

О возможностях диагностики страхов младших школьников методом изотерапии

Полина Вепро,
Славянский-на-Кубани
филиал Кубанского госуниверситета
p-vepro4558@ya.ru

В статье представлены возможности диагностики детских страхов методом изотерапии. Автор раскрывает сущность изотерапии как метода диагностики, определяет возможности диагностики страхов у младших школьников с помощью рисунков.

Ключевые термины: изотерапия, страх, бессознательное, диагностика, младший школьный возраст

Введение

По мнению многих исследователей в области психологии страхов, чрезмерная предрасположенность к страхам меняет поведение человека, его образ жизни и мыслей, снижает его самооценку, это может привести к ухудшениям психологического и физического здоровья. «Страх — отрицательная эмоция, которая является основой самосохранения, носит защитный характер и сопровождается определёнными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности» [1, с. 7].

Отличительная особенность страха детей младшего школьного возраста — это опасение быть не принятым в социуме.

Гипотеза

Мы предположили, что изотерапия является эффективным методом диагностики детских страхов.

«Изотерапия — терапия с помощью рисования, используется на сегодняшний день для психологической коррекции невротических, психосоматических отклонений детей и подростков с некоторыми проблемами в обучении и социальной адаптации, при внутрисемейных конфликтах» [2, с. 15].

Изобразительное творчество как средство самовыражения помогает осуществить процесс самоидентификации и проявить эмоции и чувства. Важно, чтобы ребёнок делился ощущениями, возникающими в ходе изотерапии, поскольку это помогает осознанию себя.

Рисование неразрывно взаимосвязано с основными функциями: зрение, двигательная координация, речь, мышление, оно содействует их взаимодействию, совершенствованию каждой из них.

Создание изображений используется как инструмент для достижения целей. Коррекционная работа с использованием рисунков является способом для изучения переживаний, событий, идей для совершенствования коммуникативных навыков и улучшения межличностных отношений, повышения самооценки и формирования чувства уверенности в себе. В изотерапии можно использовать различные виды художественных материалов [2, с. 16]. Исходя из концепции К.Г. Юнга, содержание коллективного или индивиду-

ального бессознательного может проявляться в виде образов и символов в искусстве. Материал их содержания находится в подсознании, служащим источником творчества.

Проблемы, проявляющиеся во внешнем мире, являются материалом бессознательного, который зарождается в душе. Эти проблемы и их принятия выражаются в рисунках. Символы могут помочь выявить психологически не проработанные в достаточной мере ситуации прошлого. Очень важно учитывать любое проявление бессознательного клиента. Рисунки, коллажи, скульптуры являются явным выражением содержания бессознательного, в отличие от средств вербального общения, истинный смысл которых не сложно скрыть [2, с. 18].

Цель

Целью нашего эксперимента было выявление наличия детских страхов с помощью рисунков. Для эксперимента были использованы рисуночная методика «Нарисуй свой страх», тестовая методика на выявление страхов «Ты боишься или нет» (Модифицированная методика Захарова А.И., Панфиловой М.А.). Выборка составляла: 28 человек. Возраст: 8–11 лет. База исследования: МБОУ СОШ № 18. Сроки исследования: февраль — март 2016 г.

Ход исследования

Исследование состояло из трёх этапов: констатирующий, формирующий и диагностический.

На первом этапе были проведены тестовая и рисуночная методики.

На втором этапе была проведена коррекционная работа, которая представляла собой проведение занятий с детьми по работе со страхами. В занятия входило: рисование страхов, рефлексия, снятие эмоционального напряжения посредством определённых упражнений.

На третьем этапе было проведено повторные тестовая и рисуночная методики для определения эффективности изотерапии в коррекции детских страхов.

В результате нашего исследования была констатирована следующая динамика выраженности детских страхов.

На первом этапе в результате прорисовывания актуальных страхов было зафиксировано наличие страхов у всех детей. С этими детьми на втором этапе проводились коррекционно-развивающие занятия по авторской программе, основанной на методике (автор: Круглова Ольга Анатольевна педагог-психолог, конспект занятия «Коррекция детских страхов с использованием изотерапии», НДОУ «Детский сад № 82 ОАО «РЖД», г. Буй, Костромская область, Россия. Статья размещена в авторской редакции) [3]. Общее количество коррекционных занятий — четыре. Повторная диагностика после проведения занятий показала эффективность изотерапии в работе с детскими страхами.

Наше исследование направлено на обоснование возможности диагностики выраженности детских страхов с помощью рисунков. Поэтому следующий этап исследования состоял в повторной диагностике выраженности страхов у этих детей. Рассмотрим подробнее эту динамику на примере рисунков одного ребёнка, девочки, Ш. А., 9 лет.

1 этап. Диагностика

Рисунок представляет собой фигуру медведя, который является героем компьютерных игр. Фигура расположена в центре рисунка в полный рост, в тёмных очках. Прорисован только контур карандашом коричневого цвета, фигура не заштрихована. Особенность этого рисунка — это его чёрный фон, выполненный карандашом. Рисунок подписан «Мишка Фреди».

Вслед за рисуночной методикой была проведена тестовая методика на выявление страхов (Модифици-

рованная методика Захарова А.И., Панфиловой М.А.).

По результатам этой методики было выявлено, что количество страхов превышает норму и равно семнадцати. Большинство из них относятся к социальным страхам.

2 этап. Коррекция

Серия рисунков, сделанных на коррекционных занятиях, представляет собой одушевлённые объекты (от страшилки на первом рисунке до нарисованной девочки, которая побеждает свой ночной кошмар на последнем рисунке).

Динамика цветовой гаммы на диагностическом рисунке ярко выражена чёрный фон, на рисунке первого занятия серо-чёрное изображение страшилки с красными глазами на светлом фоне.

На рисунке второго занятия призрака красного цвета с цветами и яркими воздушными шарами в руках на светлом фоне.

На рисунке третьего занятия изображение призрака обозначено только контуром, не имеющего цветовой раскраски. Рядом стоящая девочка изображена в яркой оранжево — фиолетовой гамме, фон рисунка светлый. В верхней части рисунка в левом углу — маленькое желтое улыбающееся солнышко. Пятьдесят процентов площади рисунков выполнено карандашом фиолетового цвета и обозначено восклицательным знаком.

На рисунке четвёртого занятия почти на всей площади рисунка написано слово *свобода* и обозначено тремя восклицательными знаками. В верхней левой части рисунка — три изображения, помещённые каждый в свой сегмент.

В первом сегменте изображена девочка, спящая под одеялом красного цвета.

Во втором сегменте изображена девочка в полный рост, с улыбкой на лице.

В третьем сегменте изображена кровать, где прорисован только контур.

На последнем (диагностическом) рисунке девочка изображена рядом с ночным кошмаром, который представляет собой овальное существо с красными глазами и красным ртом, из которого вырывается смех в виде облачка с надписью «Ха — ха — ха». По верхнему краю рисунка располагаются звёзды синего цвета и наверху желтый месяц.

Проведённая тестовая методика показала увеличение числа страхов на два, общее количество стало равно девятнадцати. Интерпретация рисуночной динамики даёт возможность предположить, что страхи стали более осознанными. Это значит, что ребёнок в результате проведённых четырёх коррекционных занятий перевёл содержание своих страхов из бессознательного слоя психики в сознательную её часть. Об этом говорит более позитивный характер рисунков, выражённый как через цветовую гамму, так и содержательную часть рисунков. Можем предположить, что дальнейшая рисуночная терапия будет эффективна в работе со страхами этой девочки.

С точки зрения психоаналитического подхода, первый шаг к избавлению проблемы — это её осознанность, что и произошло в результате проведённых занятий. Рисунки показывают, что динамика овладения и контроля страха положительная, что даёт благоприятный прогноз для проведения дальнейшей работы с ребёнком методом изотерапии.

Литература

1. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей / Захаров А.И. — СПб.: Союз, 2000. — 448 с.
2. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. — СПб.: Речь, 2006. — 160 с.
3. Круглова О.А. Коррекция детских страхов с использованием изотерапии [Электронный ресурс] // Интернет-журнал для педагогов «Планета Детства». — URL: <http://PlanetaDetstva.net>.