

## Как эффективно проводить арт-терапию с расстройством аутистического спектра

Агламбекова Асия Жанарбековна  
педагог-психолог

КГУ "Реабилитационный центр для детей  
с особыми образовательными потребностями" УО ВКО

Арт-терапия оказывает положительный эффект, объединяет психокоррекционные действия, социальную адаптацию и развитие навыков ребенка.

Арт-терапия для детей с аутизмом – это вид психологической помощи, основанный на погружении в искусство или творчество.

Необходимо разграничить простые занятия рисованием и арт-терапию. Первое относится к категории уроков. Цель таких занятий – приобретение навыков и получение конкретного результата.

Арт-терапия сосредотачивается на процессе, который построен таким образом, чтобы снизить эмоциональную нагрузку у детей РАС. Путем творческой работы специалист создает атмосферу доверия, что помогает наладить контакты с задействованными в процесс людьми. Арт-терапия позволяет выразить с помощью образов то, что ребенок не может сказать словами, тем самым снижая тревожность. Поэтому так важно не заикливаться на уровне эстетичности и качестве законченной работы. Это способ самовыражения, который должен прийти по душе только автору.

Все эти методики развивают у детей с РАС воображение, помогают концентрировать внимание. Идет активное развитие мелкой моторики рук. Проходят даже самые начальные стадии творчества – малыша учат держать карандаш, правильно пользоваться ножницами, красками и другими материалами.

Арт-терапия при аутизме не обязательно состоит исключительно из рисования. Это может быть лепка, фотография, создание мягких игрушек. Следующие категории также входят в состав арт-терапии:

- сказкотерапия;
- драмотерапия;
- библиотерапия;
- музыкотерапия;
- танцевально-двигательная терапия;
- кинотерапия;
- куклотерапия;
- песочная терапия.

Подбирается методика в зависимости от особенностей конкретного ребенка. Каждая из них не должна превращаться во что-то рутинное, так как ребенку легче включиться в процесс, если предлагается что-то новое. Важность этого условия диктуется тем, что арт-терапия приносит новый опыт.

Погружение в необычную среду убирает контроль сознания над ребёнком, снижает уровень его защиты. Именно достижение этого результата и является одной из целей психологической помощи ребенку.

Однако разнообразие методик должно соотноситься с возможностями – надо отталкиваться от простоты процесса.

Техника должна завлекать, развлекать и быть приятной. Если же она вызывает негативные эмоции, такие как раздражение, недовольство, злость, то модель была подобрана некорректно.

Естественно, при подборе методики важно позаботиться о том, чтобы условия, в которых работает ребенок, были безопасными и способствовали активности и самовыражению. Таким образом, повышается познавательная активность. Это способствует одновременному применению комплексной реабилитации больного.

Специалисты рекомендуют прибегать к педагогической коррекции с помощью арт-терапии. Тут важно учитывать степень зрелости всех психических и физических показателей. Путем применения творческих методик, например рисования гуашью, детей обучают цветам. Карандаши помогут в изучении цифр и простейшей арифметике.

У методики есть положительные и отрицательные стороны.

| Положительные   | Отрицательные  |
|---|--|
| Подойдет любому пациенту. Разнообразие видов искусства сопровождается фантазией и креативностью специалиста. Так можно найти подход к каждому, и бороться с индивидуальными проблемами. | Ребенок может не проявлять интерес к предложенным методикам. Новое может пугать.   |
| Дети с аутизмом плохо соотносят чувства со словами и редко говорят о своих эмоциях. Творчество – это возможность выразить состояние без слов.   | Иногда приходится начинать с банальных вещей (как держать карандаш), а скука может отпугнуть ребенка или не привлечь его внимания. |

|   |   |
|---|---|
| Обходятся блокирующие и защитные стороны сознания аутиста. Арт-терапия стимулирует быть открытым. | Эффективность в регулярности. Необходимо помнить о повторении для закрепления навыка – на это иногда уходят месяцы. |
| Ребенок с РАС социализируется, учится доверять.   |   |

При проведении арт-терапии необходимо решить, будут проходить занятия в группе или индивидуально. Для обоих видов есть квалифицированные инструкции:

1. Николь Мартин – американский терапевт, специализация которого – работа с детьми-аутистами. Он разработал методику по групповой арт-терапии, наиболее распространённой в развивающих центрах.

2. Индивидуальная программа помощи через арт-терапию были разработана специалистами из Университета Маккуэри. Нацелена она на раннюю педагогическую помощь детям.

Оба варианта должны включать уже упомянутые условия: простота, безопасность, креативность, необычность.

В среднем, каждое занятие должно длиться от 10 до 30 минут. Этот промежуток оптимален для качества занятия, чтобы не заставить малыша чувствовать себя уставшим, а концентрация внимания не была принудительной. Важно не вынуждать пациента работать в конкретной технике – он сам проявит интерес, и на это стоит ориентироваться в первую очередь. Можно дать ребенку возможность выбрать методику и материалы.

Как научить работать с новыми материалами?

Во-первых, давать инструкции. Важно, чтобы был налажен контакт с ребенком, тогда он будет проще воспринимать указания. Для того, чтобы установить доверие, как к специалисту, так и к материалу, можно показывать пример, сначала пробуя все самостоятельно.

Во-вторых, начать можно с заданий, не требующих следования каким-то нормам. Свободные техники, вроде акварель по мокрой бумаге, помогут ребенку выразить себя, и не будут его ограничивать.

Во-вторых, метод арт-терапии основан на повторении. Каждое новое занятие начинается с повторения тех упражнений, которые связаны у ребенка с положительным опытом и эмоциями.

Регулярность – правило, которого хорошо придерживаться во всех сферах жизни людей, страдающих аутизмом – это способствует эмоциональному спокойствию и уверенности. Повторение в обучении стимулирует к закреплению навыка.

Вывод

Работа с ребенком должна быть построена на наглядности и лаконичности. Аутистические заболевания приводят к тому, что пациент использует только один тип мышления по восприятию окружающего мира. У детей отсутствует широкое абстрактное восприятие, а значит понять ненаглядные формы и сюжеты им сложно.

Специалист, проводящий арт-терапию, обязан принимать пациента таким, какой он есть и не требовать от него большего, чем он может дать. Более того, есть выбор, который ребенок делает и с этим надо считаться. Арт-терапия стимулирует к тому, чтобы делать самостоятельный выбор, а значит, учит независимости.