

## АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ НАПРАВЛЕНИЯ В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ РОДИТЕЛЯМ, ИМЕЮЩИХ «ОСОБЫХ» ДЕТЕЙ

**Носкова М.В.**

*Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Уральский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации, Екатеринбург*

Статья посвящена арт-терапевтической помощи родителям, имеющих «особых» детей. Родители таких детей часто испытывают различные трудности, что может привести их к дезорганизации, неадекватному оцениванию состояния ребенка, нервно-психической неустойчивости, ощущения усталости, в том числе физической, эмоциональное истощение, нормативные стрессы, тревогу. Поэтому требуется оказание своевременной психологической помощи родителям. Оказание психологической помощи родителям с применением различных арт-терапевтических направлений – экологичный, безопасный и эффективный метод работы. В статье представлены различные направления арт-терапии.

**Ключевые слова:** родители, имеющие «особых» детей, арт-терапевтическая помощь, арт-терапевтические техники.

### **Art therapeutic directions in psychological help parents with «special» children**

**Noskova M.V.**

*Federal state-funded educational institution of the higher education*

*«Ural state medical university» of the Ministry of Health of the Russian Federation, Yekaterinburg*

Article is devoted to the art and therapeutic help to parents, the having "special" children. Parents of children often experience various difficulties that can lead them to disorganization, inadequate estimation of a condition of the child, psychological instability, feeling of fatigue, including physical, emotional depletion, standard stresses, alarm. Therefore rendering timely psychological assistance to parents is required. Rendering psychological assistance to parents using various art and therapeutic directions – an eco-friendly, safe and effective method of work. In article various directions of art therapy are provided.

**Keywords:** the parents having "special" children, the art and therapeutic help, art and therapeutic technicians.

Семья – сложное, значимое социальное образование. Она является главным общественным институтом, который играет важную роль, как для каждой личности, так и социума. Для реализации функций семьи и повышения её качества жизни были созданы и описаны необходимые жизненные условия, представленные в концепции государственной семейной политики Российской Федерации на период до 2025 года. Значимыми её концептуальными особенностями являются то, что сегодня стабилизация и поддержание укоренившихся семейных ценностей семьи рассматривается в виде опоры нашего социума. Государство заинтересовано в благополучной семье. Ведь от их благополучия зависит благополучие страны в целом.

Согласно распоряжению Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р утверждена Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года, определяющая воспитание детей как стратегический общенациональный приоритет, требующий консолидации усилий различных институтов гражданского общества и органов управления на федеральном, региональном и муниципальном уровнях [1].

Социальный заказ, определяющий приоритетные направления семейной политики, векторы развития прикладных аспектов психолого-педагогической науки, подчеркивает важнейшую роль семьи в развитии личности, подготовке подрастающих поколений к труду и родительству. Повышение воспитательного потенциала семьи в современном российском обществе требует усиления влияния семьи как системы, формирования эффективного отцовства и материнства, использования эффективных воспитательных практик, технологий семейного воспитания, оптимизации методов взаимодействия родителей с детьми [2].

Воспитание детей – это сложная, ответственная и системная деятельность со стороны родителей. Но ещё большую сложность приобретается, когда семья имеет «особого» ребенка. Это серьезное испытание для всей семьи. Впервые узнав о диагнозе ребенка и осознав эту информацию, родители начинают приспосабливаться к сложившейся ситуации в силу своих возможностей и индивидуальных способностей [3].

Семья – малая группа, первая ячейка общества, где закладывается личность ребенка, формируются характерологические черты, адекватность самооценки, коммуникационное взаимодействие. Современные работы показывают, что чем интенсивнее показывается неблагополучное состояние в семье, тем ярче проявляются нарушения в развитии ребенка. Между родителями и такими детьми взаимоотношения проявляются не всегда однозначно и имеют различные ответные реакции. У родителей можно наблюдать дезорганизацию, неадекватное оценивание состояния ребенка. Они испытывают нервно-психическую неустойчивость, ощущают усталость, эмоциональное истощение, хронические стрессы, тревогу. Когда индивидуально-личностные и поведенческие качества ребенка не соответствуют родительским ожиданиям – может повлечь за собой раздражительность, неудовлетворенность, нарушению детско-родительских отношений. Чаще всего такие родители отказываются от общения и предпочитают одиночество.

Родителей можно классифицировать по личностным особенностям:

*1 группа* – это *импульсивные родители, отличающиеся нетерпимостью, склонностью к риску, высоким уровнем притязаний. В ситуациях стресса они ведут себя активно. Особенно в первые годы жизни своего ребенка они много времени и сил тратят на поиск*

самых лучших врачей и специалистов. С течением времени их силы направляются на поиски наилучших педагогов, учителей, логопедов, психологов. Они отвергают бесперспективность собственного положения, что, в сочетании с импульсивностью, является причиной неадекватных форм поведения. Их могут раздражать недостатки ребенка (внешние данные, отсутствие опрятности, не владение навыками самообслуживания и т.д.). Может проявляться необоснованная жестокость (окрик, физическое наказание) к своим детям.

*2 группа* связана с *пессимистическими личностями*. Как правило, у родителей наблюдается переживание, связанное с осознанием неразрешимости как собственных проблем, так и проблем, связанных с детьми. Для них любая ситуация рассматривается как безысходная. Депрессивные настроения могут быть длительными. Повышенное чувство вины перед своим ребенком снижает активность родителей и лишает их возможности взаимоотношений. Таким образом, возникает коммуникативный барьер между микросоциумом (семьей) и социумом.

*3 группа* родителей характеризуется *сверхконтрольностью*, проявляющаяся в высоком уровне контроля над собственным поведением, умением подчиняться определенным требованиям. Проблемы, которые волнуют их в первую очередь, кроме здоровья ребенка, касаются собственного самочувствия и межличностных отношений. Состояние своего здоровья такие родители рассматривают как результат перенесенных переживаний из-за болезни ребенка.

*4 группа – тревожные семьи*. Тревожность рассматривается как устойчивое качество личности. Свойственна высокая восприимчивость, повышенная чуткость к напряженности, опасности. Проявляются тесные, эмоциональные взаимоотношения между детьми и родителями. Эта эмоциональная привязанность проявляется в конфигурации чрезмерной родительской опеки, а это, в свою очередь, лишает ребенка самостоятельности и незасимости.

Разнообразные последствия воздействия трудностей на семью можно подразделить по тому, на какие сферы жизни семьи они, прежде всего, оказывают неблагоприятное влияние: нарушение воспитательных функций семьи, супружеские отношения и т.п. Сложности в контакте с ребенком, проблемы ухода и воспитания, невозможность самореализации – все это ведет к нарушению в воспитании ребенка. Состояние ребенка воспринимается как препятствие, искажающее удовлетворение потребности в отцовстве и материнстве [4]. Поэтому для таких родителей необходимо своевременное психологическое содействие со стороны специалистов. В свою очередь разрабатывать и

внедрять обучающие программы, обращенные на проработку чувственной, мотивационной, поведенческой и когнитивной сферы.

Теоретический обзор литературы показывает, что данными вопросами занимались Т.А. Добровольская, Дегтярева О. И., В.В. Ткачева, Н.Б. Шабалина и др.

Одним из направлений психологической помощи родителям, имеющих «особого» ребенка является арт-терапевтическая работа. Практико-ориентированная задача состоит в организации системы арт-терапевтической работы, направленной на преодоление комплексного влияния «экстремальной среды», ослабление последствий психотравмирующих переживаний, негативных установок. Поскольку арт-терапия способствует высвобождению чувств раздражения, обиды, отчаяния и др., логично предположить, что свободное выражение спонтанных переживаний в невербальном семиотическом поле с использованием художественных материалов откроет новые ресурсы в дополнение к вербальным способам психологической помощи [5].

Арт-терапия представляет разные направления: рисуночная терапия (лечебное воздействие техник изобразительного искусства), игровая терапия (лечебное воздействие через моделирование и проигрывание ситуаций), сказкотерапия, музыкотерапия (лечебное воздействие через восприятие музыки), цветотерапия (лечебное воздействие через цветовую гамму), коллажирование (например, составление коллажа «Я и мой ребенок»).

Важнейшими целями арт-терапевтических направлений являются:

- акцентирование на осознание родителей на эмоционально-чувственную сферу;
- организация благоприятной, доверительной обстановки, содействующая вербализации и проработке мыслей и чувств;
- содействие родителям высвободить как позитивные, так и негативные чувства, эмоции.

Арт-терапевтические техники можно проводить как в индивидуальной, так и групповой форме.

Также важно рекомендовать родителям выполнение различных домашних заданий с последующей рефлексией. В качестве таких заданий могут выступать написание самоотчетов, письмо своему ребенку, ведение дневников, составление сказки на проработку проблемы, нарисовать подарок ребенку, рисование историй и т.д.

Преимуществом таких техник является «мягкое» психотерапевтическое и психокоррекционное влияние на личность родителя. Они направлены на осознание эмоциональных состояний, творческое самовыражение, укрепление психического

здоровья, получение психологической поддержки, гармонизацию внутреннего состояния, подъем самооценки. Арт-терапевтические техники с одной стороны, способствуют изменению психических состояний в сторону улучшения, уверенности в себе, а, с другой – снижают напряженность, тревожность, фрустрированность.

Вышеизложенный материал подтверждает, о необходимости создания арт-терапевтических групп для родителей в лечебно-профилактических учреждениях, находящихся в условиях стационара. Психологическая помощь с использованием арт-терапевтических техник – созидательный процесс, позволяющий осознание родителем, как себя, так и дитя, проявление эмоции, снижение волнения. Эти техники сконцентрированы на коррекцию когнитивной, регулятивной и эмоционально-чувственной сфер личности, а также формирование компетентного родительства.

#### Список литературы

1. Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. N 996-р г. Москва «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»
2. Токарева Ю.А., Носкова М.В., Свеженцева Е.А. Феномен современного отцовства: монография. – Екатеринбург: Уральская государственная медицинская академия, 2014. – 285 с.
3. Дегтярева О. И. Созависимость как дисфункциональный способ решения проблем семьи, имеющей «особого» ребенка. Социальное обслуживание семей и детей: научно- методический сборник. Изд-во: Санкт-Петербургское государственное бюджетное учреждение «Городской информационно-методический центр «Семья», 2015. № 6. С.80-86
4. Целевич Т.И., Белобородова Е.А. Теория и практика психосоциальной работы: учебное пособие. – М.: ФОРУМ: ИНФРА-М, 2013. – 352 с.
5. Лебедева Л.Д. Восстановительная арт-терапия эмоциональных состояний онкобольных //Л.Д. Лебедева // Клиническая и специальная психология, 2012. № 3.

---

Носкова Марина Владимировна - кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии и педагогики, ФГБОУ ВО Уральский государственный медицинский университет Минздрава России. адрес: 620028, г. Екатеринбург, ул. Репина, д.3. каб.223, раб тел. 8(343) 214-87-91, mn66@mail.ru