

"Арт-терапия как средство коррекции детской агрессивности"

Современные дети растут в сложное время быстрых изменений. Повышенная агрессивность детей является одной из проблем в детском коллективе. Почти в каждой группе детского сада встречается хотя бы один ребенок с признаками агрессивного поведения. Он нападает на остальных детей, обзывает их, отбирает и ломает игрушки, становится источником огорчений воспитателей и родителей. Причины такого поведения могут быть самые разные. Родителям и педагогам не всегда понятно, что добивается ребенок, и почему он ведет себя именно так, хотя со стороны детей может получить отпор, а со стороны взрослых наказание. Они подозрительны и насторожены, любят перекладывать вину за затеянную ими ссору на других. Такие дети часто не могут сами оценить свою агрессивность. Они не замечают. Что вселяют окружающим страх и беспокойство. Им, напротив, кажется, что весь мир хочет обидеть именно их.

Таким образом, получается замкнутый круг: агрессивные дети боятся и ненавидят окружающих, а те, в свою очередь, боятся их.

Однако агрессивный ребенок, как и любой другой, нуждается в ласке и помощи взрослых,

потому что его агрессия —

это, прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумения адекватно реагировать

на происходящие вокруг него события.

Прежде всего необходимо выявить причину агрессивного детского поведения, которая является источником

его вызова окружающему миру.

Выделяют множество факторов, влияющих на появление агрессии:

- 1) стиль воспитания в семье (*гипер- и гипоопека*);
- 2) повсеместная демонстрация сцен насилия;
- 3) нестабильная социально-экономическая обстановка;
- 4) индивидуальные особенности человека (*сниженная произвольность, низкий уровень активного торможения и т. д.*);
- 5) социально-культурный статус семьи и т. п.

Можно с большой уверенностью предполагать, что решающее значение в становлении агрессивного поведения ребенка играет семейная среда и воспитание. Характер эмоциональных отношений, одобряемые формы поведения, широта границ дозволенного, типичные реакции на те или иные поступки и действия – вот те параметры, которые педагог должен выяснить в процессе работы с агрессивным ребенком. Если его родители ведут себя агрессивно (вербально, физически, применяют физические наказания или не препятствуют проявлениям агрессии у ребенка, то наверняка у него эти проявления будут повсеместными и станут постоянной чертой характера ребенка. В этом случае, в первую очередь, необходимо поговорить с родителями, объяснить им возможные причины и следствия такого поведения. В крайнем случае, заботясь о благополучии ребенка, можно совместно с администрацией ДОО обратиться в органы охраны прав ребенка с жалобой на действия родителей.

Часто неожиданные агрессивные реакции могут появляться в период возрастного кризиса. Если это поведение нетипично для ребенка и взрослых, тогда оно означает, что у него возникли определенные трудности, и он нуждается в помощи окружающих.

Одной из причин появления агрессивных реакций может быть внутренняя неудовлетворенность ребенка его статусом в группе сверстников, особенно если ему присуще стремление к лидерству. Для детей статус определяется целым рядом факторов:

внешняя привлекательность, аккуратность, высокий уровень развития гигиенических навыков, опрятность;

обладание красивыми и популярными игрушками, готовность ими делиться;

организаторские способности;

широта кругозора;

позитивная оценка взрослого и т. д.

И если сверстники по той или иной причине не признают ребенка, а еще хуже — отвергают его, то агрессивность, простимулированная обидой, ущемленным самолюбием, будет направляться на обидчика, на того или тех, кого ребенок считает причиной своего бедственного положения.

Усугубляться такая ситуация может приклеиванием ярлыка «*плохой, драчун, грубиян*» и т. п. со стороны взрослого.

Иногда агрессивность является способом привлечения внимания окружающих, причина ее — неудовлетворенная потребность в общении и любви.

Агрессивность может выступать и формой протеста против ограничения каких-нибудь естественных желаний и потребностей ребенка, например, потребности в движении, в активной деятельности. Педагоги, которые не хотят учитывать естественную потребность ребенка в движении, не знают, что дети-дошкольники не могут длительно заниматься одним делом, что активность в них заложена физиологически. Стараются искусственно и совершенно противоестественно погасить активность детей, заставить их сидеть и стоять против их воли. Такие действия взрослого подобны скручиванию пружины; чем сильнее на нее давить, тем больше скорость ее возврата в прежнее состояние. Они часто вызывают если не прямую, то косвенную агрессию: порчу и разрывание книг, поломку игрушек, т.е. ребенок по-своему *«отыгрывается»* на безобидных предметах за недалекость и неграмотность взрослого.

Таким образом, первым шагом педагога в работе с агрессивным ребенком должно стать выяснение возможных причин его поведения. Необходимо попытаться собрать как можно более полную информацию о поведении ребенка в группе ДОУ, дома, в общественных местах.

После этого можно переходить к **коррекционной работе**. Безрезультатными оказываются общие беседы о необходимости "хорошо себя вести". Такие дети находятся в остром эмоциональном состоянии. Без снятия данного состояния, невозможно провести коррекционную работу. Поэтому первым шагом является гармонизация эмоциональной сферы ребенка. Реализовать его можно разными способами. На мой взгляд, лучше всего возможность выразить свои осознаваемые и неосознаваемые переживания дают ребенку методы **арт-терапии**. Она не требует художественных навыков или способностей к изобразительному искусству, поэтому каждый ребенок может участвовать в этой работе.

Дети дошкольного возраста еще не умеют ясно выражать свои мысли, зато умеют рисовать, лепить. Именно методы арт-терапии, позволяют ребенку выразить свое состояние через рисунок, аппликацию, сказку, пластилиновую фигурку, игру. Существует достаточно много отдельных видов и направлений в арт-терапии (библиотерапия, игротерапия,

драммотерапия, изотерапия, музыкотерапия и др.). Более того, все время появляется что-то новое.

В процессе коррекции детской агрессивности дошкольного возраста я использую изотерапию, музыкотерапия, сказкотерапию. Именно про них хочу рассказать.

Среди методов арт-терапии, одним из наиболее распространенных видов является **изотерапия**- лечебное воздействие средствами изобразительного искусства: рисование, лепкой, декоративно-прикладным искусством и др. Позволяет ребенку отреагировать свои эмоции, выплеснуть агрессии на бумагу.

Для изотерапии можно использовать не только традиционное рисование, но и нетрадиционное и применять при этом следующие материалы: бумагу, кисти и краски, карандаши, фломастеры, ручки, мелки, а также зубные щетки, нити, ватные палочки и т.д., все, чем можно рисовать.

Сказкотерапия-это способ воспитания у ребенка особого отношения к миру, способ передачи необходимых моральных норм и правил. Сказка служит одним из доступным путей переноса своих собственных переживаний. Посредством ненавязчивых сказочных образов детям предлагают выходы их различных сложных ситуаций, пути решения возникших конфликтов.

Музыкотерапия - метод, использующий музыку в качестве средства психологической коррекции состояния ребенка, снимает психоэмоциональное и мышечное напряжение, способствует улучшению контакта с окружающими. Многочисленные методики предусматривают как целостное использование музыки в качестве ведущего фактора воздействия, так и дополнения музыкальным сопровождением других коррекционных приемов для усиления их воздействия.

В своей работе я использую данные методы по отдельности, а также в комплексе.

Упражнение «Рисование по сырому листу»

Цель: снятие напряжения, тактильная стимуляция, гармонизация эмоционального состояния, развитие воображения.

Материалы: Акварель, кисть, емкость с водой, губка.

Попросить ребенка намочить губкой лист бумаги и ставить на нем точки, рисовать линии, наблюдая, как растекаются краски.

Упражнение «Рисование зубной щеткой, ватными палочками».

Цель: снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы: листы бумаги для рисования, цветная гуашь, старые зубные щетки, ватные палочки.

На листе бумаги зубной щеткой рисуется елка, затем ватными палочками разноцветной краской «украшают» елочку новогодними огоньками и игрушками. Тамповать ватными палочками очень нравится детям, происходит релаксационный эффект, развивается фантазия.

Упражнение «Выдувание соломинкой».

Цель: снижение психоэмоционального напряжения

Материалы: листы бумаги для рисования, цветная гуашь или акварельные краски, трубочки для коктейля.

На сухую бумагу наносится жидкая лужица. Соломинку следует держать в нескольких сантиметрах от поверхности и дуть через нее на лист бумаги. Таким образом, можно получить неожиданные образы. Каждый выдох через трубочку – это возможность расслабления и высвобождения. Но, любое дыхательное упражнение выполняется от 2 до 5 минут. Важно предупредить особо усердных, чтобы они не слишком старались – излишнее рвение обязательно сопровождается напряжением, и весь релаксационный эффект исчезнет.

Лепка. Для этого Вам понадобится любой материал, из которого можно лепить: глина, тесто, пластилин. Вы можете лепить какие-то картины, поделки (тогда это будет просто выражением текущего эмоционального состояния).

Упражнение «Пластилин-силач»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Материалы: пластилин, лист А4.

Сегодня мы с тобой будем работать с пластилином. Мягкий, мягкий пластилин в ручки наши угодил. Мы помнем его еще, чтобы стало горячо. Возьми в руки кусочек пластилина, того цвета, который тебе хочется и со злостью его помни в руках, до тех пор, пока он не станет мягким. При этом представляя свою злость. А теперь отрывай маленькие кусочки и размазывай

их по листу, дави сильнее, чтоб получился тонкий слой. Но самое замечательное в этой работе, если у ребенка получается какой-то сюжет.

Упражнение «Чудо-кактус»

Цель: Гармонизация эмоционального состояния, отреагирование агрессивных тенденций, снятие напряжения.

Материалы: пластилин, палочки(зубочистки).

Сказка «Чудо-кактус».

На золотых песчаных просторах жил сердитый кактус. Он был таким мрачным и колючим, что вокруг него образовалась огромная невидимая преграда. И всякий, кто приближался к нему ближе, чем его колючки, каждый раз «ойкал» от неприятных уколов. Поэтому все в округе называли кактус «Дерущаяся Злюка». Из-за всех углов только и слышалось: «Ты не ходи этой дорогой, там Дерущаяся Злюка!» или «Дерущаяся Злюка опять подрался!», «Дерущуюся Злюку чаще нужно наказывать, вот тогда он перестанет вредничать». Но надо сказать, что после таких слов колючки у кактуса росли еще больше и становились намного острее, чем были. И в тот момент, когда колючки стали совсем огромными, а солнце очень жарким, вдруг пошел дождь. Его капли были такими большими и свежими, что все обитатели песчаных просторов стали бегать под дождем, прыгать через лужи и громко смеяться. Спустя какое-то время дождь закончился. Выглянуло солнышко и стало щекотать своими лучами обитателей песчаных просторов... и тут один из участников такого веселья заметил, что на кактусе стали появляться красивые цветы. Тогда он подошел к Дерущейся Злюке, стал смеяться и петь песни. Цветов на кактусе становилось все больше, а колючки становились меньше. Увидев это, все жители стали петь песни и смеяться, встав как можно ближе к Дерущейся Злюке. О чудо! Колючки исчезли совсем. Теперь на кактусе было много красивых ароматных цветов, а Дерущуюся Злюку все стали называть ЧУДО-КАКТУС. Возьми пластилин, из которого ты будешь лепить кактус. Представь себе, что он чувствовал, когда был один, какие эмоции испытывал. Вылепи его из пластилина.

Какие у него были колючки и почему? Что с ним произошло потом? Укрась свой кактус цветами.

Упражнение «Рисование музыки»

Цель: снижение психоэмоционального напряжения.

Предложите ребенку краски, кисточки, бумагу, включите запись классической музыки, например, Моцарта или Чайковского. И попросите нарисовать музыку, которую он слышит, используя любые линии и цвета. Так, как он сам почувствует.

Упражнение «Слушание музыки»

Цель: гармонизация эмоционального состояния.

Для уменьшения агрессивности рекомендуют использовать для прослушивания Бах «Итальянский концерт», «Концерт ре-минор для скрипки», Гайдн «Симфония». Расслабляющим действием обладают звуки флейты, игра на скрипки и фортепиано.

Упражнение «Сказка о слоненке-драчуне»

Цель: снижение психоэмоционального напряжения, гармонизация эмоционального состояния, позитивных эмоций.

В джунглях жил маленький слоненок. Никто не дружил с ним, потому что [все его боялись](#). Он очень много дрался и был такой сильный, что малыши убегали, как только видели его.

Слоненка это не радовало. Играть одному было скучно, но слоненок думал: «Все меня обижают, мне надо себя защитить, если я перестану драться, то другие у меня все заберут». Однажды слоненок гулял и добрал до полянки. Там вместе весело играли зверята. Они посмотрели на слоненка, и мартышка сказала:

- Вот слоненок. Он, наверно, очень сильный. Хорошо, если он поможет нам [построить башню](#).

- Нет. Не поможет, — проворчал маленький шакал, — у него вон какие кулаки. Он драться хочет.

И зверюшки разбежались кто куда.

- Куда вы? – позвал их слоненок. – Я с вами дружить хочу.

- Мы боимся тебя! – Ответили зверюшки. – У тебя очень большие кулачищи.

Слоненок посмотрел на свои лапы и испугался. Действительно, они были сжаты в огромные кулаки. Слоненку стало обидно, и он захотел убежать, но, разжав кулаки, он сказал:

- Я хочу с вами играть. Я не буду драться.

С тех пор слоненок никогда не сжимал кулаки, даже когда ему было страшно или ему казалось, что другие хотят его обидеть.

Это только некоторые арт-терапевтические методы и упражнения, которые помогают преодолевать детскую агрессивность. Они позволяют вернуть ребенка в ту атмосферу, которая окружала его в до изобразительный период: безусловное принятие, признание достоинств, удовлетворяется потребность в признании, позитивном внимании. Высвобождается психологическая энергия, которая тратится на неэффективное напряжение. Ребенок расслабляется. Демонстративность, негативизм, агрессия уступают место инициативности, творчеству. Арт-терапевтические и психологические приемы, помогают эффективно преодолевать детскую агрессивность, приводят ее в конструктивное русло.

Подготовлено психологической службой МБДОУ №223