

АРТ-ТЕРАПИЯ КАК МЕТОД РАБОТЫ С ЭМОЦИОНАЛЬНЫМ СОСТОЯНИЕМ РОДИТЕЛЕЙ, ВОСПИТЫВАЮЩИХ ДЕТЕЙ С ДЕПРИВАЦИЕЙ ЗРЕНИЯ

А. М. Пахотова,
магистр

Аннотация. В статье изложен анализ проблемы особенностей эмоционального состояния у родителей, воспитывающих ребенка с депривацией зрения. Раскрываются возможности использования арт-терапевтических техник в коррекционно-развивающей работе с родителями детей с ограниченными возможностями здоровья.

Ключевые слова: эмоциональное состояние родителя; арт-терапия; ребенок с депривацией зрения.

ART THERAPY AS A METHOD OF WORKING WITH THE EMOTIONAL STATE OF PARENTS RAISING CHILDREN WITH VISUAL DEPRIVATION

A. Pakhotova,
Master

Abstract. The article presents an analysis of the problem of the characteristics of the emotional state of parents raising a child with visual deprivation. The possibilities of using art-therapeutic techniques in correctional and developmental work with parents of children with disabilities are revealed.

Keywords: emotional state of a parent; art therapy; child with vision deprivation.

В рамках современной гуманистической парадигмы по вопросам воспитания и адаптации в общество детей с депривацией зрения подразумевается активное участие семьи в процессе становления ребенка с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ).

Появление ребенка с сенсорными нарушениями – сильный травмирующий фактор для всей семьи: горечь потери «идеального» ребенка, которого ожидали родители, беспокойство по поводу его состояния здоровья и будущего, разрыв социальных связей, боязнь не справиться с воспитанием «особого» ребенка – все это приводит к деформации отношений внутри семьи, а также общественных контактов с внешним миром [1 с. 285–290].

Сложности ориентировки в микро- и макропространстве, продолжительное проявление инфантилизма в личности ребенка с нарушениями зрения являются проблемами вызывающие обостренное чувство тревоги у родителей воспитывающих таких детей.

Е. М. Мастюкова (2003), ссылаясь на тифлопсихологов Л. И. Солнцеву, В. З. Денискину, считает, что возникновение необходимости в освоении специальных способов коммуникации, осознаются не каждым зрительно сохранным родителем. Ситуации, в которых отсутствуют такие системы взаимодействия приводит как к ограниченности соприкосновения ребенка с окружающей средой, так и к изменению характера взаимоотношений с ним родителей.

Недостаток межличностного взаимодействия между ребенком и его родителем обуславливает нарушение коммуникации, что приводит к формированию инфантильных и эгоистических черт личности у ребенка, наблюдается своеволие по отношению ко взрослым и «эмоциональная» глухота к потребностям близких [4 с. 78–80].

Положение семей, оказавшихся в сложившейся ситуации ряд специалистов (Л. Г. Заборина Н. Е. Карпова, Т. А. Стрелекалова, 2008) характеризует как «внутренний» (психологический) тупик. На данном уровне, для родителей, факт появления ребенка с депривацией зрения является фрустрирующей ситуацией, имеющей продолжительный характер и оказывающей сильное деформирующее воздействие на эмоциональное состояние, которое выражается в проживании родителями негативно окрашенных чувств вины, безысходности, страха, обиды, одиночества, гнева, разочарования, тоски и др.

У родителей детей с депривацией зрения отмечаются личностные черты, проявляющиеся в виде эмоциональной чувствительности и гиперсоциализации. Под эмоциональной чувствительностью понимают повышенную ранимость, обидчивость, выражаемые склонностью все близко принимать к сердцу и легко расстраиваться. Акцентирование внимание на чувство ответственности, долга, ригидность компромиссов все это характеризует гиперсоциализацию, представляющую собой высокую склонность к соответствию нормам референтной группы. Полярное сочетание эмоциональной чувствительности и гиперсоциализации способствует формированию внутреннего противоречия между эмоциональными переживаниями и обязательствами, способствующее возникновению внутреннего нравственно-этического конфликта. Следующей особенностью поведения является неосознанное использование защитных механизмов психики, которые характеризуются замкнутостью, отсутствием естественности и свободы в общении, что определено не столько характером выражения эмоций, сколько ранее имевшимся фрустрирующим опытом межличностного взаимодействия [2].

Трансформация произошедшего и обретение новых жизненных ценностей растягивается порой на длительный период, что может быть обусловлено многими причинами, среди которых психологические особенности личностей самих родителей, комплекс расстройств, характеризующих ту или иную аномалию развития и степень их выраженности, положительно-поддерживающее воздействие социума при контактах с семьей воспитывающей ребенка с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ).

Безусловно, фрустрирующей ситуация является для обоих родителей. Однако учитывая традиционный характер распределения обязанностей между отцом и матерью в большинстве семей и более выраженные симбиотические связи ребенка с матерью, можно предположить, что патогенному воздействию сложившейся ситуации больше подвержены именно матери [7 с. 620–621].

В. В. Ткачева (2014) в своих работах отмечает, что переживания родителей, связанные с рождением больного ребенка, являлись предметом изучения во многих странах. Научный интерес западных исследователей, вызывает степень выраженности эмоционального стресса у родителей аномальных детей, тенденция к социальной изолированности и отчужденности таких семей, проблема стабильности семьи и изменившегося социального статуса родителей (В. Caldwell, С. Davis, S. Guze, В. Goldberg, О. J. Leeson, Н. Molony, К. Stevenson и др.). Она пишет, что в отечественной психологической литературе анализ отдельных проблем семьи ребенка с сенсорными нарушениями изложен в работах ряда авторов Е. Б. Айвазян, Т. Г. Горячевой, Е. М. Мастюковой, М. М. Семаго, И. А. Солнцевой, В. В. Ткачевой и др. Системный подход ко взаимодействию с семьями, воспитывающими ребенка с депривацией зрения рассматривали В. М. Сорокин, В. В. Ткачева, Е. Ю. Шебанец и др. [6 с. 130–136]. Не смотря на столь активное внимание ученых к проблемам семей, имеющих детей с ОВЗ, вопросы оказания помощи родителям, оказавшимся в данной ситуации, по-прежнему не решены и нуждаются в дальнейшей разработке.

Негативные чувства, которые испытывают родители «особого» ребенка, часто не осознаются либо подавляются, что приводит к напряжению и истощению нервной системы, а, следовательно – к эмоциональной деформации. Поэтому наиболее важным направлением в психолого-педагогическом сопровождении семьи ребенка с ОВЗ является работа с эмоциональным состоянием родителей.

Особую ценность психологического коррекционного воздействия в работе со способностью осознавать свои ощущения и чувства, с интерпретацией вытесненных переживаний, сильными эмоциями, осознанием внутренних конфликтов представляет метод арт-терапии.

Арт-терапия является методом коррекции и развития средствами художественного творчества. В. В. Ткачева (2007) в своих трудах сообщает о том, что методологическую основу арт-терапевтического направления в психологии заложили такие известные психологи и психотерапевты, как Т. Боронска, К. Кейз, А. И. Копытин, А. Маслоу, М. Мауро, О. Постальчук, К. Роджерс, К. Тисдейла, З. Фрейд, К. Г. Юнг [5 с. 216–217].

Основываясь на гуманистическом подходе, арт-терапия преследует единую цель – гармоничное развитие человека, расширение возможностей его социальной адаптации посредством искусства.

Сущность арт-терапии в работе с эмоциональным состоянием родителей, воспитывающих детей с депривацией зрения, мы видим в коррекционном воздействии изобразительного искусства на их личность, которое проявляется в переосмыслении стрессовой ситуации с помощью художественно-творческой

деятельности, актуализации переживаний и выведении их во внешнюю форму через продукт художественной деятельности; создании новых, эмоционально позитивных переживаний, их накоплении. Есть свидетельства тому, что выражение мыслей и чувств средствами изобразительного искусства может способствовать улучшению отношений между партнерами и повышению самооценки, мышечному расслаблению, снятию эмоциональной напряженности [3 с. 166–167].

Вышеизложенный анализ научной литературы дает основания использовать арт-терапевтические техники в работе с эмоциональным состоянием родителей детей, воспитывающих детей с депривацией зрения.

Для того что бы увидеть результативность арт-терапевтических приемов, направленных на содержательную переработку стрессовой ситуации и связанных с ней эмоциональных переживаний, родителям была предложена техника «Пейзажи эмоционального состояния». Работа проводилась на базе Государственного общеобразовательного учреждения Луганской Народной Республики «Республиканского учебно-реабилитационного центра» г. Луганска. В исследовании принимали участие матери, воспитывающие незрячих и слабовидящих детей. По завершении практической работы нами был проведен психолого-педагогический анализ осуществляемой деятельности.

Восстановление способности чувствовать и осознавать свои переживания может быть очень важным для преодоления последствий стрессовой ситуации и возвращения к нормальной жизни, выступать одной и задач коррекционно-развивающей работы. Используя данную технику, необходимо донести родителям, что важно не только признавать факт наличия тех или иных чувств, но и высокую вероятность их трансформации. Так, обида и возмущение могут переходить в ярость, а страх может смениться подозрительностью и настороженностью. Положительные переживания могут чередоваться с отрицательными. Это позволит признать, что полученный опыт также может быть с течением времени трансформирован, а боль и страдание не могут продолжаться бесконечно. При выполнении данного упражнения родители создали две картины.

В первой части задания родителям было предложено представить определенный пейзаж и погодные условия, которые могли бы служить метафорой их текущего эмоционального состояния или сложной жизненной ситуации. Затем создать картину, предающую то, что они представили. По завершению этого этапа проводилось описание и самоанализ работы, в котором делался акцент на обозначение своих чувств и физических ощущений в целом, а также при фокусировке внимания на разных деталях созданного рисунка. Описание того, что бы делал родитель, оказавшись в этом месте, позволяет им осуществить поиск скрытых ресурсов и возможностей для трансформации текущего состояния.

Второй этап работы заключался в том, что родители представляли, как можно было бы изменить созданный ими пейзаж и состояния природы в нем, а затем создавали еще одну картину, передающие эти изменения. Рефлексия была направлена не только на осознание чувств, но и на анализ сходств

и различий между обеими картинами, поиском понимания почему они предпочли бы находиться в той или иной обстановке.

Родителям было рекомендовано в качестве самостоятельного домашнего задания попробовать создать несколько других картин, передающих новые варианты трансформации исходного пейзажа и постараться выбрать из них тот, который в наибольшей мере их устраивает [3 с.167–169].

Анализируя коррекционно-развивающее воздействие с использованием арт-терапевтической техники в работе с эмоциональным состоянием родителей, воспитывающих детей с депривацией зрения, можно отметить следующее: практическое занятие позволило дать выход негативным эмоциям и усилить самоконтроль (благодаря работе с внутренним напряжением), помочь расслабиться (использование погружающего упражнения «Представление пейзажей»), сосредоточить свое внимание на чувствах, ощущениях в теле и выразить их (как результат обсуждения продуктов творчества и самоанализа).

Систематическое применение арт-терапевтических техник достаточно эффективно при реализации коррекционно-развивающего направления работы с родителями, воспитывающих детей с ОВЗ. В долгосрочной перспективе результатом использования методов и техник арт-терапии, мы видим актуализацию эмоциональных ресурсов семьи, обеспечивающих способность самостоятельно достигать устойчивости в межличностных отношениях внутри семьи и с окружающим обществом, как в благоприятных, так и стрессовых жизненных ситуациях. Достижение такого состояния позволит создать необходимую индивидуальным особенностям ребенка коррекционно-развивающую среду, в которой родители смогут реализовать адекватные, потребностям ребенка, стратегии воспитания, основанные на целесообразных родительских установках и позициях.

Список литературы

1. Горячева, Т. Г. Личностные особенности матери ребенка с отклонениями в развитии и их влияние на детско-родительские отношения / Т. Г. Горячева, И. А. Солнцева // Психологические проблемы современной российской семьи : материалы II Всерос. науч. конф. Ч. 1 / Под ред. В. К. Шабельникова, А. Г. Лидерса. – М., 2005. – С. 285–298.

2. Заборина, Л. Г. Базисные убеждения родителей детей-инвалидов в условиях хронического стресса : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Л. Г. Заборина ; Ин-т психологии РАН. – М., 2008. – С. 21.

3. Копытин, А. И. Методы арт-терапии в преодолении последствий травматического стресса / А. И. Копытин. – М. : Когито-Центр. – 2014. – С. 166–169.

4. Мастюкова, Е. М. Позиция родителей детей с нарушенным зрением / Е. М. Мастюкова, А. Г. Московкина. – М. : ВЛАДОС. – 2003. – С. 78–80.

5. Ткачёва, В. В. Семья ребенка с ограниченными возможностями здоровья: диагностика и консультирование / В. В. Ткачёва. – М.: Нац-ый книжный центр. – 2014. – С. 130–138.

6. Ткачёва, В. В. Технологии психологической помощи семьям детей с отклонениями в развитии / В.В. Ткачёва. – М. : Астрель. – 2007. – С. 216–220.

7. Цубер, Й. Трудности, возникающие у семей с неполноценными детьми / Й. Цубер // Клиническая психология / Под ред. М. Пере, У. Баумана. – СПб. : Питер, 2002. – С. 620–621.