

А. Методы, используемые при работе с детьми

(от 3 до 11 лет)

В детском консультировании или психотерапии заказ на работу с ребенком с его проблемой исходит от родителей: именно родители обеспокоены тем, что происходит с ребенком, его поведением или общением с ними и с окружающими. Ребенок напротив, чаще всего удовлетворен собой и не считает, что ему необходима психологическая помощь. В этом и заключается сложность работы с ребенком, так как очень важно в последующем установить "рабочий альянс" с ним для дальнейшего оказания ему помощи.

Часто с проблемами и беспокойствами по поводу своих чад обращаются мамы. И первая встреча проходит с мамой, которая предоставляет предварительную информацию о причине обращения, развитии ребенка на разных возрастных этапах. Эта информация помогает в дальнейшей работе с ребенком, дает возможность оценить влияние родителей на ребенка, и какую роль они играют в возникновении проблем ребенка. Конечно же, мы рекомендуем параллельно психологическое консультирование родителей, так как это может оказывать влияние на изменение домашней обстановки и несет поддерживающую цель самих родителей, и оказывает более благоприятное воздействие на разрешение проблем самого ребенка. В процессе индивидуальной работы с детьми психолог - психотерапевт использует одно из направлений практической психологии - детская психоаналитическая терапия в сочетании с игровой, песочной и арт-терапией. Использование этих методов зависит от стадии развития и индивидуальных особенностей ребенка.

1. Недирективная игровая терапия

Суть метода:

Недирективная игровая терапия - это индивидуальная работа с ребенком в игровой ситуации, где ему предлагаются специально подобранные игрушки. Терапевт участвует в проигрывании ребенком травматических эпизодов. Терапия проводится индивидуально с каждым ребенком в специально оборудованном помещении (игровой).

Цели:

1. Помочь ребенку выразить свои переживания и чувства.
 2. Предоставить ребенку пространство для разрешения внутренних конфликтов, отреагирования травматического опыта.
- Ребенок получает возможность проработать свою тревогу, враждебность, чувство незащищенности, вину, гнев и другие проявления посттравматического синдрома.

Результаты работы:

1. У ребенка появляется новый опыт взаимодействия с миром взрослых, опыт доверия, сопереживания, интереса к внутреннему миру ребенка, опыт уважения его как личности, эмоционального (безоценочного) принятия.
2. Исчезают последствия травмы: снижается уровень стресса, тревожности, агрессивного поведения, страхов, замкнутости; повышается самооценка, появляется доверие, развивается познавательный интерес и т.д.
3. Ребенок учится брать на себя ответственность за свои поступки и чувства; открыто выражать свои чувства и потребности; управлять своим поведением; приспосабливаться к жизненным изменениям; легко вступать в сотрудничество;

Результаты метода впечатляют

2.Игровая терапия

Первые попытки проведения психотерапии с детьми предпринял З. Фрейд в 1909 году, помогая разрешить внутренние конфликты и страхи маленького мальчика Ганса. Игра начала включаться в терапевтический процесс с 1919 г. Анна Фрейд и Мелани Кляйн (детские психоаналитики) начали активно применять игровую терапию в работе с детьми.

Игра ребенка выступает в трех основных функциях в психоаналитической игровой терапии. В первую очередь она позволяет аналитику установить контакт с ребенком. Во-вторых, игра позволяет психотерапевту наблюдать ребенка и получать информацию, на основании которой могут выдвигаться гипотезы о причинах возникновения проблем. И, наконец, игра является посредником при взаимодействии ребенка и аналитика. Не только ребенок может предоставлять терапевту информацию, которую он не смог бы сообщить другими способами, но и аналитик использует игру и описание игры для передачи информации ребенку, то есть аналитик дает интерпретацию, адресованную героям или объектам игры ребенка, а не самому ребенку. Тем самым, помогая ему достигнуть понимания своих внутренних конфликтов, что бы лучше справляться с ними в реальной жизни.

3.Песочная терапия

Метод песочной терапии берет начало в 1929 г., когда английский детский психотерапевт впервые применила песок в игровой психотерапии с детьми. В последствии песочная терапия была разработана австрийским психоаналитиком, учеником З. Фрейда К. Г. Юнгом. Песочная терапия уже получила признание и широкую распространенность в Европе и США, а сейчас стала активно занимать позиции в Украине и постепенно начинает применяться в нашей стране.

Песочная терапия - один из современных методов психотерапии, который применяется как в работе с детьми, так и со взрослыми. Основными инструментами данного метода являются песок и миниатюрные фигурки, для создания песочной картины. Каждая фигурка появляется в песочной композиции не случайно, она выражает наиболее актуальные для ребенка чувства и мысли.

Во время игры в песок дети выносят свой внутренний мир во внешнее пространство и обыгрывают его. Внутренняя жизнь ребенка подчас драматична, у него существуют мучительные нерешенные проблемы. Все это отражает созданный им рельеф.

Игра с песком позволяет активизировать воображение и выразить возникающие при этом образы. Играющий человек может осмыслить содержание бессознательного, создавая песчаные ландшафты один за другим. Образы целительны потому, что они способствуют включению неосознаваемых психических содержаний в сознание. Человек "отрабатывает" свои символы, свои проблемы и таким образом преодолевает внутренний кризис.

Песочная и игровая терапии служат как терапевтическим, так и прекрасным диагностическим методом.

4. Арт-терапия

С подростками в возрасте от 11 до 13 лет в процессе индивидуальной работы используется арт-терапия. Арт-терапия - это терапия искусством. Она направлена в целом на более ясное, тонкое выражение своих переживаний, внутренних противоречий, с одной стороны, а также на творческое самовыражение ребенка.

Условия для развития арт-терапии появились уже в конце 20 века, вместе с интересом к детскому искусству.

В качестве особого вида профессиональной деятельности арт-терапия начала развиваться в Великобритании после Второй мировой войны. В 1969 году была создана Американская арт-терапевтическая ассоциация, подобные ассоциации возникли в последствии в Англии, Голландии и Японии. Также к арт-терапии, как терапевтическому методу, появляется большой интерес в России и в нашей стране.

В работе с детьми в направлении арт-терапии используются краски, глину, карандаши, фломастеры. Все, что нарисовал ребенок в попытке выразить себя, свой мир, несет принцип конфиденциальности. Дети знают: все работы, в которых они показали свое отношение к миру и выразили свои чувства, важны и значимы. Эти работы никто не выбросит и не станет показывать посторонним - они либо хранятся в центре, либо же их забирает сам ребенок. Применение всех этих методов психотерапии направлено на развитие самосознания ребенка, понимание собственных переживаний и внутренних процессов как разрушительного, так и созидательного порядка, это способ преодолеть эмоциональное напряжение и овладеть своими страхами и тревогами, так же ребенок овладевает навыками поведения в различных жизненных ситуациях, способами разрешения конфликтов. В процессе игры у ребенка, появляются различные внутренние ощущения, которые постепенно малыш учится связывать с позитивными или негативными чувствами.

В отличие от взрослого, ребенок не всегда может словами выразить свое внутреннее беспокойство. В связи с этим могут возникать разные трудности в жизни малыша.

5. Методы, используемые при работе с подростками (от 13 до 20 лет)

Центральными проблемами этого возрастного периода является отделение от родителей и развитие устойчивого ощущения своего собственного "Я", развитие личной системы ценностей, так как до подросткового возраста ребенок принимает систему ценностей своих родителей, но затем как будто срывается с цепи. Он готов пересмотреть все ранее усвоенные ценности и стандарты. Это, конечно же, не означает, что все и вся будет меняться, но все же прежние установки подвергнутся сомнению.

В юношеском возрасте основная проблема это самоопределение и формирование собственного мировоззрения и самосознания - это этап принятия ответственных решений, этап человеческой близости, когда ценности дружбы, любви, интимной близости могут быть первостепенными. Для всего этого необходимо подростку и юноше разобраться в себе, лучше понять себя и свой внутренний мир.

С подростками в возрасте - от 13 до 20 лет, - работа при индивидуальном консультировании основывается преимущественно на применении методов разговорной терапии (психоаналитическая психотерапия), принципа диалогического общения, равноправные отношения с целью совместного изучения конкретной психологической ситуации и совместное разрешение ее. Так как особое значение в работе психолога с подростком приобретают такие аспекты, как полное принятие подростка таким, какой он есть. При этом подавляющее большинство проблем подросткового периода решается путем повышения самооценки подростка и прояснения изменений, которые происходят в его внутреннем мире и в отношениях с окружающими.

6. Арт-терапия

Дети от природы наделены яркими способностями, но взрослым нужно как можно раньше создать оптимальные условия для их развития. Помните у А.-Сент Экзюпери - "В каждом ребенке погиб Моцарт". Наша задача - в каждом ребенке пробудить Моцарта в самом раннем детстве. А что такое детство? Детство - это период усиленного развития, изменения и обучения.

Исследования известных ученых, педагогов доказывают возможность и необходимость формирования у ребенка памяти, логического и образного мышления, воображения и творческих способностей с младенчества. Все эти сферы личности ребенка развиваются

одновременно и в тесной взаимосвязи. Кроме этого, любая способность или качество ребенка объединяет в себе множество сложных личностных составляющих, что подчеркивает необходимость формирования их в целостном единстве. Поэтому и воздействовать на ребенка нужно в системе воздействий-стимулов, чтобы разбудить все стороны его личности - внимание, мышление, фантазию, творчество и др. Ведь мы хотим, чтобы наши малыши стали гармоничными, всесторонне развитыми и обязательно счастливыми!

Но эти сферы личности детей проявляются и развиваются по-разному в зависимости от подходов к обучению и воспитанию, от организации деятельности ребенка и тех методик и приемов воспитания, соответствующих возрасту и особенностям конкретного малыша, которыми владеет педагог-профессионал. К сожалению, сильная занятость, динамичность и напряженность нашей жизни, а также недостаток специальных знаний психологии раннего возраста, педагогики, современных методик раннего развития и воспитания детей, а также практического опыта применения данных методик приводит к тому, что даже умный и пытливый родитель не может выстроить систему целостного обучения и воспитания своего ребенка, тщательно отслеживая процесс его становления. Для этого и нужны занятия в центре, где педагогами разработана СИСТЕМА РАЗВИТИЯ И ВОСПИТАНИЯ малышей разных возрастных групп, в которых Ваш ребенок будет развиваться всесторонне и в динамике.

В наших группах для деток начиная с 2,5 – 3 лет – это курс специальных занятий, состоящих из этюдов, игр, упражнений, направленных на создание положительного эмоционального фона, чувства принадлежности к группе, развитие коммуникативных навыков. Программа составлена таким образом, чтобы проявляя себя в различных видах художественно-эстетической деятельности, дети развивались эмоционально, учились понимать чувства других людей и свои собственные. И не только понимать, но и формировать, вырабатывать психические новообразования, необходимые для успешного существования в социуме, в том числе для успешного воспитания в детском саду и обучения в школе.

Термин "арт-терапия" звучит сегодня все чаще, но понимают его как терапевтическую работу с рисунком и живописью.

Между тем арт-терапия представляет собой более широкое понятие и включает в себя:

- музыкальную терапию;
- танцевальную терапию;
- художественную терапию (рисование и живопись);
- драма-терапию (театро-терапия);
- сказкотерапия;
- игровую терапию;
- песочную терапию;

Именно элементы такого комплекса и предлагаются детям в развивающих программах

Б) Индивидуальные развивающие занятия

Комплексные занятия

Наши комплексные занятия состоят из блоков-разделов (условно разделяемых, конечно), которые плавно сменяют друг друга и объединены одной темой:

- познавательная деятельность (восприятие, мышление, предметная деятельность);
- эмоционально-чувственное развитие (познание себя и окружающего мира);
- коммуникативная деятельность (навыки общения с родителями, в группе, коллективе);
- художественно-эстетическая деятельность (музыка и движение, рисование, лепка, аппликация, элементы театра);
- развитие мелкой моторики;
- разговорная речь;

-знакомство с буквами и цифрами, навыки чтения и счета.

Ребенок в течение часа, а ровно столько длится занятие, усваивает понятия, познаёт мир букв и цифр, незаметно для себя в играх развивает интеллект и образное мышление, учится общаться, укрепляет ручки и пальчики в нетрадиционных техниках рисования, аппликации и лепке. Все это мы делаем, создавая разнообразные игровые ситуации, и предоставляем детям возможность в процессе их творческой практической деятельности почувствовать и ощутить радость и восторг открытия! Наш девиз - все в игре, все через творчество!

Педагоги центра не придерживаются одной единственной методики развития детей, а используют на занятиях наиболее ценное из систем воспитания и развития многих талантливых педагогов: например, учимся чтению по системе Зайцева, развиваем логику, используя кубики Никитина, тренируем восприятие и мелкую моторику рук, применяя приемы М.Монтессори и др.

Изюминкой наших занятий, благодаря которой детки не устают, сохраняют свежесть восприятия, интерес к познавательной деятельности и демонстрируют творческие способности, является **проведение занятий с музыкой и движением**. Почему музыка? А потому что музыка имеет исключительные возможности влияния на человека. В древние века музыкальные центры лечили музыкой людей от тоски, нервных расстройств, заболеваний сердечно-сосудистой системы. Музыка влияет на интеллектуальное развитие, ускоряя рост клеток, отвечающих за интеллект человека. Не случайно занятия математикой в пифагорейской школе проходили под звуки музыки, повышающей работоспособность и умственную активность головного мозга. Музыкой можно изменять развитие: ускорять рост одних клеток и замедлять рост других. Но главное, музыкой можно влиять на эмоциональное самочувствие человека. Современные психологи и педагоги исследовали прямую зависимость между развитием музыкальных способностей - музыкального восприятия, хорошего чувства ритма и музыкального слуха - и способностей в других сферах, причем развитие музыкальных во многом повышает уровень развития художественных, хореографических, театральных способностей и стимулирует интеллект.

Кому показаны такие занятия?

Прежде всего, детям с чрезмерной утомляемостью, истощением, непоседливостью, вспыльчивостью и проявляющейся агрессией. Хорошо раскрываются в процессе таких занятий замкнутые, несмелые и робкие "мамины" дети, которые в силу различных причин ведут себя "тише воды, ниже травы".

На занятиях арт-терапии дети изучают различные эмоции, учатся по возможности ими управлять, занятия помогают преодолевать барьеры в общении, лучше понимать себя и других, снимать свое психическое напряжение, дают возможность самовыражаться. ...Представьте, что к нам прилетела добрая фея и спросила, что бы мы пожелали своим детям. Возможно, первым, что придет в голову, будет извечное желание большинства родителей – "Хочу, чтобы мой ребенок был счастлив!". Для этого нужно развивать в ребенке определенные качества, значение которых порой недооценивается: оптимизм, желание прийти на помощь другому, веру в собственные силы и умение ощутить радость жизни. Мы часто думаем, что счастье – это дар судьбы. Но, как считает американский психолог Михай Чиксентмихали, мы можем многое сделать, чтобы получить этот подарок. И одна очень важная вещь – это погружение в игру, которая становится фундаментом для построения счастья и взрослых, и детей. Поэтому в процессе занятий арт-терапии, перефразируя известную поговорку, мы будем жить-поживать и добра и счастья наживать!

Почему важно рисование для детей?

Рисование - очень полезное, важное и увлекательное занятие, которое помогает ребенку всесторонне развиваться. Рисуя, малыш исследует окружающий мир с новых точек зрения,

ведь, чтобы экспериментировать с изображаемыми предметами, действиями нужно больше наблюдать и видеть.

Изучая процесс появления рисунков на бумаге, ребенок, с одной стороны, познает секреты красок, карандашей, кисточек, мелков, а с другой - учится замечать, что происходит вокруг и отображать все это на бумаге.

Существует множество приемов, с помощью которых можно создавать оригинальные работы, даже не имея никаких художественных навыков. Ваш ребенок получит от таких занятий не только удовольствие: эти творческие игры познакомят его с цветом, со свойствами красок, предметов, помогут развить художественный вкус, пространственное воображение и фантазию, усидчивость и усердие. А ещё малыш проникнется уважением к своим родителям, которые рисуют вместе с ним и умеют это делать так хорошо!

В нашей изостудии педагог научит ребят рисовать, открывая новые возможности для самовыражения. Малыши увидят мир в волшебных красках и сами создадут эти краски в своей собственной жизни.