

Политика повсеместной модернизации активизировала поиск инновационных методов и технологий в различных областях общественной жизни, в том числе и в сфере образования. Действительно, перемены, происходящие в молодежной среде, диктуют поиск и внедрение передовых подходов в процессе обучения молодых людей, высокообразованность и достаточная подготовленность которых позволит поддерживать позитивный имидж Республики Беларусь в мире. Мировому сообществу нужны специалисты, способные аналитически перерабатывать имеющуюся информацию и логически правильно разрешать разного рода проблемы.

Конечно же, образование в интересах устойчивого развития должно строиться на всем том положительном, что создала традиционная система образования, но сегодняшней уровень развития общества диктует новые правила, поэтому использование современных обучающих технологий также является ключом к успеху в достижении поставленных целей. Информационные технологии уже давно стали неотъемлемой частью процесса обучения, потому что создают условия для повышения уровня качества образовательного процесса. Использование интерактивных методов обучения позволяет обучающемуся самому стать исследователем, а не «пассивно принимающим» уже готовые формулировки и понятия. Что, в свою очередь, будет способствовать формированию системного мышления в области устойчивого развития. Применение преподавателем новаторских подходов и технологий позволяет сформировать личность, обладающую такими полноценно развитыми профессиональными навыками, как критическое мышление, способность к адаптации в стремительно меняющемся реалии и потребности обществе. Только способный активно общаться и сотрудничать с представителями различных социальных, профессиональных и национальных групп, компетентный в различных областях знаний, обладающий навыками коммуникативности, творчески развитый специалист востребован сегодня мировым сообществом.

Таким образом, только при наличии сформированной системы ценностных ориентаций будущий специалист не только будет управлять своей жизнью и профессиональной деятельностью, но и способствовать устойчивому развитию страны и общества в целом.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДОВ АРТ-ТЕРАПИИ КАК СРЕДСТВО КОРРЕКЦИИ ПОДРОСТКОВОЙ ТРЕВОЖНОСТИ (ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ ГУО «СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 39 Г.МОГИЛЕВА»)

*Будкина И.В.,
ГУО «Средняя школа № 39 г.Могилева»,
г. Могилев, Республика Беларусь*

Аннотация. Повышенная тревожность – это одна из проблем, с которой часто сталкивается школьный психолог. В статье представлены приемы арт-терапии (изотерапия, методы тестопластики, мандал, цветотерапия) и их влияние на эмоциональную сферу подростков.

Resume. Increased anxiety is one of the problems that a school psychologist often faces. The article presents the techniques of art therapy (isotherapy, methods of testoplasty, mandalas, color therapy) and their impact on the emotional sphere of adolescents.

Ключевые слова: подростковая тревожность, арт-терапия.

Key words: teenage anxiety, art therapy.

Повышенная тревожность – это одна из проблем, с которой часто сталкивается школьный психолог. Данная проблема осложняется тем, что довольно часто в практике школьной жизни учащиеся с выраженной тревожностью считаются наиболее «удобными» для учителей и родителей: они всегда готовят уроки, стремятся выполнять все требования педагогов, не нарушают правила поведения в школе. С другой стороны, это не единственная форма проявления высокой тревожности; зачастую это проблема и наиболее «трудных» детей, которые оцениваются родителями и учителями как «неуправляемые», «невнимательные», «невоспитанные», «наглые». Работа в данном направлении ставит педагога-психолога перед необходимостью изучения, а также своевременной диагностики и коррекции уровня тревожности у детей подросткового возраста, что поможет избежать трудностей, указанных выше.

С целью коррекции подростковой тревожности мной были отобраны арт-терапевтические техники, упражнения, на основе которых был разработан и проведен комплекс занятий. Группа учащихся (15 человек), которые показали повышенный и высокий уровни тревожности, была разделена на две подгруппы, с которыми занятия проводились один раз в неделю, продолжительностью 60 мин. Одной из важнейших задач данных занятий – восстановление нарушенных связей между чувствами и разумом, развитие целостной личности, обнаружение личностных смыслов через творчество. Можно назвать и такие задачи, как помощь подростку в «самораскрытии и самореализации», стимулирование «личностного роста». При разработке коррекционных занятий за основу мной были взяты такие направления арт-терапии, как рисуночная терапия (изотерапия, рисование песком), мандалотерапия, тестопластика, цветотерапия.

За основу на коррекционных занятиях с использованием изотерапии я взяла упражнение «Волшебные краски», техники «Монотипия», «Ниткография», «Кляксография» (выдувание), «Каракули» (штриховка), упражнение «Парное рисование», упражнение «Коллаж».

Мной было замечено, что использование данных техник и упражнений на занятиях оказывало положительное влияние на подростков, их эмоциональное состояние. Так, например, с помощью техник «Ниткография», «Каракули» (штриховка) учащиеся учились выражать свои чувства и эмоции, активизировали поиск внутренних ресурсов. Данные техники изотерапии способствовали снятию психоэмоционального напряжения подростков, снятию мышечных зажимов, развитию воображения и креативности.

Хочу отметить, что наибольший интерес и активность подростки проявляли при использовании таких упражнений изотерапии, как «Парное рисование», «Волшебные краски», «Коллаж». С помощью данных упражнений подростки учились работать по правилам, слушать, слышать и понимать собеседника. Данные техники способствовали обучению их навыкам конструктивного взаимодействия, развитию вариативности мышления и восприятия.

На коррекционных занятиях с использованием изотерапии я выступала равноправным партнером каждого подростка. Причем, мной было замечено, что чем меньше я вмешивалась в художественную деятельность подростков, тем выше получался эффект, тем быстрее устанавливались отношения эмпатии, взаимного доверия и принятия, тем самым снижался уровень тревожности подростка.

Применение метода тестопластики на занятиях с тревожными подростками способствовало расширению их знаний и представлений о самом себе, других, окружающем мире, развитию умения позитивного общения и сотрудничества, снятию психоэмоционального напряжения. В ходе занятия ребята готовили соленое тесто, из которого затем создавали образы по своему желанию. Соленое тесто – универсальный материал, в первую очередь потому, что оно доступно всем, это приятный, податливый, пластичный и экологически чистый материал. Из него можно вылепить все, что угодно, а после сушки и раскрашивания оставить в виде сувенира-талисмана на долгие годы. Полученный результат можно увидеть, потрогать. Его интересно показать другим и

получить одобрение. Благодаря этому подросток чувствует себя создателем и испытывает удовлетворение и гордость за свои достижения, особенно это наблюдается у учащихся с повышенным уровнем самооценочной и школьной тревожности. Данный вид деятельности особенно понравился и вызвал неподдельный интерес у подростков.

С целью стабилизации эмоционального состояния тревожных подростков, развития у них навыков саморегуляции в своей работе я применяла метод мандал. В ходе занятий учащиеся раскрашивали готовые мандалы-раскраски, начиная от простых узоров, заканчивая более сложными. Создавали собственные мандалы из сыпучих и природных материалов, что особенно было привлекательно для детей. Я предлагала создавать мандалы на выбор: в тарелках с бортиками, оставляя за подростками право выбора материала для творчества (крупы, фасоль, горох, кукуруза, ракушки, камешки и т.д.). Как показал опыт, чем больше выбор, тем интереснее работа. Данный вид деятельности положительно влиял на подростков, способствовал снижению уровня тревожности, развитию творческих способностей.

Открытием в работе с подростками стало использование такого направления и метода арт-терапии, как цветотерапия и рисование песком, которые наиболее эффективны в индивидуальной работе с подростками. Рисование песком с использованием арт-терапевтического столика – особенная техника, которая зачаровывает обоих: подростка и психолога. При рисовании песком уменьшается скованность, участник процесса погружается в свой собственный мир фантазий и формирует его по-своему усмотрению [1].

Считаю, что через творчество приходит лучшее понимание самого себя, тревоги и беспокойства отходят на второй план, открывая путь к внутренним ресурсам. Мной замечено, что взаимодействие с песком помогает подростку снять накопившееся эмоциональное напряжение, оптимизировать настроение, лучше понять самого себя, позволяет юному человеку выразить в символической форме внутренние конфликты и противоречия, раскрыть свои творческие способности. Регулярно мной проводились беседы и консультации с классными руководителями, педагогами, родителями по работе и взаимодействию с тревожными подростками.

Использование арт-терапевтических методов в коррекции подростковой тревожности способствует развитию творческих способностей у учащегося, о которых многие подростки раньше и не подозревали. Ребята не задумываются о том, что получится в итоге, они просто получают удовольствие от самой деятельности, учатся в приемлемой форме выражать свои чувства, справляться с переживаниями, тревогой, дают возможность выхода накопившимся отрицательным эмоциям, стимулируют поиск внутренних ресурсов, а также развивают воображение [2]. Именно поэтому арт-терапия так эффективна в работе с подростками.

В результате проведенной коррекционной работы с подростками 6-7 классов я пришла к выводу: тревожность является часто встречающейся особенностью в поведении подростков; в процессе диагностического исследования мною был подобран диагностический инструментарий, позволяющий выявить уровень тревожности в поведении учащихся 6-7 классов; по результатам диагностики был разработан комплекс занятий, основанных на реализации приемов и методов арт-терапии, которые являются важнейшим компонентом в коррекционной работе, направленной на снижение уровня подростковой тревожности; можно с уверенностью говорить о том, что в процессе коррекционной работы снизились показатели общей тревожности (межличностная, самооценочная, школьная тревожность). Подростки приобрели опыт взаимодействия друг с другом, научились свободно выражать свое «Я», получили опыт эмоционально-чувствительного восприятия цвета, формы, движения и т.д.

Арт-терапевтические техники и упражнения настолько разнообразны, что педагогу-психологу предоставляется огромный потенциал для выбора той или иной стратегии.

Список использованных источников:

1. Никитина, О. Н. Песочное рисование в психолого-педагогической практике / О.Н.Никитина. – СПб. – 2013. – 89 с.
2. Вальдес Одриосола, М.С. Арт-терапия в работе с подростками: Психотерапевтические виды художественной деятельности: методическое пособие / М.С.Вальдес Одриосола. – М.: Владос, 2007. – 63 с.

РАШЭННЕ ПРАБЛЕМ МАРАЛЬНАГА ВЫХАВАННЯ ШКОЛЬНІКАЎ (ІЗ ОПЫТА РАБОТЫ ГУО «СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 39 Г.МОГИЛЕВА»)

*Булаенка М. Я.,
ДУА «Сярэдняя школа № 39 г.Магілёва»,
г. Магілёў, Рэспубліка Беларусь*

Анотацыя. У маральным выхаванні дзяцей павінны актыўна ўдзельнічаць бацькі. Арганізатарам дзейнасці вучняў у класе, каардынатарам выхаваўчых уздзеянняў застаецца класны кіраўнік. Найважнейшай задачай з'яўляецца фарміраванне талерантнага адносінаў да іншых членаў калектыву.

Resume. Parents should be actively involved in the moral upbringing of children. The class teacher remains the organizer of students; activities in the classroom and the coordinator of educational activities. The most important task is to form a tolerant attitude of the child to other members of the team.

Ключавыя словы: класны кіраўнік, талерантнасць, выхаванне.

Key words: class teacher, tolerance, upbringing.

Сёння мы сутыкнуліся з найважнейшай праблемай сучаснасці – захаваннем нашай роднай мовы і яе чысціні, як сродка захавання беларускай культуры. Таму на школу ўскладаецца адказнасць за адраджэнне традыцый ментальнасці, пачуцці патрыятызму, любові да Радзімы, да гатоўнасці яе абараніць. Менавіта школа адказвае за працу па выхаванню ў школьнікаў пачуцця гонару за свой народ, за сваю вялікую Радзіму, а таксама за фарміраванне пачуцця павагі да мінулага сваёй краіны.

Адной школе гэтыя праблемы не вырашыць. У маральным выхаванні дзяцей павінны актыўна ўдзельнічаць і бацькі.

У працы кожнага настаўніка ёсць цяжкая, але вельмі важная місія – быць класным кіраўніком. Адны настаўнікі лічаць яе дадатковай да сваёй выкладчыцкай дзейнасці, іншыя называюць яе самай галоўнай. Як бы ні была цяжкая праца класнага кіраўніка, яна, несумненна, патрэбна дзецям, паколькі асноўным структурным звяном у школе з'яўляецца клас. Менавіта тут арганізуецца пазнавальная дзейнасць, фармуюцца сацыяльныя адносіны паміж навучэнцамі. У класе рэалізуецца клопат аб сацыяльным дабрабыце дзяцей, вырашаюцца праблемы іх вольнага часу, ажыццяўляецца першаснае згуртаванне калектыву, фарміруецца адпаведная эмацыйная атмасфера.

Арганізатарам дзейнасці вучняў у класе, каардынатарам выхаваўчых уздзеянняў застаецца класны кіраўнік. Менавіта ён непасрэдна ўзаемадзейнічае як з вучнямі, так і з іх бацькамі, шчыра імкнецца дапамагчы дзецям у вырашэнні іх праблем у школьным калектыве, цікава і з карысцю арганізаваць школьнае жыццё.

У сваёй працы ў якасці класнага кіраўніка 8 класа я стараюся надаваць увагу духоўна-маральнаму і эстэтычнаму выхаванню. Пры гэтым зыходжу з узроставых асаблівасцяў навучэнцаў. Гэтыя асаблівасці абумоўліваюць тое, як падлетак вучыцца выконваць асаблівыя сацыяльныя ролі: вучыцца паводзіць сябе ў адпаведнасці са сваім