

Правополушарное рисование как способ оптимизации психологического состояния детей с ОВЗ

Любой человек способен выразить себя, свои чувства и свое состояние мелодией, звуком, движением, рисованием. А для детей с ОВЗ - это единственный способ заявить миру о себе как о творческой личности. Арт-терапия способствует процессу осознания себя и своего места в мире людей, предметов, явлений, даёт возможность отреагировать собственные страхи, агрессию, внутренние конфликты. Одним из наиболее распространённых и эффективных видов арт-терапии является изотерапия, где в качестве основного психотерапевтического средства используется рисунок.

В качестве социально-реабилитирующей и терапевтической методики мною выбрана методика правополушарного рисования. Суть этой методики очень проста и эффективна. При подъеме активности правого полушария и балансировки его с уровнем левого происходят уникальные вещи: производительность работы мозга увеличивается в 5 раз, повышается скорость принятия решений, включается режим вдохновения и окрыленности, внутреннего спокойствия, гармонии, проявляющийся во всех областях деятельности, что в разы улучшает уровень качества жизни ребёнка. Перепады настроения, излишняя агрессивность, неустойчивость эмоционального состояния — все эти «прелести» уходят под влиянием правополушарного рисования. Зато появляются: уверенность в своих силах, возможность самоутвердиться и завести новых друзей.

Данная методика даёт возможность работать с любыми людьми, в том числе, детьми с ограниченными возможностями здоровья. Даёт возможность использовать метод изотерапии у детей, «не умеющих рисовать», и таким образом научить их отреагировать свои эмоциональные проблемы. Также, она способствует оптимизации психического состояния ребёнка за счёт гармонизации работы двух полушарий мозга и создаёт, таким образом, условия для развития творческого мышления, а также – служит основой профилактики возникновения психических и психосоматических заболеваний. За счёт быстрой результативности повышает самооценку подростка, его уверенность в себе, способствует пополнению эмоционального ресурса у детей со сниженной самооценкой (замкнутых, неуверенных в себе), развитию позитивного мироощущения.

Данная методика была апробирована мною на детях и взрослых разных социальных групп и категорий: здоровых детях от 3 до 16 лет, детях-инвалидах, детях, оставшихся без попечения родителей, взрослых. Работа проводилась и индивидуально и в группах. В результате использования правополушарного рисования были отмечены следующие изменения:

- Уменьшение или полное снятие «комплекса художественной неполноценности».
- Повышение мотивации не только к занятиям изобразительной деятельностью, но и к другим видам деятельности.

- Развитие и активизация творческого потенциала – в процессе занятий дети придумывали свои авторские изобразительные техники.
- Формирование нового видения, свежего восприятия окружающего мира.
- Положительная динамика в развитии невербального интеллекта: образного мышления, пространственного воображения, зрительно-моторной координации (особенно у детей с ОВЗ).

Программой предусмотрены задания, как для индивидуального, так и для коллективного исполнения. При коллективном обсуждении результатов дается положительная оценка деятельности ребенка, тем самым создается благоприятный эмоциональный фон, способствующий формированию творческого мышления, фантазии. Творческий подход к работе, воспитанный в процессе занятий, дети перенесут в дальнейшем во все виды общественно-полезной деятельности.

Применяются такие формы занятий как урок-беседа, урок-лекция, урок-игра, групповые, комбинированные, урок-конкурс.

Задачи программы будут достигнуты, если ребенок на занятии займет позицию «Я хочу это сделать сам». Основная направленность не столько помочь ребенку в осознании или изготовлении, сколько создать условия, при которых его потенциал будет использован полностью

- Согласно исследованиям Бетти Эдвардс, чтобы хорошо рисовать, нужно научиться переходить в режим особого правополушарного видения. Основная проблема - сам переход в режим «особого видения».
- Человек уже умеет рисовать, но старые привычки восприятия мешают этой способности проявиться, блокируют ее.
- Детям.
- Дети изначально правополушарны.

Они воспринимают мир таким, какой он есть – ярким, красочным и интересным, поэтому они такие фантазеры и мечтатели. И уже позже у ребенка развивается аналитическое мышление. Традиционная школьная система также больше ориентирована на развитие левого полушария. Поэтому, чтобы правое полушарие «не скучало», можно рисовать по данному методу.

. Сильный оздоровительный эффект. Правополушарная методика очень хорошо погружает человека в процесс медитации, в состояние ЗДЕСЬ И СЕЙЧАС.

Полностью абстрагирует от внешних проблем человека, переключая внимание, снимает психологическое напряжение.