

**АРТ-ТЕРАПИЯ И ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ
СОПРОВОЖДЕНИЕ ПРОЦЕССА АДАПТАЦИИ
ПЕРВОКЛАССНИКОВ В УСЛОВИЯХ РЕАЛИЗАЦИИ
КОМПЕТЕНТНОСТНОГО ПОХОДА В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ШКОЛЕ**

На данном этапе развития системы образования постоянно выносятся на обсуждение вопрос реализации компетентностного подхода в общеобразовательной школе, в том числе и на начальной её ступени. Концепция развития современной школы сводится к тому, что школа, безусловно, должна готовить детей к жизни. А жизнь предлагает подчас такие ситуации, что воспользоваться для их решения только академическими знаниями, не всегда представляется возможным. Согласно принципам компетентностного подхода в общеобразовательной школе решаются эти глобальные задачи. Реализация компетентностного подхода через систему принципов возможна при создании определенных условий. Эти условия развивают у обучающихся такие способности, которые позволяют им самостоятельно решать различные проблемы: и учебные, и нравственные, и организационные и многие другие. При создании таких условий у школьников формируется гибкость в принятии решений через расширение и обогащение их социального опыта.

В нашей работе мы рассмотрим новые формы и методы в работе психолога при организации психолого-педагогического сопровождения процесса адаптации младших школьников в условиях реализации компетентностного подхода.

Для большинства общеобразовательных школ приоритетным направлением является переход от функционирующей школы к развивающейся. Это предполагает создание такой воспитательно-

образовательной среды, которая формирует очень важные для личности свойства. Высокая гражданская ответственность, духовность, культура, самостоятельность, толерантность и др. - в этом заключается смысл современного образования и воспитания. Таким образом, предполагается ориентация образования не только на усвоение знаний, но и на развитие личности ученика, его индивидуально-психологических и личностных особенностей.

Компетентность нами понимается как способность, умение использовать знания, полученный опыт в конкретной ситуации. Ситуации не сводятся только к учебным, это может быть любая жизненная ситуация. Эти способности формируются и развиваются при определённой организации учебно-воспитательного процесса, в том числе и при психолого-педагогическом сопровождении.

В контексте компетентностного подхода у школьника должны быть сформированы следующие компетенции (рисунок 1):



Рисунок 1. Формируемые компетенции у современных школьников.

Раскрывая содержания каждой из компетенций, школьное образование направлено на развитие у обучающихся таких способностей, как:

- ❖ уметь адекватно и гибко реагировать и вносить изменения в деятельность;
- ❖ успешно адаптироваться к изменяющимся условиям жизни;
- ❖ уметь анализировать условия и ситуации, находить правильные варианты решения;
- ❖ уметь добывать информацию и эффективно использовать информационный ресурс;
- ❖ уметь эффективно общаться;
- ❖ уметь ориентироваться в ситуациях, способствующих саморазвитию и самосовершенствованию.

В условиях учебной деятельности формирование и развитие личности и субъекта деятельности осуществляется благодаря развитию у обучающегося интеллектуальной и эмоционально-волевой сфер. Школьник должен научиться приёмам устойчивости к стрессогенным факторам. Важной задачей образования является развитие у ребёнка уверенности себе, формированию у него позитивного отношения к миру, принятию себя и других. Вершиной развития будет выступать самостоятельность, автономность, стремление к самосовершенствованию и самоактуализации. Школьная среда должна быть своего рода «площадкой» для обеспечения личностного роста, а ребёнок должен научиться самостоятельно ставить и достигать серьёзные цели.

Перечисленные способности, безусловно, формируются на протяжении всего обучения в школьном образовательном учреждении. Работа по их формированию и развитию должна осуществляться уже на этапе начальной ступени школьного обучения.

Первоклассники, сталкиваясь с новой деятельностью и новой социальной ситуацией с первых дней должны осознать самостоятельность и

ответственность и постепенно добиваться небольших успехов в школе и за её пределами.

Психолого-педагогическое сопровождение на современном этапе становится неотъемлемой частью жизни личности обучающегося. Данный вид сопровождения детей осуществляется с целью повышения качества жизни, выявления условий для их благоприятного развития. Сегодня психологическая культура, подразумевающая под собой заботу о психическом здоровье, находится не на том должном уровне, при котором личность может разрешать проблемы, выходить из сложных кризисных ситуаций при поддержке специалиста по психологии.

Психолого-педагогическое сопровождение решает задачи по профилактике, предупреждению и коррекции таких психических явлений:

- ❖ В когнитивной сфере: особенности формирования познавательных психических процессов, развитие познавательных способностей, выявление нарушений в познавательной сфере и пр.
- ❖ В эмоционально-волевой сфере: эмоциональные состояния (тревожность, беспокойство и т.д.), реакции, (страх, стресс, фрустрация и т.д.), волевые нарушения (нерешительность, отсутствие цели, безынициативность и т.д.)
- ❖ В социально-коммуникативной сфере: конфликтность, несформированные коммуникативные умения и т.д.
- ❖ В развитии индивидуально-личностных особенностей: низкие адаптационные способности, заниженная самооценка, несформированная мотивация и т.д.

В начальной школе реализуются разнообразные формы и методы работы: и индивидуальные, и парные, и групповые, поисковые, проблемные, игровые и мн.др. Педагоги-психологи в своей деятельности также опираются на эти формы и методы работы.

Одними из самых интересных и эффективных форм деятельности, которые используются в учебной и внеучебной ситуации, выступают игра и

творчество. Как нами было отмечено в наших ранних публикациях, роль изобразительной деятельности на этапе дошкольного, а также младшего школьного возраста, бесспорно, велика [1].

С точки зрения психологии, творческая деятельность решает серьёзные задачи возрастного этапа по развитию:

- ❖ творческого мышления и воображения;
- ❖ коммуникативных умений;
- ❖ рефлексивных умений;
- ❖ эмоционально-чувственной сферы;
- ❖ способностей к самоанализу и др.

Изобразительная деятельность позволяет ребёнку усваивать и расширять свой опыт, перерабатывать свои жизненные представления.

Изобразительная деятельность, направленная на создание изображений, может также выступать инструментом реализации целей по психолого-педагогическому сопровождению адаптации первоклассников.

Арт-терапия использует этот инструмент. Киселёва М.В. указывает на широкие её возможности: «Это не создание произведения искусства, не часть занятий по изобразительному искусству. Изотерапия служит инструментом для изучения чувств, идей и событий, для развития межличностных навыков и отношений, укрепления самооценки и уверенности в себе» [3, С.15-16].

На современном этапе имеется достаточное количество публикаций, которые освещают использование арт-терапии в образовательных учреждениях за рубежом. Арт-терапия за рубежом имеет высокий уровень развития, т.к. именно в учреждениях образования и медицины США и Европы накоплен достаточный опыт использования её методов. В нашей стране методы арт-терапии не так часто используются в психолого-педагогической практике.

Многими психологами – практиками в области образования разработаны целые комплексы развивающих и коррекционных программ по

сопровождению адаптации первоклассников к школе. В нашей работе мы предлагаем новый метод работы с детьми в период адаптации к школе.

Метод арт-терапии доказал свою эффективность в работе с личностными и поведенческими проблемами человека любого возраста. В наших ранних работах мы показали достоинства данного метода с детьми дошкольного возраста. Особое внимание, с нашей точки зрения, должно уделяться использованию новых технологий и методов в столь разработанной в теоретическом плане проблемы адаптации ребенка в школе. Естественно, в этот период первоклассник встречается и начинает осознанно воспринимать важность психологического сопровождения, если сопровождение не сводится только к диагностическим процедурам. Только развивающая, коррекционная, просветительская работа может доказать важность и целесообразность деятельности психолога.

Арт-терапевтические методы наиболее хорошо подходят для работы с учащимися, особенно в рамках реализации компетентного подхода (рисунок 2). Методы арт-терапии способствуют развитию у учащихся навыков решения проблем в различных ситуациях, межличностной компетентности, коммуникативных навыков, творческого потенциала.

Адаптация, по мнению ряда авторов, представляет собой и приспособление к успешному функционированию в соответствующей среде, и способность к дальнейшему психологическому, личностному и социальному развитию. Суть школьной адаптации заключается в том, чтобы ребенок стал адаптированным, т.е. «приспособленным к полноценному развитию своего личностного, физического, интеллектуального и других потенциалов в образовательной среде»[2, С.21].

Периоду адаптации ребенка к школе посвящено огромное количество работ. Ни одна из психологических проблем не освещалась так много и подробно как эта. Такой повышенный интерес обусловлен тем, что от того, как ребёнок проживёт этот период, во многом будет зависеть и вся его

последующая жизнь в школе. А это очень важный этап в формировании и развитии личности любого человека.

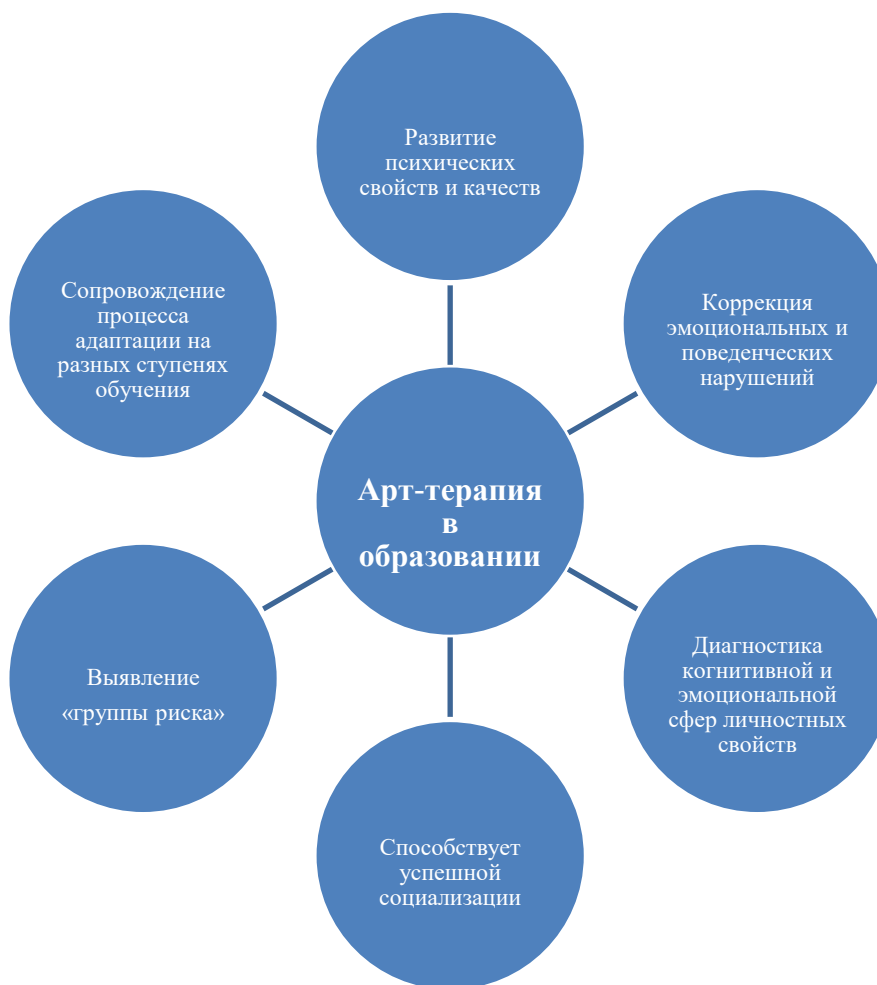


Рисунок 2. Возможности арт-терапии в образовании.

Мы можем привести массу примеров, когда негативные проявления школьной жизни существенным образом сказывались на последующих этапах жизнедеятельности человека.

Отечественные психологи и педагоги особенно выделяют период вхождения ребенка в школьную жизнь и обращают внимание, прежде всего, на такие аспекты его развития:

1. развитие системы отношений ребёнка с миром и с самим собой
2. формирование базовых учебных установок
3. формирование учебной мотивации

4. развитие взаимоотношений со сверстниками и взрослыми
5. развитие когнитивных функций
6. формирование новой социальной позиции

Так, Битянова М.Р. и др. считают, что для комфортного состояния ребёнка в школе необходимо помочь ему и «высвободить имеющиеся у него интеллектуальные, личностные, физические ресурсы <...> для этого необходимо: выявить психологические особенности ребёнка; настроить учебно-воспитательный процесс на его индивидуальные особенности, возможности и потребности; помочь ребёнку сформировать навыки и внутренние психологические механизмы, необходимые для успешного обучения и общения в школьной среде» [2,с.22].

Показаниями для арт-терапии при организации психолого-педагогического сопровождения периода адаптации являются:

- ❖ трудности вхождения в новую социальную ситуацию;
- ❖ трудности в обучении;
- ❖ высокая конфликтность;
- ❖ эмоциональные и поведенческие проблемы (страхи, негативизм, гиперактивность, агрессивность, тревожность, замкнутость и т.д.)

Хочется отметить, что трудности в адаптации могут проявляться не только в отношении тех проблем, которые мы указали выше и которые выступают показаниями для арт-терапевтической работы. Очень много детей, которые на первый взгляд, справляются и внешне достаточно успешно проявляют себя, при этом тратят колоссальные усилия над решением учебных и внеучебных ситуаций. Ребёнок истощается не только физически, но и психологически. Такое психологическое напряжение, сохраняющееся длительное время, может иметь и соматическую природу проблем. Фактически ребёнок пытается проявить себя на фоне низких психологических ресурсов. Указанные причины также могут лежать в основе показаний для проведения арт-терапевтических процедур.

Арт-терапевтическая работа в период адаптации может осуществляться

через такие формы работы (рисунок 3).

Психологическое исследование, проводимое в период с 1998 по 2016 г.г. и направленное на изучение адаптации первоклассников к обучению в школе, позволило выявить ряд факторов, осложняющих процесс адаптации, а также определить её уровень.



Рисунок 3. Арт-терапевтическая работа в период адаптации.

К вопросу оценки адаптационных возможностей на этапе поступления и адаптации к школьному обучению осуществлялся комплексный подход. Показатели адаптации складывались из оценивания учителем ребенка по многим параметрам, а также результатов диагностической работы психолога (таблица 1).

Таблица 1

Результаты уровня адаптации первоклассников к школьному обучению

	Низкий уровень	Средний уровень	Высокий уровень
1998	16%	80%	4%
2002	22%	66%	12%

2004	33%	52%	15%
2006	40%	46%	14%
2010	21%	60%	19%
2015	9%	70%	21%

Диагностическая работа педагога-психолога по психологическому сопровождению процесса адаптации позволяет фиксировать не только уровень адаптации, а также выявить факторы поведения, которые вызывают различного рода проблемы (таблица 2). У большей части первоклассников можно выделить факторы, которые осложняют процесс адаптации обучения: гиперкинетический синдром, недостаточная сформированность мелкой моторики. У детей, с низкими результатами адаптации к школе, отмечается астенизация, невротическая симптоматика, низкая мотивация к учебной деятельности и т.д.

Таблица 2

Распределение значений по факторам

Факторы	(%)
Нарушения интеллектуальной деятельности	3%
Неготовность к школе	3%
Леворукость	18%
Инфантилизм	21%
Недостаточная произвольность психических функций, несформированность мелкой моторики	21%
Низкая мотивация учебной деятельности	27%
Невротические симптомы	33%
Астенический синдром	36%
Гиперкинетический синдром	36%
Инертность нервной системы	48%

Цикл развивающих и коррекционных мероприятий в период адаптации ребёнка к школьному обучению с использованием методов арт-терапии решает проблемы эмоционально-аффективной сферы, а также личностных и индивидуально-психологических особенностей детей младшего школьного возраста. Л. Мардер, специалист в области арт-терапии, считает, что «в

работе над гармонизацией аффективной организации включаются приёмы коррекции конкретных симптомов дезадаптации, упражнения и приёмы направлены на повышение эмоционального тонуса, обеспечение детей необходимыми аффективными впечатлениями, создающими предрасположенность к развитию взаимоотношений с окружающим миром (адаптации). Ощущение ребёнком собственного благополучия позволяет принять другие формы поведения, отказаться от старых стереотипов реагирования и сформировать новые, адекватные социальной ситуации способы поведения»[4, С. 105].

Несмотря на повышенное внимание родителей вопросу готовности ребёнка к школьному обучению, сохраняются факторы, свидетельствующие о его неготовности, что влечёт за собой трудности в адаптации первоклассников. В представлении большинства родителей психологическая готовность ребёнка к обучению в школе определяется его умением бегло читать, считать и решать простые задачи, писать, а также «много знать». Но мало, кто обращает внимание на эмоциональную сторону ребёнка, на его способности к коммуникации, его возможности и потребности и т.д. Как отмечают детские психологи: «В жизни современных детей и так слишком актуализированы когнитивные ценности, в ущерб душевной гармонии и эмоциональному благополучию. Арт-терапия помогает выровнять интеллектуальный крен» [4, С. 88].

Разработанная нами арт-терапевтическая программа по развитию индивидуально-психологических и личностных особенностей доказала свою эффективность и может быть использована в рамках психолого-педагогического сопровождения младших школьников на этапе их адаптации к школьному обучению. Арт-терапевтические формы включают себя изобразительную деятельность и элементы музыкальной и танцевально-двигательной деятельности.

Все занятия представляют собой гибкую структуру. Каждое занятие активизирует мышление, развивает коммуникативные умения, обогащает и

актуализирует эмоциональный опыт. В ходе осуществления деятельности ребёнком осознаются и переживаются успехи и неудачи. Например, занятие, направленное на раскрытие значения положительных чувств и эмоций, развитие навыков конструктивного взаимодействия, включает в себя упражнение «Времена года» с использованием арт-терапевтической техники «мандалы-шаблоны». Вариантов проведения может быть несколько. Каждой группе предлагается на выбор время года, дети выбирают соответствующие мандалы и раскрашивают их. Возможен другой вариант, каждый ребёнок выбирает одну мандалу с тем временем года, который он захотел выбрать в соответствии со своими ощущениями. Далее происходит раскрашивание, а потом объединение в группы по «временам года». Безусловно, решается ряд вопросов по отреагированию неприятных эмоций и чувств, закреплению положительных эмоций, развитию навыков конструктивного общения. В таких упражнениях с применением арт-терапевтических техник, дети учатся слушать и слышать друг друга, понимать чувства и переживания другого человека.

Техники арт-терапии такие как «марания», «монотипии», «каракули» в сочетании с двигательной (танцевальной) активности и драматизации благоприятно сказываются на чувственно-двигательной координации. Этот процесс требует согласованности в работе многих психических функций. Арт-терапевтические формы и техники участвуют в согласовании межполушарных взаимодействий, так как именно рисование активизирует и конкретно-образное, и абстрактно-логическое мышление, за которые отвечают правое и левое полушария соответственно.

Особую роль мы отводим спонтанному рисованию, которое положительно сказывается на когнитивном развитии, развитии мелкой и крупной моторики. А как мы указывали ранее, недоразвитие этих функций затрудняют у детей процесс адаптации к школе.

Арт-терапия как метод и форму психолого-педагогического сопровождения адаптации ребёнка к школьному обучению можно отнести к

здоровьюсберегающей технологии и может быть использована педагогами-психологами благодаря своим широким возможностям и универсальности.

Список литературы

1.Бариляк И.А. Арт-терапия и изо-деятельность в условиях дошкольного образовательного пространства// Психология профессионала: личность, деятельность, организация. Коллективная монография под редакцией Т.А. Жалагиной, Л.Ж. Каравановой, Е.Д. Короткиной. – Тверь: ТвГУ, 2014. - С.49-59.

2.Битянова М.Р., Азарова Т.В., Афанасьева Е.И., Васильева Н.Л. Работа психолога в начальной школе. – М.: Изд-во «Совершенство», 1998. – 352 с.

3.Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. – СПб.: Речь, 2006. – 160с.

4.Мардер Л.Д. Цветной мир. Групповая арт-терапевтическая работа с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: Генезис, 2007. – 143 с.