

Водолажский Вячеслав Андреевич

ПРИМЕНЕНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ В РЕАЛИЗАЦИИ РЕКРЕАЦИОННО-ДОСУГОВЫХ ПРОГРАММ

В данной статье рассматриваются особенности применения технологии арт-терапии в организации лечебно-оздоровительного отдыха подрастающего поколения на примере реализации анимационной программы "Умный городок", которая способствует формированию у ребенка внимательного отношения к своему здоровью, повышению тонуса, развитию творческих навыков и способностей, выявлению талантов, проведению досуга детей в клубных формированиях самодеятельного художественного творчества.

Адрес статьи: www.gramota.net/materials/4/2016/2/1.html

Источник

Педагогика. Вопросы теории и практики

Тамбов: Грамота, 2016. № 2(02) С. 6-8. ISSN 2500-0039.

Адрес журнала: www.gramota.net/editions/4.html

Содержание данного номера журнала: www.gramota.net/materials/4/2016/2/

© Издательство "Грамота"

Информация о возможности публикации статей в журнале размещена на Интернет сайте издательства: www.gramota.net

Вопросы, связанные с публикациями научных материалов, редакция просит направлять на адрес: pednauki@gramota.net

УДК 379.831

В данной статье рассматриваются особенности применения технологии арт-терапии в организации лечебно-оздоровительного отдыха подрастающего поколения на примере реализации анимационной программы «Умный городок», которая способствует формированию у ребенка внимательного отношения к своему здоровью, повышению тонуса, развитию творческих навыков и способностей, выявлению талантов, проведению досуга детей в клубных формированиях самодеятельного художественного творчества.

Ключевые слова и фразы: арт-терапия; рекреационно-оздоровительная программа; сказкотерапия; изотерапия; танцевально-двигательная терапия; игротерапия; песочная терапия; фототерапия; терапия оригами; цветотерапия; флористика.

Водолажский Вячеслав Андреевич

*Тамбовский государственный университет имени Г. Р. Державина
Wa1991@yandex.ru*

ПРИМЕНЕНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ В РЕАЛИЗАЦИИ РЕКРЕАЦИОННО-ДОСУГОВЫХ ПРОГРАММ

Арт-терапия – это метод лечения путем художественного творчества. Творчество как один из способов самоутверждения и самореализации в коллективе создает идеальные условия для раскрепощения, снятия стрессов, внутренней свободы человека [1].

Разработкой и применением арт-терапии в работе с детьми и подростками занимались такие ученые как Л. Д. Лебедева, Е. Р. Кузьмина, М. В. Еромолаева, А. И. Копытин, Ю. Красный, а также зарубежные ученые Э. Крамер, Г. Рид и др., которые выдвинули теорию о том, что успешное применение арт-терапии связано с непосредственным участием каждого члена детского коллектива в творческой деятельности, а также в создании необходимых условий и психологической обстановки для свободного самовыражения. Отметим, что данные исследователи в ходе изучения применения арт-терапий в работе с детьми и подростками установили, что познавательные и созидательные навыки были увеличены в несколько раз у наблюдаемой группы ребят.

Несмотря на непосредственную связь арт-терапии с лечебно-оздоровительными учреждениями, она во многих случаях социализирующую и психопрофилактическую направленность приобретает. Данные направления являются колоссальной базой для применения арт-терапии как в учреждениях социально-культурной деятельности (учреждения культуры и досуга), так и в образовательных учреждениях (школах, колледжах, иных учебных заведениях) и учреждениях социальной работы [6-8].

Актуальность реализации рекреационно-оздоровительной программы «Умный городок» заключается в формировании у ребенка бережного отношения к своему здоровью, повышении тонуса, развитии творческих навыков и способностей, выявлении талантов, привлечении детей к занятию в клубных формированиях самодеятельного художественного творчества.

Целью данной программы стало активное содействие формированию здорового образа жизни детей и подростков, профилактики психических и физических расстройств, а также стимулирование творческой и социальной активности, а основными задачами – создание творческой атмосферы в детском и подростковом коллективе; профилактика конфликтов и психологических расстройств в детском и подростковом коллективе; пробуждение у детей интереса к культуре и творчеству; содействие к творческому развитию ребенка.

В процессе реализации рекреационно-оздоровительной программы особое место уделялось такой технологии как арт-терапия, результаты реализации и наблюдения которой мы рассмотрим более детально.

Так были проведены такие виды арт-терапии как сказкотерапия, изотерапия, музыкотерапия, танцевально-двигательная терапия, игротерапия, песочная терапия, фототерапия, оригами, цветотерапия, флористика. При реализации различных видов арт-терапии происходило разделение детей на дифференцированные возрастные группы для более эффективного достижения поставленных целей и задач.

При реализации сказкотерапии участники были разделены на три группы и проведены игры: «рисование сказки», в ходе которой каждый ребенок изображал сказочную ситуацию индивидуально в процессе ограниченного времени; постановка сказки по заранее полученному сценарию; сочинение сказки и ее постановка. В ходе проведения данного тренинга дети всех возрастных групп получили навыки правильного восприятия окружающего мира и общества, что позволило привить детям и подросткам моральные ценности и стимулировало развитие творческих способностей, а также самостоятельное решение свойственных их возрасту жизненных задач посредством программы сказкотерапии.

При реализации изотерапии дети и подростки были разделены на 2 группы, были даны задания: рисование пальцами на свободную тему; создание коллажа на тему «Служу Отчизне». Данные задания помогли определить эмоциональный настрой каждого ребенка с помощью характеристики выбранной цветовой палитры и стали эффективным средством для развития мелкой моторики пальцев, а также сплочения коллектива, что предоставило возможность каждому ребенку самореализоваться, высказать свое мнение по патристическому направлению.

При проведении музыкотерапии дети находились в интегрированной группе. Было проведено несколько игр с элементами музыкального моделирования. Детям и подросткам было предложено под расслабляющую музыку с закрытыми глазами представить место и обстоятельства, заранее предложенные организатором, а затем каждый ребенок попробовал себя в роли ведущего. Данная игра способствовала снятию психического напряжения в детском и подростковом коллективе, а также позволила творчески реализоваться каждому ребенку. Вторая игра «Имитация музыки» заключалась в том, что дети под заранее включенную музыку имитировали полет пчелы, мух и особенности движения других животных. Это способствовало развитию творческих и актерских способностей детей и подростков, стимулировало двигательную активность, уравновесило эмоциональный фон в детском и подростковом коллективе.

Во время танцевально-двигательной терапии разделение детей происходило на 3 группы. Были выполнены упражнения: «Танец отдельных частей тела», в ходе которого под заданную музыку называлась отдельная часть тела, которую необходимо было задействовать максимально; упражнение «Ведущий и ведомый», в ходе которого дети выстраивались в колонну и под музыку повторяли движения первого ребенка колонны, первый игрок каждые 30 секунд менялся; задание «Отображение», в ходе которого один из участников был ведущим, а соответственно другой – ведомый, в течении всего упражнения допускался лишь взгляд друг другу в глаза. Ведущий совершал плавные и медленные движения, а ведомый их старался повторить. Через каждые 2 минуты происходила смена ролей. В рамках данных упражнений дети и подростки детально осознавали физические возможности собственного тела, узнавали способы выражения своих чувств посредством движений, имели возможность самореализоваться, определить свою роль в детском коллективе – лидера или его рядового члена, а также каждый ребенок смог ощутить экспрессию каждого ведущего. Данные упражнения способствовали снятию психологического напряжения у подростков противоположных полов.

Игротерапия была направлена на снятие психологического напряжения в детском и подростковом коллективе. Дети были разделены на равные смешанные разновозрастные команды. Были проведены такие игры как «Апельсин», в процессе которой дети передавали апельсин по цепочке лишь одной частью тела; игра «С завязанными глазами» – дети, распределенные хаотично по свободному залу Муниципального автономного учреждения культуры «Центр культуры и досуга “Молодежный”» (г. Тамбов) и с завязанными глазами, должны были сформировать свои команды в помещении без звуков только посредством прикосновений; игра «Дуэлянты» – команды разбивались на пары, становились друг к другу спиной и пытались обернуться одновременно. Данные тренинги способствовали снятию эмоционального и физического напряжения, развитию творческого мышления, развитию эмпатийного понимания.

В ходе песочной терапии разделения на группы детей и подростков не происходило. Тренинг проходил совместно с родителями детей. Перед участниками была поставлена задача построения мира на песке, отражающего их нынешнюю реальную семейную ситуацию. Родителям и их детям было предложено пожить 10 минут в этом мире. Затем участникам была поставлена задача построения «идеального мира», в котором им нужно было пожить 10 минут. После этих имитаций организатор провел обсуждение, выяснив какие атрибуты стали символами идеальной семьи, ее необходимыми ресурсами. В процессе проведения рефлексии был сделан вывод, что данный тренинг стал отличным примером решения насущных семейно-бытовых проблем, спроецировав определенные ситуации на игровом поле.

В процессе проведения фототерапии также не происходило разделения детей и подростков на группы. Всем детям и подросткам были заранее поставлены задачи по созданию фотоколлажа по тематике «Уютный двор», «Спорт – это жизнь», «Тимуровец», «Брат старший – братьям меньшим», «Душевный меценат». Каждый участник презентовал свой коллаж, высказал свое мнение относительно данного направления. Данная терапия способствовала самовыражению каждого ребенка, развитию навыка создания социально-направленных фотографий.

Для осуществления терапии «оригами» дети были разбиты на группы: младший возраст детей (7-8 лет), средний возраст детей (9-10 лет) и подростки (11-13 лет). Каждая группа конструировала различные бумажные фигурки, но задания для каждой группы отличались лишь уровнем сложности. В ходе данной терапии происходило невербальное выражение эмоций и чувств детей и подростков, поиск новых форм взаимодействия с окружающей средой, развитие зрительной и мышечной памяти и пространственного воображения, развитие навыка концентрации внимания, развитие коммуникативных навыков.

В рамках проведения цветотерапии разделения детей и подростков на группы не происходило. Были проведены игры: «Покрывала Феи», в ходе которой дети и подростки рассматривали через цветные полотна из прозрачной ткани окружающий мир, настраиваясь в зависимости от выбранного цвета на позитивный лад; «Разноцветный дождик» – дети и подростки мимикой и эмоциями показывали тот или иной цвет, тем самым управляя своими эмоциями, меняя свое эмоциональное состояние. Данная терапия способствовала снижению телесного и эмоционально-психологического напряжения, развитию фантазии и творческого воображения, а также развитию зрительного и слухового внимания, развитию навыков межличностной коммуникации.

Таким образом, применение арт-терапии способствовало раскрепощению детей и подростков, снятию психофизического напряжения, формированию среды свободного выражения чувств и эмоций, навыков самооценки и самоанализа ребенка, эстетическому и моральному воспитанию. Ключевым преимуществом арт-терапии в организации досуга является ее вседоступность, не требовательность к наличию определенных творческих навыков, она является эффективным средством самовыражения ребенка, сплочения детского и подросткового коллектива, раскрытия творческого потенциала каждого участника.

Список литературы

1. **Алексеева Л. Я.** Художественная самодеятельность как средство воспитания нового человека: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 1964. 20 с.
2. **Белянский Р. Г.** Рекреативные технологии как средство формирования навыков межкультурного общения студенческой молодежи: дисс. ... к. пед. н. Тамбов, 2011. 158 с.
3. **Бондин В. И.** Здоровьесберегающие технологии в системе высшего педагогического образования // Теория и практика физической культуры. 2004. № 10. С. 15-18.
4. **Вегитнев А. М., Журавлева Л. Б.** Курортное дело: учебное пособие. М.: КНОРУС, 2006. 280 с.
5. **Ганьшина Г. В.** Формирование здорового образа жизни молодежи средствами рекреативных технологий: дисс. ... канд. пед. наук. Тамбов, 2005. 233 с.
6. **Дуликов В. З.** Социально-культурная работа за рубежом: учеб. пособие. М.: МГУКИ, 2003. 116 с.
7. **Здоровый образ жизни: модели, программы, проекты: сборник программно-методических материалов.** Витебск: УО «ВОГ ИПК и ППР и СО», 2006. – 61 с.
8. **Золотарева А. В.** Дополнительное образование детей: теория и методика социально-педагогической деятельности. Ярославль, 2004. 198 с.
9. **Медведева Е. А., Левченко И. Ю., Комиссарова Л. Н., Добровольская Т. А.** Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: учеб. для вузов. М.: Академия, 2001. 248 с.
10. **Моздокова Ю. С.** Атлас социокультурных реабилитационных технологий. М.: Изд-во МГУКИ, 2002. 131 с.

**USING ART THERAPY WHILE IMPLEMENTING RECREATION
AND ENTERTAINMENT PROGRAMMES**

Vodolazhskii Vyacheslav Andreevich

*Tambov State University named after G. R. Derzhavin
Wa1991@yandex.ru*

The article examines the specifics of using art therapy technology while organizing the therapeutic and health-improving recreation of younger generation by the example of an animation programme “Smart city” which promotes the formation of child’s careful attitude to his own health, lifts his spirits, helps to develop creative abilities and skills, to discover talents, encourages the children to spend their leisure time in the amateur talent groups.

Key words and phrases: art therapy; recreation and health-improving programme; fairy-tale therapy; visual art therapy; dance and movement therapy; game therapy; sand therapy; phototherapy; origami therapy; colour therapy; floristics.

УДК 379.8.092.2

В статье обобщаются материалы по проблеме сущности, специфики, становления и развития технологии театротерапии как фактора реабилитации социально-незащищенных слоев населения. Обобщается отечественный и зарубежный опыт реализации проектов и программ социокультурной реабилитации лиц без определенного места жительства и лиц с ограниченными возможностями здоровья средствами театротерапии. Выявлена специфика организации театрального творчества, работы с различными категориями инвалидов по их интеграции и их самореализации в различных видах театральной деятельности.

Ключевые слова и фразы: социокультурная реабилитация; интеграция социально-незащищенных категорий населения; технологии театротерапии.

Долженкова Марина Игоревна, д. пед. н., профессор
*Тамбовский государственный университет имени Г. Р. Державина
dolgenkovam@mail.ru*

**ТЕАТРОТЕРАПИЯ В СТРУКТУРЕ СОВРЕМЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ
СОЦИОКУЛЬТУРНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ**

Театротерапия – это один из экспрессивных психотерапевтических методов арт-терапии, способствующий купированию психологических и социально-психологических проблем личности посредством драматического и театрального искусства. Эта арт-терапевтическая технология находится на стыке между искусством и терапией и ориентирована на оптимизацию вербальной и невербальной коммуникации, ослабление социальных фобий, снижение социальной изоляции, оптимизацию саморефлексии; стимулирование самодисциплины и чувства ответственности, развитие креативности, повышение самоуверенности, развитие навыков эмоциональной саморегуляции и др. [4].

Истоки театротерапии восходят к третьему тысячелетию до нашей эры, когда во времена правления древнеегипетского фараона Аменхотепа театральные, танцевальные и музыкальные представления широко применялись для лечения больных; в афинском театре Дромокайтон регулярно устраивались спектакли, участниками которых были душевнобольные [1].

Во второй половине XX в. театротерапия превратилась в мощное направление, в структуре которой выделились самостоятельные отрасли (психодрама и драматерапия). Тогда же в Великобритании, США и Западной Европе возникли профессиональные ассоциации (Британская ассоциация драматерапевтов,