальную среду, каковой для него является семья, приобретенные навыки имеют тенденцию к исчезновению. Поэтому важно продолжить в домашних условиях занятия по арт-терапии, чтобы обязательные развивающие занятия преобразовались в хобби и стали неотъемлемой частью увлечений.

Арт-терапия – это уникальный метод в работе с аутистами, который позволяет соприкоснуться с чем-то важным внутри каждого подростка, чему обычно мы не даем ни облика, ни голоса, но и сильно влияет на наши выборы и выборы подростков, на их желания и качество адаптации к жизни.

В заключении хотелось бы обратиться к притче.

Однажды темной дождливой ночью молодому человеку необходимо было переплыть широкую реку. Старый рыбак дал ему свою лодку и указал на еле заметный огонек на противоположном берегу: «Греби на него, сынок, что есть силы, греби и не вздумай опустить



весла». И молодой человек поплыл. Сильный ветер дул ему навстречу. Дождь застилал глаза, а он все греб и греб, удерживая ориентир перед собой. Каждый последующий гребок давался труднее предыдущего. И вдруг он увидел большой белый пароход, который плыл по течению. Он взглянул в темноту и увидел еще одно небольшое суденышко, плывущее по течению. И еще, и еще... Казалось, весь мир отдался во власть могучего потока реки. И ему захотелось вынуть из воды весла, но огонек продолжал мерцать перед его глазами, и он снова устремился к своей цели. А уже, будучи на берегу, он слышал непонятные звуки, которые при приближении к повороту русла реки становились все сильнее и сильнее... это был водопад...

Очень не хотелось бы, чтобы подростки с аутизмом плыли по течению. Очень хочется, чтобы у них были мудрые советчики: родители и педагоги, способные нацелить их на правильные жизненные ориентиры. А это возможно только с ситуации доверительного взаимодействия во благо самого подростка.

Список литературы:

1. Антонова, О.П. Занятия с подростками по программе: "Арт-терапия"/ О. П. Антонова. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <http://www.vsereferati.narod.ru/books/1.doc>. – Загл. с экрана.
2. Беккер-Глош В. // Международный журнал по арт-терапии «Исцеляющее искусство». – 1999. - №1. - С. 42 - 58.
3. Гилберт К. Аутизм. Медицинское и педагогическое воздействие: книга для педагогов-дефектологов / Пер. с англ. О.В. Деряевой ; под науч. ред. Л.М. Шипицыной; Д.Н. Исаева. — М. : Гуманитар, изд. центр ВЛАДОС, 2005. - 144 с.
4. Епифанцева Т.Б. и др. Настольная книга педагога-дефектолога Ростов н/Д: Феникс, 2007. - 486с.
5. Карвасарская И.Б.В стороне. Из опыта работы с аутичными детьми. М.: Теревинф, 2003.- 70 с.
6. Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков / А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская. – М.: Когито-Центр, 2006. - 197 с.
7. Копытин А. И. Арт-терапия психических расстройств. / А.И. Копытин. – СПб.: Речь, 2011. - 368 с.
8. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб.: Речь, 2008.- 256 с
9. Макаров, В. В. Арт-терапия психических расстройств: учебно-методическое пособие / В. В. Макаров, В. В. Волов, Г. Г. Назлоян ; М-во образования и науки Российской Федерации, Федеральное гос. бюджетное образовательное учреждение высш. проф.



- образования "Самарский гос. ун-т", Психологический фак. - Самара: Самарский ун-т, 2014. - 99 с.
10. Методическое пособие по проблемам жестокого обращение с подростками "Поверить миру" / Составитель А.П. Мерсиянова. - Усть-Каменогорск: ВКПК "Арго", 2012. - с. 3-11.
 11. Мерсиянова, А.П. Арт-терапия в работе с подростками, находящимися в трудной жизненной ситуации / А. П. Мерсиянова. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://www.b17.ru/article/8421/>- Загл. с экрана.
 12. Психологическая помощь при ранних нарушениях эмоционального развития / Сост. Е.Р. Баенская, М.М. Либлинг. - М: Полиграф сервис, 2001. - 156 с.
 13. Рудик О.С. Коррекционная работа с аутичным ребенком: [кн. для педагогов: метод. пособие] / О.С. Рудик. - М.: Гуманитарный изд. центр ВЛАДОС, 2015.- 189 с.
 14. Сансон П. Психопедагогика и аутизм: опыт работы с детьми и взрослыми / «Теревинф», 2005. -208 с.
 15. Спиваковская А.С. Психотерапия: игра, детство, семья. Часть 2: психотерапия детского аутизма. - М.: Апрель Пресс, "Издательство "ЭКСМО-Пресс",1999. - 464 с.