

Государственное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Поморский государственный университет имени М.В. Ломоносова»
Институт развития ребенка

Северодвинская городская общественная организация –
Ассоциация общественных объединений инвалидов «Поможем детям»

О.А. Ларионова

А.Н. Подopleкин



**ПРИМЕНЕНИЕ СРЕДСТВ АРТТЕРАПИИ
В КОРРЕКЦИИ СИНДРОМА ДЕФИЦИТА ВНИМАНИЯ
С ГИПЕРАКТИВНОСТЬЮ У ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО
ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Государственное образовательное учреждение
Поморский государственный университет
имени М.В.Ломоносова
ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА

Государственное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Поморский государственный университет имени М.В. Ломоносова»
Институт развития ребенка

Северодвинская городская общественная организация – Ассоциация
общественных объединений инвалидов «Поможем детям»

О.А. Ларионова
А.Н. Подоплекин

**ПРИМЕНЕНИЕ СРЕДСТВ АРТТЕРАПИИ
В КОРРЕКЦИИ СИНДРОМА ДЕФИЦИТА
ВНИМАНИЯ С ГИПЕРАКТИВНОСТЬЮ У ДЕТЕЙ
МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Методические рекомендации

Архангельск
Поморский университет
2009

Печатается по решению редакционно-издательской комиссии Института развития ребенка Поморского университета

Авторы: **Ларионова О.А.**, старший преподаватель кафедры специальной педагогики и психологии ПГУ им. М.В. Ломоносова, педагог-дефектолог СДВГ-центра «Содействие»
Подолёкин А.Н., ассистент кафедры физиологии и патологии развития человека ПГУ имени М.В. Ломоносова, психофизиолог СДВГ-центра «Содействие»

Рецензенты: **Паиков М.Н.**, кандидат медицинских наук, доцент кафедры физиологии и патологии развития человека, заместитель директора по консультативно-диагностической работе Института развития ребенка ПГУ им. М.В. Ломоносова
Депутат И.С., кандидат биологических наук, доцент кафедры специальной педагогики и психологии ПГУ им. М.В. Ломоносова, психолог СДВГ-центра «Содействие»

Работа выполнена при поддержке гранта РГНФ № 07-06-00622а (2007-2009гг.) и аналитической ведомственной целевой программы «Развитие научного потенциала высшей школы (2009-2010гг.)», № 2.2.3.3/438

Методические рекомендации содержат сведения о возможности применения арттерапии в коррекции основных проявлений СДВГ у детей. Дано описание системы арттерапевтической коррекции. Приводятся результаты собственных исследований эффективности предложенного комплекса занятий.

Рекомендации предназначены для студентов факультетов коррекционной педагогики и других педагогических специальностей, психологов и врачей, занимающихся коррекцией СДВГ.

© Поморский университет, 2009

Введение

Синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ) – один из достаточно новых типов отклоняющегося развития. На современном этапе общепринятым является положение, согласно которому в решении проблем детей СДВГ следует использовать мультимодальный подход. Воздействие должно быть комплексным, то есть включать как медицинскую терапию, психотерапевтические методы, так и средства психолого-педагогического коррекционного воздействия.

В работе с детьми очень важно использовать гибкие формы психокоррекционной работы. Арттерапия – это специализированная форма психотерапии, основанная на искусстве, в первую очередь изобразительной и творческой деятельности. Арттерапия – один из эффективных подходов к осуществлению психологической помощи гиперактивным детям, поскольку она повышает адаптационные способности ребенка к повседневной жизни в школе, снижает утомление, ликвидирует негативные эмоциональные состояния и их проявления, связанные с обучением, опирается на здоровый потенциал личности, внутренние механизмы саморегуляции, развивает чувство внутреннего контроля, помогает выстраивать отношения с ребенком на основе понимания и эмпатии, компенсируя их возможное отсутствие в семье ребенка.

Основываясь на теоретических положениях классиков отечественной и зарубежной психологии, учитывая значимость творческой деятельности, заложенной в искусстве, и синкретизм различных видов деятельности, мы предположили, что арттерапию для психического развития детей с СДВГ можно использовать в качестве основного средства. Из многообразия видов арттерапии мы считаем целесообразным использование в психокоррекции проявлений гиперактивности следующие виды: изотерапию (воздействие средствами изобразительного искусства), кинезиотерапию (воздействие через движение), а также музыкотерапию (воздействие посредством музыки) как фон всего коррекционного воздействия. Данный комплекс воздействия

будет особенно актуальным для оптимизации и гармонизации психического развития и деятельности детей с проявлениями синдрома гиперактивности благодаря творчеству, синкретичности разных видов деятельности, развитию знаково-символической функции и предпочтительность данных видов детской деятельности для детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста.

Манипуляции, связанные с созданием самим ребенком продукции обладают психокоррекционным эффектом, это могут быть художественные описания, драматическая импровизация на основе созданных образов, передача некой информации посредством движения, танец. В процессе художественной экспрессии происходит сенсорная стимуляция, развитие моторики, достигается релаксирующий эффект за счет выхода «сырых аффектов», приобретаются навыки психической саморегуляции за счет достижения контроля над материалами изобразительной деятельности.

Важным фактором психокоррекционного воздействия при арттерапии является выстраивание психологических отношений, в создании которых главное значение имеет эмпатия. Д. Финджеральд отмечает, что «психологи, обладающие достаточной эмпатией, заинтересованностью своих клиентов, способны пробудить в них чувство уважения к себе и веру в благоприятный исход психологической помощи, умение установить с ним психологический альянс, при котором личностный положительный потенциал ребенка, сможет лишь укрепляться» [1].

По мнению А.И. Копытина, все многообразие факторов психокоррекционного воздействия в арттерапии можно свести к трем наиболее важным:

- фактор художественной экспрессии;
- фактор психологических отношений;
- фактор интерпретации и вербальной обратной связи.

Фактор художественной экспрессии связан «с выражением чувств, потребностей и мыслей клиента посредством его работы с различными изобразительными материалами и созданием художественных образов» [8, с.5].

Художественная экспрессия представляет собой процесс, развернутый во времени и имеет несколько этапов:

- этап подготовки и «настройки на художественную деятельность»;
- этап непосредственного отреагирования чувств и потребностей в экспрессивном поведении с минимальным осознанием ребенком психологического содержания продукции (этап «выплескивания чувств»);
- этап постепенной трансформации хаотичной и малосодержательной художественной экспрессии в более сложную художественную продукцию, с постепенным осознанием ее психологического смысла, с переводом ее в символические образы [8, с.22-23].

Современная арттерапевтическая практика свидетельствует о том, что «для достижения психокоррекционных эффектов, связанных с фактором художественной экспрессии, большое значение имеет как то, что предшествует созданию художественных образов, так и то, что за этим следует», без прохождения этих этапов достижения психокоррекционного эффекта невозможно. В определенных условиях эффект может быть достигнут и без символаобразования и создания фигуративных образов. В таких случаях психокоррекционный эффект обусловлен «сенсорной стимуляцией, развитием моторики, достижением расслабляющего эффекта за счет выхода «сырых аффектов», «выплескивания эмоций» или развития навыков психической саморегуляции за счет достижения контроля над материалами изобразительной деятельности».

Музыка, как и другие виды искусства, развивает не только специфическую, но всеобщую, универсальную способность человека, которая, будучи развитой, реализуется в любой сфере деятельности и познания (Э.В. Ильенков, 1984). Музыка используется в коррекции эмоциональных состояний, чрезмерной двигательной активности, речевых нарушений, которые зачастую свойственны детям с СДВГ, способствует формированию произвольного внимания. Игра на му-

зыкальных инструментах при создании собственного музыкального произведения – интересное и плодотворное занятие для большинства гиперактивных детей, с точки зрения релаксации собственной эмоциональной сферы. Важное условие создания музыки – полная свобода и возможность проявления творчества, возможность выбора инструмента и его замены на любом этапе творчества, не игра по ограничению (ноты), а импровизация. Все это развивает произвольное восприятие и внимание в слуховой модальности, самоконтроль, самооценку и главное умение произвольно регулировать собственную активность. Развитию синтетического восприятия ребенка с СДВГ способствуют танцы и рисование музыки или под музыку. После «сочинения» музыки дети рисуют то, что сыграно, используя многообразие материалов, а затем изображают все в движении.

Танец – это сильное арттерапевтическое средство, способствующее раскрытию личности, выражению радости, горя, боли, грусти, агрессии (Гренлюнд Э., Оганесян Н.Ю., 2004). Танцы под музыку корректируют эмоциональные и речевые нарушения, трудности межличностных контактов. Спонтанное движение помогает осознать собственное тело, развивает навыки конструктивного общения, именно это позволяет осуществлять произвольно контроль за собственной активностью, что приводит к улучшению эмоционального и физического состояния детей с СДВГ.

Использование психогимнастики как средства кинезиотерапии позволяет ребенку с СДВГ научиться понимать свое тело, управлять собственными движениями, развивать произвольность поведения, снижать импульсивность и другое.

Рисование – это творческий акт, позволяющий ребенку ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, освободиться от конфликтов и сильных переживаний, развить эмпатию, быть самим собой, свободно выражать мечты и надежды. Это не только отражение в сознании детей окружающей и социальной действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней. Некоторые ученые склонны рассматривать рисова-

ние как один из путей выполнения программы совершенствования организма.

Рисование развивает чувственно-двигательную координацию. Его развивающий потенциал заключается в том, что оно требует согласованного участия многих психических функций.

Изотерапевтические виды деятельности: рисунок, лепка, аппликация способствуют формированию навыка внутреннего самоконтроля, концентрации внимания на ощущениях и чувствах. Активная творческая деятельность способствует снижению мышечного и эмоционального напряжения. Рисование пальцами или ступнями ног, развивают у гиперактивного ребенка кинестетическое восприятие. Проективный рисунок и техника структурированного рисунка в работе с данной категорией детей необходимы для создания благоприятной психологической атмосферы, развитию эмпатии и корригированию функций произвольного внимания, благодаря этому воспитывается умение произвольно регулировать собственную активность.

Детям с СДВГ изотерапия дает возможность активно участвовать в процессе коррекции: продукты творчества создаются руками ребенка. Совместная творческая деятельность помогает импульсивным детям научиться работать вместе со сверстниками или взрослыми, контролируя собственные поведенческие реакции (Оклендер В., 2001). Если такая работа происходит с семьей, то психолог получает представление о внутрисемейных проблемах и способах их решения [4].

Независимо от конкретного вида арттерапии (музыкотерапии, изотерапии, кинезиотерапии) фактор психологических отношений является одним из наиболее значимых факторов психокоррекционного воздействия (Фиджеральд, 2001), к ним относятся следующие функции психолога:

- создание атмосферы терпимости и безопасности для свободного выражения клиентом своих переживаний в тех или иных формах художественной экспрессии;
- структурирование и организация деятельности клиента за счет формирования определенной системы правил его поведения, ак-

центрирования его внимания на художественной деятельности, обучения определенным способам работы и используемым материалом;

- установление с клиентом эмоционального резонанса, необходимого для обмена чувствами, образами, для диалога с клиентом как на вербальном, так и на невербальном уровне;
- использование психологом различных возможностей для оказания эмоциональной поддержки, в осознании своих чувств и мыслей, проблем и систем отношений с окружающими.

Для отражения эмоций достаточно самых простых средств художественного выражения линии и цвета. По мнению Шарля Анри эстетика линии передает эмоциональное состояние, направленность активности. Линия «вносит упорядоченность и структурирует наше восприятие».

Арттерапия особенно эффективна в тех случаях, когда ребенок не может ясно и четко выражать свои мысли вербально, невербальный язык общения повышает уверенность, что его слышат и понимают. Так как в основе арттерапии лежит творческая деятельность, позволяющая ребенку самореализовываться и самовыражаться, то это помогает ему адаптироваться к социуму. Ребенок может самостоятельно выбрать как вид деятельности, так и материал (глину, бумагу, краски, мелки и т.д.), именно это необходимо формировать у гиперактивных детей, которые испытывают огромные трудности в позиции выбора и принятия решения. Через арттерапевтические средства (сказку, рисунок, пантомиму и другое) у ребенка есть возможность снять напряжение, давая выход социально неприемлемым негативным эмоциям и чувствам. Для детей с СДВГ, привыкших к порицаниям и низкому уровню академической успешности, арттерапевтическая деятельность может стать одним из способов раскрытия их сильных сторон, видов деятельности, в которых они могут реализовать свой потенциал, что в конечном итоге способствует повышению их самооценки и статуса в группе или в классе.

Психолог через совместную с ребенком творческую деятельность по восстановлению истинной картины мира одновременно воссоздает идеальные формы детско-взрослой общности. Творческий акт ребенка, «всякий акт искусства» непременно включает, как свое обязательное условие, предшествующие ему акты рационального познания, понимания, узнавания, ассоциации и т.п. (Л.С.Выготский, 1987). Ребенок с того момента, когда он овладевает речью, языком, с помощью которого он уже может моделировать мир, «создавая его символический аналог в виде текста - словесного высказывания, нарисованной картинки, постройки, вылепленной фигурки и т.д.», он стремится упорядочить нахлынувшие со всех сторон впечатления, обобщить их в знания о мире в виде доступной для него «умопостигаемой модели мироздания» [3].

Поскольку арттерапия является терапией путем творческого самовыражения, то с полным основанием можно предположить, что это свойство арттерапии «открывает практически безграничные возможности для личного роста» [2, с.37]. Арттерапия – один из эффективных подходов к осуществлению психологической помощи гиперактивным детям, поскольку она повышает адаптационные способности ребенка к повседневной жизни в образовательном пространстве, снижает утомление, ликвидирует негативные эмоциональные состояния и их проявления, связанные с обучением, опирается на здоровый потенциал личности, внутренние механизмы саморегуляции, развивает чувство внутреннего самоконтроля, помогает выстраивать отношения с ребенком на основе любви и привязанности (Л.Д.Лебедева, 2003).

Методологическую базу предлагаемого подхода составляют следующие положения:

- положение Л.С. Выготского о ведущей роли обучения и воспитания в психическом развитии ребенка, которое нашло подтверждение в нейрофизиологических исследованиях и выражается в том, что чем более интенсивный и разнообразный поток информации проходит через сознание ребенка, тем быстрее происходит

функциональное и анатомическое созревание центральной нервной системы;

- научные данные психофизиологии о речевых процессах как о сложнейшей системе сенсомоторных координаций;
- положение П.К. Анохина о том, что на ранних этапах развития особенно отчетливо выступает связь высших психических процессов с их чувственной основой;
- положения нейропсихологии об этапах развития пространственно-временных аспектов психической деятельности человека.

Основываясь на определении системы, анализе психолого-педагогической литературы по проблеме исследования и изучении опыта организации коррекционной работы в образовательных учреждениях мы разработали систему арттерапевтического воздействия на симптомокомплекс гиперактивности у младших школьников с СДВГ. Создание такой системы обусловлено тем, что в настоящее время существуют отдельные приемы, средства и методы корригирования нарушений психомоторной активности, но нет целостной системы, направленной на сглаживание проявлений гиперактивности в детском возрасте.

Между всеми элементами системы существует гармоничная тесная связь, при которой изменение одних из них вызывает то или иное изменение других, а нередко и системы в целом (В.Г. Афанасьев 1981). Все элементы системы служат общей системной цели. Следовательно, основным системообразующим элементом коррекционной системы является цель, так как она обуславливает сам факт создания системы и определяет задачи, отбор содержания, средства реализации и условия. Цель предлагаемой нами психокоррекционной системы заключалась в изучение возможности применения и эффективности психокоррекционной помощи детям младшего школьного возраста с СДВГ средствами арттерапии.

Система арттерапевтической коррекции симптомокомплекса СДВГ

Для достижения поставленной цели мы проанализировали симптомы СДВГ в младшем школьном возрасте и подобрали адекватный комплекс арттерапевтических средств, разработали программу и апробировали данный комплекс средств арттерапии, а также оценили эффективность психокоррекционной помощи психофизиологическим и психолого-педагогическим методами.

Коррекционно-развивающая система рассчитана на детей младшего школьного возраста с синдромом дефицита внимания при гиперактивности.

Исследование проводилось в группе детей с проявлениями различной степени выраженности СДВГ по заключениям специалистов в результате комплексного обследования в научно-образовательном СДВГ-центре «Содействие» Института развития ребенка ПГУ имени М.В. Ломоносова. Группа состояла из 18 детей обоего пола 10–11 лет. В течение четырех месяцев с данными детьми два раза в неделю проводились подгрупповые занятия (в подгруппе по девять человек) на базе МОУ СОШ № 25. Всего было проведено 32 занятия.

До начала экспериментальной работы был проведен констатирующий эксперимент, по окончании контрольный эксперимент, оба эксперимента включали в себя следующие **параметры оценки** состояния детей:

1. Уровень психологического комфорта (по анализу цветовой гаммы рисунков и уровня тревожности с помощью проективной методики),
2. Анализ уровня развития внимания: для определения уровня концентрации внимания, его устойчивости, распределения и переключаемости у школьника использовался вариант теста Мюнстерберга,
3. Уровень социальной адаптации детей (по показателям социометрии и уровню социальной адаптации по результатам методики УСА по заключению школьного психолога),

4. Экспертная оценка проявлений СДВГ у детей в целом педагогами и родителями (по результатам анкетирования),

5. Оценка функциональной активности головного мозга с помощью аппаратно-программного диагностического комплекса «Нейроэнергометр-03».

Комплексное воздействие, основанное на арттерапевтических методиках, осуществлялось через интеграцию кинезиотерапии (ритмических упражнений, психогимнастических этюдов, танцевдвигательных упражнений, ритмопластики, фоноритмики и другое) с изотерапией (техника структурированного рисунка – методика «Драконовы ключи», рисование под музыку, технологии пальцевого рисования, приемы тематического рисования, технология рисунков по кругу, методика «Лабиринты» по Бардиеру, техника «Каракули Винниконта») и со средствами арттерапевтического воздействия музыкотерапии (релаксация в виде музыкальных снов, музыкально-психологический массаж, музыкорисование и другое). Это позволяет решить следующие задачи: укрепить костно-мышечный аппарат, изменить общую реактивность организма, разрушить патологические динамические стереотипы, способствует формированию двигательных кинестезий, пространственно-временных представлений и развивает способность произвольно передвигаться в пространстве. Опосредованно данная система работы имеет большое значение для развития темпа и ритма речевого дыхания, развития орального праксиса, укрепления мимической мускулатуры, формирования фонематической системы, развития темпо-ритмических и мелодико-интонационных характеристик речи, умения сочетать движения и речь, т.е. подчинять их единому ритму.

Мы считаем что, воздействие средств арттерапии обуславливает системную перестройку психической сферы детей с СДВГ: формируется мотивация ребенка СДВГ к деятельности, совершенствуется произвольность в сосредоточении на результативном выполнении предложенного задания, формируется умение выслушивать инструкцию до конца, сглаживается собственная импульсивность в поведении, возрастает личностная заинтересованность в достижении результата,

более успешно учитывается предыдущий опыт, помогающий исправить ошибку или улучшить результат собственной деятельности и т.д. Понятно, что в нашем исследовании мы не можем показать реальный эффект перестройки и повышения качества мотивации, сглаживания импульсивности, повышение личностной заинтересованности и другое, поскольку это не выступало специальным предметом нашего исследования, но внешние проявления положительной динамики этих показателей после проведения психологического эксперимента были налицо. Упомянутые изменения повышают качество и произвольность психомоторных навыков детей данной категории.

Так как не все виды арттерапии эффективно влияют на сглаживание проявлений СДВГ, нами были выделены направления арттерапии и характеристики арттерапевтических средств, используемые в групповой работе, способствующие более быстрому преодолению проблем в поведении детей. Среди них такие как: изотерапия, кинезиотерапия и музыкотерапия, а также арттерапевтические средства и групповые методы: пальцевое рисование, психогимнастические этюды, техника структурированного рисунка, приемы мотопедагогтики, музыкально-психологический массаж, фоноритмика, непосредственное переживание (модели поведения подкрепляются или ослабляются непосредственно в действии); проговаривание переживаний (эмоционально пережитый инсайт, который ведет к непосредственно ощущаемым переменам, чувству интеграции, прояснения и завершению процесса); вызывание переживаний (для обретения нового значения переживаний и научение соответствующим реакциям); вызов эмоций (отреагирование негативных и вытесненных эмоций) и др. Необходимо совпадение телесного чувствования и осознания, чтобы произошло изменение поведения.

Мы пришли к заключению, что данные арттерапевтические психотехники, технологии, упражнения, как составляющие метода групповой работы (в дальнейшем - психотехника, как прием или совокупность приемов психологического воздействия) - это специальный инструмент, с помощью которого оказывается целенаправленное

влияние на ребенка с СДВГ с целью развития произвольности и изменения его стереотипов, мотивов, поступков, эмоциональных реакций, применяемый в определенных специфических (групповых) условиях.

Для проведения арттерапевтических психокоррекционных занятий или упражнений необходимы психолого-педагогические условия:

- создание благоприятной психологической атмосферы для проведения занятий;
- постоянное привлечение внимания детей;
- пробуждение у воспитанников интереса к выполнению упражнений.

Методика психокоррекционной помощи проводилась в форме психологического тренинга:

1. Тренинги, ориентированные на развитие специальных умений;
2. Тренинги, нацеленные на углубление опыта анализа ситуаций общения. Имеется в виду повышение адекватности анализа себя, партнера по общению, групповой ситуации в целом.

Психокоррекционная помощь проводилась в данной форме, так как для детей младшего школьного возраста она является предпочтительной. В групповых тренинговых занятиях нами использовались два основных вида арттерапии: изотерапия (психокоррекция посредством изобразительной деятельности); кинезиотерапия (психокоррекция через различные формы и средства движений). В занятиях виды арттерапии применялись по очереди, вначале 30 минут тренингового занятия использовались средства кинезиотерапии, а затем 30 минут – средства изотерапии.

Работа тренинговой группы отличалась рядом специфических особенностей:

- активность участников тренинга носила особый характер, поскольку они вовлекались в проигрывание специальных упражнений для отработки каких-либо личностных качеств, умений, установок, проявляющихся в первую очередь в общении;
- на тренинге делался акцент на создание атмосферы безопасности.

Поэтому не должно существовать неправильного или ошибочного выполнения упражнений;

- ребенок в тренинге принимал участие добровольно, то есть имел право отказаться от выполнения того или иного упражнения. Мы старались организовать тренинг так, чтобы дети хотели в нем участвовать и побуждали участников к рефлексии (на доступном данному возрасту уровне) процессов, происходящих в группе;
- правила поведения на тренинге были менее регламентированы, чем на уроках, в том числе снижен внешний контроль. Участники тренинга частично сами контролировали свое поведение. В отличие от учебных занятий дети сидели на стульях в кругу или на ковре, видели глаза друг друга, это позволяло им говорить с места, не вставая и не поднимая руки;
- для детей 10-11 лет оптимальный состав группы 8 - 10 человек и продолжительность 60 минут. При формировании группы мы учитывали личностные особенности детей;
- оптимальная частота проведения тренинга – два раза в неделю.

Комплексное занятие обычно состояло из трех блоков: разминки, основного блока и заключительного блока. Разминка подготавливала детей к непривычной для них форме тренинга. При этом подчеркивалась необходимость говорить по очереди, слушать друг друга, соблюдать очередность при выборе ведущего в игре и вводился запрет на выкрикивание «можно, я ...». Основной блок состоял из нескольких частей и включал, в основном, арттерапевтические методики, технологии и приемы.

Заключительный блок ставил своей основной целью снятие у детей эмоционального возбуждения.

Психокоррекционная работа по развитию произвольности психомоторной сферы строилась по двум основным направлениям:

1. Преодоление недостатков предпосылок моторной активности,
2. Коррекция собственно моторных недостатков.

Преодоление недостатков предпосылок моторной активности

1. Для развития подвижности и умения **регулировать мышечный тонус** нами использовались, например такие упражнения и игры:

- прием музыкально-психологического массажа:

подгруппе детей предлагается прослушать (для большей сосредоточенности - с закрытыми глазами) насыщенный отрицательными аффектами музыкальный фрагмент продолжительностью 2 минуты, при этом они вспоминают неприятность, которую пережили, навеянную музыкой. Затем дается команда «Стоп!» и включается спокойная плавная музыка, под которую надо моментально сбросить мышечное напряжение, возникшее в результате переживания неприятного момента. В процессе восприятия первых фрагментов идет напряжение мышц тела, нарастает чувство тревоги и беспокойства. При восприятии вторых – дети учатся расслаблять мышцы и сбрасывать свое внутреннее напряжение, происходит тренаж подвижности нервных процессов через мышечный тонус;

- техника пальцевого рисования:

ребенку предлагается нарисовать свое настроение, которое навеяла музыка, для этого дети рисуют пальчиками, используя баночки с гуашевой краской (музыкальные фрагменты звучат как фон во время рисования);

- релаксационные упражнения через напряжение-расслабления:

Упражнение «Олени» (расслабление рук). Ход: дети сидят в кругу. Представим себе, что мы - олени. Поднять руки над головой, скрепить их, широко расставив пальцы. Вот какие рога у оленя! Напрягите руки. Они стали твердыми! Нам трудно и неудобно держать так руки. Напряжение неприятно. Быстро опустите руки, уроните их на колени. Расслабили руки. Спокойно. Вдох-выдох. Затем дети двигаются по комнате и выполняют движения по тексту:

Посмотрите: мы - олени,
Рвется ветер нам навстречу!
Ветер стих, расправим плечи,
Руки снова на колени.

А теперь немножко лени...

Руки не напряжены и расслаблены.

Знайте, девочки и мальчики,

Отдыхают ваши пальчики!

Упражнение «Кораблик» (расслабление мышц рук, ног и корпуса). Ход: представьте себе, что мы на корабле. Качает. Чтобы не упасть, расставьте ноги пошире и прижмите их к полу. Руки сцепите за спиной. Качнуло палубу, прижимаем к полу правую ногу (правая нога напряжена, левая расслаблена, немного согнута в колене, носком касается пола). Выпрямились! Расслабили ногу. Качнуло в другую сторону, прижимаем к полу левую ногу. Выпрямились. Вдох - выдох!

Стало палубу качать!

Ногу к палубе прижать!

Крепче ногу прижимаем,

А другую расслабляем.

- Интегрированная музыкотерапевтическая техника - музыкорисование:

на фоне контрастных музыкальных фрагментов дети рисуют музыку точками, линиями, различными каракулями и прочее, главное – объяснение детей, как они изображали разные по интенсивности звучания и темпа фрагменты, в то же время в ходе рисования постоянно меняется мышечное чувство руки, таким образом, дети учатся регулировать мышечный тонус.

- Игра-импровизация с изотерапевтической техникой по типу «разговор с какой-либо частью тела».
- Игра самомассаж «Мое тело»: дети повторяли за экспериментатором и показывали то, о чем говорилось с целью снятия мышечных зажимов:

- головушка-соловушка (глядят голову);

- лобик-тобик (набычиться);

- носик-абрикосик (закрывают глазки и попадают пальчиком в кончик своего носа);

- щечки-комочки (мнут пальчиками щечки, трут их тихонько ладошками);
- губки-голубки (вытягивают губки в трубочку);
- зубочки-дубочки (стучат тихонько зубками);
- бородушка-молодушка (гладят подбородок);
- глазки-краски (раскрывают пошире глазки, смотрят сколько красок вокруг);
- реснички-сестрички (моргают);
- ушки-непослушки (потирают свои ушки);
- шейка-индейка (вытягивают свою шейку);
- плечики-кузнечики (дергают плечиками вверх-вниз);
- ручки-хватучки (хватают вокруг себя);
- пальчики-мальчики (шевелият пальчиками рук);
- грудочка-уточка (выпячивают вперед свою грудку);
- пузик-арбузик (выставляют животик вперед);
- спинка-тростинка (вытягивают спинку);
- коленки-поленки (приседают);
- ножки-сапожки (топают ножками).

- Игра «Ноги»: проводилась с целью: снятие напряжения с помощью ролевой гимнастики. Ход: «По таинственной дороге шли таинственные ноги...Маршировали, как медведь (как старушка, как малыш, как лиса и т.д.). Как они шли?»

2. Работая над темпом движения происходило обучение детей управлению собственными движениями мы использовали следующие игровые кинезиотерапевтические упражнения и изотерапевтические техники:

- Особое внимание уделялось упражнениям, выполнение которых регулирует характер музыки. Например, в игре «Река и ручейки» лиричные музыкальные отрывки сопровождаются плавными движениями, имитирующими движения пловца – «реку» надо переплывать; музыкальные отрывки, имеющие подвижный, задорный характер, сопровождаются прыжками – через «ручейки» можно и перепрыгивать.

- «Забавные человечки» (двигательная и эмоциональная разминка). Фоном звучит музыка И.С. Баха «Шутка». Цель: создание благоприятной атмосферы, снижение эмоционального напряжения, развитие двигательной маневренности по команде ведущего. Ход: «Ноги без запинки шли по тропинке» (бежали, топали, прыгали, скакали и т.д.).

- Полезна, например, такая подвижная игра, когда детям в конце занятия разрешается под музыку носиться по кругу, изображая диких, необъезженных лошадей. По условию, «лошади», как только смолкнет музыка, должны не спеша возвращаться в «конюшню» (ложиться на маты). Тот, кто сделает это, получает похвалу или поощрение в виде конфеты и т. п. («корм для лошади»). Существует множество вариаций подобных упражнений на торможение. Важно, чтобы дети приняли правила игры и умели самостоятельно останавливаться. Изображая всадников, которые по сигналу умеют внезапно остановить скакуна, или играя в индейцев, которые в бешеном темпе мчатся на своих диких лошадях к краю «ущелья» (обозначается толстым канатом или меловой чертой), чтобы резко обуздать «над краем пропасти» своих лошадей, гиперактивные дети неизменно переживают положительные эмоции оттого, что им удастся изобразить умелого наездника.

- Игровое упражнение «Рукопожатие по кругу»: дети стоят в кругу, держась за руки, передают рукопожатия в разном темпе ориентируясь либо на команды ведущего, либо на темп звучания музыкального отрывка.
- Изотерапевтическая техника «Каракули Винниконта»: дети изображают каракули с различной скоростью в зависимости от темпа звучания подобранных музыкальных фрагментов.
- Подвижные игры с дидактической направленностью: такой вид подвижной игры, в отличие от строго регламентированных движений, всегда связан с инициативным моментом решения двигательных и дидактических задач и протекает на эмоциональном

фоне, стимулирующем двигательную активность и умственную работоспособность, отодвигая возникновение утомления. В подвижной игре с дидактической направленностью гармонично сочетаются два начала: учебно-познавательное и игровое двигательное. В подвижной игре с дидактической направленностью дети учатся объединять движение и полученные на занятиях и в повседневной жизни разрозненные знания, факты, систематизируя их в единое целостное представление об окружающей действительности. Например: игра «Карусели», игра «Броуновское движение».

- Двигаться по улицам города, выстроенного на полу зала с помощью мягкого строителя и канатов (модули — это дома, а канатами выкладываются улицы) в разном темпе:
 - как можно быстрее ходить по улицам, ведя перед собой воздушные шарик;
 - ходить, не позволяя воздушным шарикам перелетать за левую и правую сторону улицы;
 - стараться избегать столкновений с автомобилями на перекрестках и при обгонах (автомобили — это дети).
 - Кинезиоупражнения с воздушными шарами по Пассольту:
 - играть с помощью воздушных шариков в теннис или бадминтон в темпе замедленной киносъемки;
 - по команде, не теряя шарик, как можно быстрее образовать группы по два-три человека;
 - в игре «старт—стоп» вести перед собой воздушные шарик с помощью мухобойки, варьируя скорость от нуля до самой большой: то ускоряя движение, то замедляя его, то совсем останавливаясь.
 - Танцедвигательное упражнение «Придумай свой танец»: дети придумывают танец под предложенную музыку, главное условие — соблюдение музыкального темпа.
- ### 3. Развитие чувства ритма:
- Ориентировку на ритм движений и переключение с одного ритма на другой специалисты формировали в процессе занятий по

слуховому, зрительному и тактильному восприятию (с опорой на графическую модель): «сделай как я», «выложи, постучи, похлопай, потопай так, как я». При этом сопряженно-отраженно отрабатываются:

- ритм повтора: / / /, // // // (карточки одинаковые);
- ритм чередования: / / / / / / / / /, / / / /, // // // (чередуются карточки двух цветов);
- ритм противопоставления: / / / / /, // // //, // // // (чередуются карточки двух цветов и размеров).

Так, занимаясь постановкой и автоматизацией правильного звукопроизношения у ребенка, взрослый упражнял его в ориентировке на ритм повтора и чередования:

- чередовать произнесение пар гласных звуков, например «а-у», «а-и». При этом во время произнесения использовать звуки, противоположные по артикуляционным характеристикам. («А» — губы не напряжены, расстояние между резцами приблизительно равно толщине большого пальца, поставленного ребром, язык лежит на дне ротовой полости без напряжения; руки подняты чуть в стороны вверх. «У» — губы вытянуты вперед, язык оттянут назад сильнее, чем при «О», кончик языка значительно отдален от нижних резцов, руки вытянуты вперед и т. д.);
- слогов: «ЛА — ЛА — ЛА! Одинаково сказала. Язычок вверх. ЛА — па — Ла — па! Язычок то наверху, то внизу. Делай как я».

При этом формировалось умение осуществлять безошибочную переключаемость с одного артикуляционного движения на другое. Для развития способности дифференцировать слоги использовались прием повторений серий слогов с различающимися гласными и согласными звуками, с акустически далекими и акустически близкими звуками.

Сначала движения давались в замедленном темпе с переходом на средний, а затем — с переходом на быстрый. Например: су-та-си-то, па-та-ма-на, па-та-ка-ха, па-ка-ха-ха, та-ко-хо-хо.

Данные музыкально-ритмические игровые упражнения необходимы для воспитания точности, дифференцированности, четкости, плавности и устойчивости артикулярных движений. В то же время, при работе над слоговой структурой слова специалист помогал оценить правильность-неправильность произносимого взрослым образца («Там маМА или МАма?», «Ты кушаешь КАшу или каШУ?») и т.д.).

Проговаривание слов и предложений можно сопровождать дирижированием (движение руки относится к произнесению одного или нескольких слов на выдохе). Предложение произносится на одном выдохе, совместно с педагогом. Движения плавные, переходящие одно в другое. Может быть использован прием наращивания слов. Вдох - Выдох: Снег! – Вдох - Выдох: Падают снег! – Вдох - Выдох: Тихо падает снег! - Выдох: Тихо падает белый снег! - Выдох: Тихо падает белый пушистый снег!

- Изотерапевтическая технология «Графическая музыка»: изображение музыки ритмическим рисунком.
- Согласно представлениям современных исследователей, изначально согласование языковой и ритмической ориентировки происходит в виде ориентировки на ритм повтора, чередования и противопоставления. Скажем, во время проведения занятий по развитию и коррекции общих движений ритм чередования подчеркивался речевой инструкцией педагога: «Руки вверх! Вниз! Вверх! Вниз! Теперь куда? Правильно, вверх!», «Присесть, встать, присесть, встать» и т.д.

Затем он усложняется:

а) ритмом симметрии (• = •) – «Отставить правую ногу вправо, приставить. Отставить левую ногу влево, приставить», «Присесть. Повернуть голову вправо, повернуть голову влево. Встать. Повернуть голову вправо, повернуть голову влево» и т.д.;

б) противопоставлением пары движений одиночному движению (• • • или • • •) – «Поставить голову прямо. Повернуть голову влево. Повернуть голову вправо. Поставить голову прямо», «Раз-два! Прыгаем как зайчики! Раз! Прыгаем как тигры!» и т.д.

- Психогимнастический этюд «Аплодисменты» (хлопки со сменой ритма в зависимости от предлагаемых эмоций, от наглядной или слуховой инструкции ведущего).

- Технология «Фоноритмика», где с помощью правильно выполненного физиологического движения получается фонетически правильный образ звука. Например, игра «Звуковые фигуры» или «Звуковые эффекты» - дети произносят звуки, добиваясь различных звуковых эффектов, звуковых нюансов. Цель: создание ситуации выхода аффективных реакций через звуковые эффекты.

- на едином выдохе усиливать звук, а затем ослаблять.
- издавать резкие, отрывистые звуки на выдохе.
- “бырчание” - произносить звуки сомкнутыми губами.
- “звуковые качели” - изменять звук по высоте.

Использовали упражнения для четкого проговаривания гласных звуков (фонетическая ритмика гласных звуков без музыкального сопровождения):

«О» — движения рук снизу вверх через стороны (по 4 раза) — «комар»;

«А» — движения рук сверху вниз через стороны — «птицы летят»;

«У» — руки вытягиваются вперед параллельно — «паровоз гудит»;

«И» — от плеч руки вытягиваются в разные стороны — «раздвигаем стены»;

«З» — руки спереди назад, плавательное движение брассом — «три волны»;

«Ь» — рывки назад согнутыми в локтях руками — «раздвигаем деревья»;

- Кинезиоупражнения по Пассольту с воздушным шариком или мячом: дети закрывали глаза; педагог, руководящий игрой, касанием определял ребенка, который должен, ритмично постукивая по воздушному шару, посылать сигнал. Дети совершали следующие действия:

- пытались воспроизвести услышанный звук (ритмическое чередование звуков),

- сидя зажимали воздушный шарик между ногами, как барабан, брали две мухобойки в руки, как барабанные палочки, и выбивали на воздушном шарике заданный ритм.

4. Развитие ориентировки в пространстве:

- Ходьба и маршировка в различных направлениях с использованием игровых приемов (музыкотерапевтическая техника «Расставь посты»: дети маршируют под музыку Шуберта «Марш» друг за другом. Впереди идет командир. Когда командир хлопнет в ладоши, идущий последним ребенок должен немедленно остановиться. Так командир расставляет всех детей в задуманном порядке (линейка, круг, по углам и т.д.); игра – импровизация сочетающая в себе музыкотерапию, танцетерапию и пантомиму «Ноги без запинки шли как лисичка... по тропинке» и т.д.).
- Кинезиотерапевтические упражнения в управлении своим телом при передвижении в пространстве. Дети учатся передвигаться под контролем зрения, не наталкиваясь на предметы или людей, сначала медленно, а потом все быстрее и, наконец, бегом. Поначалу дети учатся обходить лишь несколько препятствий. Создается небольшая группа играющих. Дети, движущиеся в самых разных направлениях, представляют друг для друга «препятствия». Перемещаясь, дети стараются не натолкнуться на товарища.
- Есть множество игровых упражнений, с помощью которых дети могут осваивать управление своими движениями. На полу зала можно, например, выложить скакалками или «волшебными шнурами» более или менее узкие проходы с поворотами и перекрестками и предложить передвигаться по ним вперед или назад, шагом, бегом или прыжками.
- Кинезиоупражнения с воздушными шарами Пассольта:
 - воздушный шарик с помощью ударов в соответствии с командой доставить в угол, к двери, к боковой стене, к другому ребенку и т.д.;
 - ходить, не позволяя воздушным шарикам перелетать за ле-

вую и правую сторону улицы, которую создали в зале с помощью мягких модулей;

- стараться избегать столкновений с автомобилями на перекрестках и при обгонах двигаясь из пункта отправления в пункт назначения, пользуясь графической схемой маршрута (автомобили — это дети).

Двигаться вместе с воздушным шариком или мячом:

- попеременно ударять по воздушному шару то мухобойкой, то какой-нибудь частью тела, или по мячу попеременно то кляшкой, то частью тела;

при громком назывании какого-нибудь цвета производить соответствующее движение (например, голубой означает лежать, красный — стоять на коленях, желтый — подпрыгивать, зеленый - сидеть), удерживая при этом шарик наверху;

по команде собираться вместе, жонглируя воздушными шариками, бежать в угол зала, образовать квадрат, прямоугольник и т.д.;

- закрыть глаза; педагог, руководящий игрой, касанием определяет ребенка, который должен, ритмично постукивая по воздушному шару, послать сигнал.

Дети совершают следующие действия:

- указывают направление, в котором находится источник звука,

- указывают направление и сами идут туда.

- Изотерапевтическая технология «Лабиринты Бардиера» ориентирование в пространстве комнаты, стола, листа при прохождении различного рода лабиринтов, затем раскрашивание и рисование собственного лабиринтного пути.

Коррекция собственно моторных недостатков

1. Для развития *статической координации движений общей моторики* использовались упражнения и игры на тренировку опороспособности и равновесия с музыкальным и речевым сопровождением. Музыкальный аккомпанемент подбирался таким образом, чтобы способствовать активизации внимания и не допускать эмоционального перевозбуждения, развивать произвольность. В связи с этим выполнение детьми упражнений обычно сопровождается мелодичной, ритмичной, негромкой музыкой медленного и среднего темпа. Двигательные упражнения с речевым сопровождением воспитывают в детях умение вслушиваться в речь и генерировать ответные двигательные реакции. Одновременно эти упражнения формируют у детей подражательность движениям, часто употребляемым в жизни.

На первоначальных этапах обучения специалист сам мелодекламирует тексты, а задача детей заключается в удержании заданной позы и регулировании фаз начала и завершения упражнения в соответствии с началом и концом речевого и музыкального сопровождения.

Например, использовались такие игры, как «В зоопарке», «В лесу», «На лугу». В их ходе каждый ребенок «застывает» в определенной позе, изображающей какое-либо живое существо, а педагог или психолог отгадывает, что воспитанник хотел изобразить:

- «заяц» – положение на корточках, руки около головы подняты вверх;
- «цветок» – стоять на двух ногах, руки вытянуты вдоль туловища;
- «медведь» – ноги и руки широко расставлены в стороны и т.д.

Игра «Будь внимателен!» (пантомимика, внимание). Цель: стимулирование функций внимания; обучение быстрому и точному реагированию на звуковые сигналы, удержание позы. Ход: дети стоят группой, свободно. Каждый ребенок находится на расстоянии от другого примерно на полметра. Звучит маршевая музыка В.А. Моцарта «Турецкий марш» (исполнение в записи). Дети маршируют под музыку свободно, у кого как получается. В ходе марширования руководитель

игры произвольно, с разными интервалами дает команды, а дети реализуют движения в соответствии с командой:

| Команда | Движение |
|---------|---|
| Зайчики | Дети прыгают, имитируя движения зайца |
| Лошадки | Дети ударяют ногой об пол, как будто лошадь бьет копытом |
| Раки | Дети пьются, как раки (спиной) |
| Птицы | Дети бегают раскинув руки (имитация полета птицы) |
| Аист | Стоять на одной ноге |
| Лягушка | Присесть и скакать вприсядку |
| Собачки | Дети сгибают руки (имитация движения, когда «собака служит») и лают |
| Коровы | Дети встают на руки и ноги (четыре ноги у коровы) и произносят «му-у-у» |
| Курочки | Дети ходят, «ищут зерна» на полу и произносят «ко-ко-ко» |

Этому же способствовали игры-соревнования («Где мы были, мы не скажем, а что делали – покажем», «Как мы маме помогали»), в которых одна команда детей предлагала другой угадать, какие действия она совершает. Условиями, усложняющими выполнение заданий, являются включение в занятия упражнений на уменьшение площади опоры, изменение ее высоты, изменение положения тела в пространстве.

Для развития работоспособности мышц и выносливости использовались упражнения на сопротивление «Кто сильнее?» (ребенок сцепляет руки в замок перед собой, педагог пытается их разъединить), «Держим потолок» (ребенок вытягивает руки вверх над собой, педагог пробует их опустить, надавливая на раскрытые ладони).

Нами детям предлагались манипуляции с собственной рукой и различными предметами. Для развития тонкой моторной статичности использовались такие игры, как «Птички кушают», «Волшебные превращения», «Замри», «Кто пришел в гости», «Фокусник» и др., суть которых заключается в пассивном, пассивно-активном или активном придании кисти ребенка определенной позы. Важно, что основной за-

дачей этого раздела работы являлась разработка пальцевого праксиса при максимальном использовании доступных движений.

Развитие мимических мышц строилось на использовании естественных мимических движений:

- «Плакса» – зажмуривание глаз;
- «Надуем шарик» – надувание щек без сопротивления и с надавливанием;
- «Мы удивились» – приподнимание и опускание надбровных дуг;
- «Тигренок» – оскаливание зубов;
- «Упрямые бараны» – нахмуривание мышц лба;
- «Солнышко дразнится» – высовывание языка и т.д.

Нами также была предложена изотерапевтическая техника «Азбука эмоций» - упражнение по физиономистике. Проводя данное упражнение просили найти отличия в лице при выражении чувства огорчения и радости, либо гнева и удивления, а затем изобразить лицо с данными чувствами, а потом выразить их каждому перед зеркалом.

| Признаки | Огорчение (обида) | Радость |
|----------|------------------------|-----------------------|
| Лоб | в морщинках | Ровный |
| Брови | Сдвинуты к носу | чуть приподняты |
| Глаза | Грустные, чуть сужены | веселые с искринкой |
| Щеки | Опущены | Приподняты |
| Рот | Маленький, уголки вниз | большой, уголки вверх |

2. Развитие динамической координации крупной моторики осуществлялось в упражнениях и играх, представляющих собой комплексы специально организованных синтетических движений и физических упражнений прикладного характера со значительным общим воздействием на организм.

Тренировка двигательных навыков в этом блоке заданий осуществлялась сериями по 3-5-8 движений. Игровой материал подбирался в той же последовательности, что и в предыдущих зада-

ниях: пассивное, пассивно-активное, активное выполнение движений (сначала только с музыкальным сопровождением, затем и с речевым).

Сначала упражнения предполагали чередование активных движений со статическими позами: «Море волнуется...», «День и ночь», «Магазин игрушек» и т.д. Так, например, в игре «Магазин игрушек» дети принимали определенные позы в присутствии «продавца» и свободно двигались, когда он отворачивался (игроки, чьи движения будут замечены «продавцом», выходят из игры). Более сложными являлись задания, в которых требовалось чередовать активные движения разного характера: «Зайка серый умывается», «Прыг, стоп, хлопок», «Птичка клюет зернышки».

В игре «Прыг, стоп, хлопок» дети идут под музыку друг за другом. На сигнал «прыг» они подпрыгивали, на сигнал «стоп» – останавливались и стояли в течение 3-5 секунд, на сигнал «хлоп» – продолжали идти и хлопали в ладоши. Из игры выходил тот, кто ошибался.

Особое внимание уделялось упражнениям, выполнение которых регулирует характер музыки.

Постепенно вводились упражнения и игры с предметами (обручами, мячами, лентами, палками и т.д.). Эти упражнения являлись достаточно сложными, развивали статическую и динамическую согласованность движений, точность и пластику движений.

Динамическая координация пальцев рук совершенствовалась и развивалась в играх с речевым сопровождением, построенных на принципах пальчиковой гимнастики («Сорока-белобока», «Семья», «Дождик» и другие) и средствами имажотерапии (пальчиковый и теневой театр).

В этом же разделе работы использовались игры, направленные на развитие умелости и ловкости рук, быстроты и точности движений: «Воздушный шарик», «Попади в цель», «Чья лошадка быстрее?» и др. Например, игра «Воздушный шарик» проводилась как соревнование между 2-5 детьми, каждый из которых держал в руках палочку длиной 20 см с привязанным к ней на ленточке воздушным шариком. Под задорную

музыку дети наматывали ленточку на палочку: чей шарик приблизится первым, тот и победил.

При коррекции недостатков динамической координации лицевой и артикуляционной моторики сначала тренировались движения отдельных лицевых мышц, затем они объединялись в комплексы, отражающие такие сложные чувства, как радость, огорчение, обиду, ликование и т.д. На всех этапах работы использовался наглядный материал: картинки с изображением людей, лица которых выражают различные чувства, карточки с условным графическим изображением эмоций, фотографии. Для закрепления умения придавать лицу нужное выражение, проводились инсценировки песен, игры-драматизации, использовались игры типа «Лото». В последнем случае дети сидели на ковре кружком, в центре которого лежали карточки с изображением эмоций (рисунком вниз). Играющие по очереди брали карточки, не показывая, их друг другу, затем один ребенок мимически передавал изображенную на его карточке эмоцию, а остальные, ее угадывали. После этого устанавливалось соответствие ответа изображению.

Для развития артикуляционной моторики на занятиях ритмикой и арттренингах психолога проводятся упражнения для губ, языка, нижней челюсти. Например:

- «Прятки» – чередование плотного смыкания губ с растягиванием их в улыбке с обнажением зубов;
- «Вкусное варенье» – круговое скользящее движение языка по губам;
- «Футбол» – движения языка вправо и влево в полости рта с выпячиванием щеки;
- «Язычок сердится» – упор кончика языка в альвеолы верхних резцов и др.

Упражнения выполнялись ритмично, под счет, на акцент в музыке.

Позднее детям предлагались задания, в которых артикуляционные позы сочетаются с движениями разных частей тела:

- открыть широко рот и развести руки в стороны;

- округлить губы и руками показать обруч;
- вытянуть губы вперед «трубочкой» и потянуться за руками вперед;
- растянуть губы в улыбке и поднять руки через стороны вверх, встав на носки.

3. Для развития *двигательной памяти и переключаемости* подбирались упражнения, состоящие из серий последовательно повторяющихся движений, причем сначала серия может состоять из 2-3 движений, затем из 5-6 («Роботы», «Регулировщик», «Зеркало», «Умное эхо» и т.д.). Например, в игре «Умное эхо» дети стоят в двух шеренгах напротив друг друга, одна шеренга – «туристы», которые показывают серию движений, другая шеренга – «эхо», которое повторяет заданную серию.

Для формирования навыка противопоставления использовались сравнение и осуществление движений, различающихся:

- по силе и скорости (сильно – слабо, высоко – низко, далеко – близко, быстро – медленно, осторожно – порывисто);
- по типу движения (бег, ходьба, прыжки, ползание, лазание);
- по участию разных мышечных групп (всего туловища, нижних и верхних конечностей, шеи и головы). В дальнейшем приступают к осуществлению перекрестных движений (левая – правая рука, левая – правая нога, левая нога – правая рука, правая нога – левая рука). Например, в положении сидя, воспитаннику предлагалась одновременно вращать руку в одну сторону, а ногу – в другую; левой рукой «забивать гвоздь молотком», а правой «гладить утюгом». Педагоги во время проведения физкультминуток, музыкальные руководители в ходе занятий по логоритмике, фоноритмике и театральной деятельности, физкультурные работники на занятиях физической культурой в ходе подвижных игр, психологи на специальных занятиях в ходе психогимнастики или психокоррекционных игр с этими же целями используют кинезиотерапию, музыкотерапию и изотерапию.

Развитие двигательной памяти нами было осуществлено на основе отдельных движений, уже отработанных в статических упражнениях. При этом основным речевым материалом были русские народные сказки («Лиса и Журавль», «Репка», «Теремок» и др.), рассказ которых сопровождался построением фигур из кисти и пальцев рук, изображающих главных персонажей, также это проводилось в форме постановки пальчикового театрального действия.

4. Для **сглаживания проявлений симптомокомплекса гиперактивности** при использовании средств арттерапии нами оказывалось воздействие на произвольное внимание и импульсивность:

Каждое занятие тренинга по арттерапии являлось комплексным и включало такие направления как музыкотерапия, изотерапия и кинезиотерапия и также их сочетания. Занятия проводились психологом в условиях сенсорной комнаты.

Музыкотерапия имеет в своей основе несловесное внушение, определяющее настроение, поднимающее ребенка над своими переживаниями, помогающее преодолеть негативное состояние. Музыкотерапия использовалась как единственное средство воздействия на индивидуальных занятиях при рецептивном воздействии (пассивное прослушивание музыки), при активном воздействии совместно с изотерапией (музыкорисование).

Изотерапия позволяет изображать свое состояние, настроение красками. Образы, цветовая гамма в рисунках отражают подсознательные процессы психики, такие как страхи, фантазии, нарушения эмоционально-волевой сферы ребенка.

Психогимнастика позволяет снять чрезмерное напряжение и тревожность, тренирует психомоторные функции ребенка, развивает внимание.

Психомышечная релаксация (аутотренинг) - специальный метод самостоятельного воздействия на свой организм, создающий снятие стресса путем глубокого мышечного расслабления, изменения функционального состояния нервной системы. К достоинствам этого метода можно отнести глубокий и стойкий эффект при внешней

поверхности уровня психологической проработки, возможность использования базового навыка релаксации для многих целей: снятие страхов на жизненные ситуации, лучший контроль импульсивности. Эффективность аутотренинга при коррекции тревожно-депрессивных состояний и переутомлений оценивается как достигающая 80% успешности. Чрезвычайно целесообразно также проведение занятий по обучению психомышечной саморегуляции в условиях специальной сенсорной комнаты. Преимущества объединения обучения психомышечной саморегуляции с условиями сенсорной комнаты можно определить тем, что сенсорная комната своей изолированностью, необычностью обстановки естественным образом создает соответствующий настрой релаксации, ухода от стрессовых стимулов внешнего мира; использование специальных матов, подушек и сухого бассейна позволяют значительно легче, чем даже обычные кресла создать положение тела, удобное для обучения произвольной релаксации; оптические эффекты сенсорной комнаты позволяют переключать внимание обучающихся; свето-звучо-тактильная стимуляция в сенсорной комнате легко может быть ассоциирована с природными релаксирующими объектами, что усиливает глубину релаксации. Занятия в условиях сенсорной комнаты способствуют снижению гнева. Возможно выражение эмоций в танце, представляя себя в образе животного, соответствующего характеру музыки, использование стимулов сенсорной комнаты (специального освещения, тактильных дорожек, вьющихся полосок и др.) для воображения образов, связанных с природой. Положительные эмоции являются мощным антистрессовым фактором, считается, что периоды эмоционального напряжения у человека даже в самых острых ситуациях не опасны для здоровья, если они завершаются периодами активного отдыха, расслабления, сопровождаются положительными эмоциональными ощущениями. Когда ребенок смотрит, например, на светящиеся трубки с пузырьками, слушает особо подобранную музыку и вспоминает какие-либо травмирующие события, удерживаемые до этого тяжелые эмоции психотравматического события стираются из памяти.

4.1. Арттерапевтические упражнения и игры для улучшения и стабилизации активного внимания:

Мы постепенно снижали зависимость гиперактивных детей от зрительных раздражителей, которую они постоянно испытывают. К этому переходили после того, как появились признаки структурирования их моторной активности. Тогда мы побуждали их к кратковременному добровольному закрыванию глаз сначала непродолжительному, а затем все более продолжительному сосредоточению внимания на сигналах, воспринимаемых с помощью слуха и осязания, используя например ауторелаксацию «Волшебный сон»:

Дети находились в позе покоя. Психолог давал им следующую установку:

Сейчас, когда я буду читать стихи, вы закроете глаза. Начинается игра «Волшебный сон». Вы не заснете по-настоящему, будете все слышать, но не будете двигаться, и открывать глаза, пока не «проснетесь». Внимательно слушайте и повторяйте про себя мои слова. Шептать не надо. Спокойно отдыхайте, закрыв глаза. «Волшебный сон» закончится, когда я скажу: «Открыть глаза». Внимание наступит «Волшебный сон».

Реснички опускаются... Глазки закрываются...

Мы спокойно отдыхаем, (2р.)

Сном волшебным засыпаем.

Дышится легко, ровно, глубоко,

Наши руки отдыхают...

Ноги тоже отдыхают,

Отдыхают, засыпают.

Шея не напряжена

И расслаблена она...

Губы чуть приоткрываются,

Все чудесно расслабляется. (2р.)

Дышится легко... ровно... глубоко...

(Длительная пауза)

Мы спокойно отдыхали,

Сном волшебным засыпали.

Хорошо нам отдыхать!

Но пора уже вставать!

Крепче кулачки сжимаем,

Их повыше поднимаем.

Подтянуться! Улыбнуться!

Всем открыть глаза и встать!

Читается медленно, тихим голосом с длительными паузами, фон - спокойная, расслабляющая музыка – хоральные прелюдии И.С. Баха.

После использования таких упражнений отмечалось, как поведение гиперактивных детей менялось к лучшему, когда на короткое время удавалось исключить источники зрительного стимулирования. В этих условиях они начинали понимать, что есть еще и другие источники получения чувственной информации. Им удавалось быстрее ориентироваться в различных ситуациях, опираясь на осязание и слух. Например, в игре «Слепой и поводырь» ребенок, выполняющий роль поводыря, подводит партнера по игре к предметам обстановки и тот угадывает их после обследования, затем ему предлагалось описать свой двигательный маршрут, после чего в паре менялись роли. Чем проще на первое время структурирована окружающая среда, тем быстрее дети учатся мобилизовывать внимание на требуемый промежуток времени.

Сначала мы представляли ведущую роль зрительному ориентированию и осязанию. Помещение и находящиеся в нем препятствия дети сначала внимательно осматривали, а затем исследовали и опознавали с закрытыми глазами, только с помощью рук. Впоследствии использовали упражнения и без предварительного зрительного приготовления; ощупывали предметы, определяли их положение в помещении. Кроме описанных упражнений предлагали детям сначала приблизиться к изучаемым предметам шагом или ползком. Если при этом надо найти источник звука, они старались выполнить поиск с опорой на слух. Также давались упражнения определить материал, из которого сделан предмет (дерево, металл, поролон), находящийся перед

ребенком в данный момент. Он узнавал это по звуку, ударяя гимнастической палкой по предмету.

При выполнении таких упражнений дети сами выбирали, каким способом они на время выключают зрение: то ли замурив глаза, то ли закрыв их ладонями, то ли наложив на глаза повязку. Любая форма принуждения исключается. Избавиться от этих неприятных ощущений им помогало разрешение вначале немного подглядывать. Любая попытка добровольно закрыть глаза, естественно, поощрялась похвалой, пока дети не начинали прилагать максимум старания как можно дольше держать глаза закрытыми. Подобный опыт восприятия, приобретаемый в игровой форме, систематически, на протяжении длительного времени, положительно сказывается на выработке у гиперактивных детей умения контролировать свое поведение. Они становятся заметно спокойнее и внимательнее. В практике работы хорошо зарекомендовал себя такой прием, когда после интенсивной двигательной активности, например «Минутки шалости» или игры «Жуки», дети, пока звучит очень ритмичная музыка, должны совершать барахтающиеся движения руками и ногами одновременно, после этого детям разрешалось расслабиться, некоторое время, лежа на спине с закрытыми глазами. Эти периоды расслабления удобно использовать для повышения слухового внимания, например, рассказывались коротенькие занимательные истории с продолжением. При проведении игр подходящим является и такой прием, как использование слов-сигналов или звуков-сигналов на которые дети должны ответить определенным образом: на громкий звук лежать «звездой», на тихий – «солдатином», на один хлопок совершать движения «рыбкой», на два хлопка – «пловцом». Игра «Капитаны» учит выполнять любую команду ведущего, как слышится слово-сигнал.

В арсенале кинезиотерапии имеется множество увлекательных задач, при выполнении которых каждый ребенок изо всех сил старался первым что-либо идентифицировать или дифференцировать. Такие упражнения на концентрацию внимания проводились, только когда дети находились в спокойном состоянии, например, после релакса-

ции, так как собственные движения детей сильно мешали целенаправленному зрительному восприятию.

Одна из занимательных задач, в частности, заключалась в том, чтобы узнать предметы (их может быть несколько), которые демонстрировались в течение всего лишь нескольких секунд. Названия узнаваемых предметов дети по памяти зарисовывали на доске или на листе бумаги или же шепотом сообщали на ухо педагогу.

Интересен комбинированный прием музыкотерапии и изотерапии «Картилотерапия»: во время демонстрации картины художника П. Видякина «Осень», звучит музыкальный фрагмент из произведения П.И. Чайковского «Осень». Цель: снижение эмоционального напряжения посредством восприятия картины на фоне музыки; развитие концентрации внимания, обучение детей вербализации своего чувственного опыта и выражению своего настроения. Дети отвечают на вопрос: «Какое у вас было настроение, когда вы слушали музыку?», когда картина закрывалась, задавался вопрос: «Что было на ней изображено и как расположено?».

В другом случае педагог объяснял детям содержание задачи с помощью пантомимы. Например, он показывал, что нужно делать с мячом: принести его, катать, бросать его вверх, стучать по нему или пытаться попасть им в цель. Воспринимая этот «язык жестов», дети проявляли высокую устойчивость и концентрацию внимания. На данной основе может быть множество вариантов игр и упражнений.

При выполнении в состоянии покоя самых разных заданий на концентрацию визуального внимания постепенно переходили к решению тех же задач в движении. Если, скажем, до сих пор дети стояли или сидели, выполняя задание на узнавание объектов, то на следующем этапе им предлагается сделать это, двигаясь вокруг объектов, которые на короткое время будут им открыты для обозрения. Еще сложнее выполнить это задание во время бега. Роль визуально воспринимаемого объекта может играть и сам педагог. Например, он подает руками сигнал, по которому дети должны остановиться, или принимает различные позы, которые дети должны как можно быстрее скопировать,

также нами реализовывалось кинезиотерапевтическое упражнение «делай то, что видишь, а не то, что слышишь» и т.д.

Нами отмечен большой потенциал для активизации и стабилизации свойств внимания при реализации изотерапевтической техники структурированного рисунка «Драконовы ключи» данная методика использует матрицы образных рисунков, который создаются компьютерной графикой. Методика проводилась как увлекательная игра-раскраска. Данная техника способствует стабилизации не только всех свойств внимания, но развитию самоконтроля, графомоторных навыков, координационных способностей.

С детьми использовали кинезиотерапевтические игровые упражнения все эти упражнения варьировались нами, предлагая детям разные предметы (мячи, ленты, гимнастические палки и прочее):

А) Ударить по воздушному шару определенным образом:

- стараться попасть мухобойкой по возможности в середину воздушного шарика;
- попасть по воздушному шару с возможно большим шумом;
- ударить по воздушному шару так, чтобы он лопнул;
- ударить по воздушному шару так, чтобы он поднялся как можно выше;
- ударить по воздушному шару так, чтобы он ударился о пол;
- подпрыгнуть и ударить по воздушному шару, когда он находится в наивысшей точке полета;
- попасть по воздушному шару мухобойкой с закрытыми глазами.

Б) Балансировать воздушным шаром:

- удерживать воздушный шар в равновесии с помощью одной или двух мухобоек, слегка ударя по нему;
- удерживать воздушный шар в равновесии в воздухе, не ударя по нему;
- удерживать воздушный шар, зажав его между двумя мухобойками или их рукоятками;
- взять в каждую руку по мухобойке и стараться попеременно

вести воздушный шар то в одну сторону, то в другую;

- взять две мухобойки за рукоятки в одну руку и перебрасывать воздушный шар с одной хлопущки на другую;
- как можно быстрее вращать воздушный шар вокруг оси, используя при этом как хлопущку, так и рукоятку мухобойки;
- подбросить воздушный шар вверх: помощью мухобойки и снова мягко поймать его мухобойкой.

В) Мысленно путешествовать вместе с воздушным шаром:

- детям предлагается лечь на пол и закрыть глаза; им рассказывают историю о воздушном шарике, который летит вокруг света, убегая от мухобойки, которая его преследует;
- предложить детям продолжить эту историю.

Г) Детям предлагают понаблюдать за воздушными шариками: какого цвета воздушные шары у других детей?

- у кого самый маленький и у кого самый большой воздушный шарик?
- у скольких детей голубой шарик? желтый? красный? Как зовут этих детей?
- следить за траекторией полета воздушного шарика. Как только шарик коснется пола, дети садятся на пол;
- следить за полетом воздушного шарика в темноте с помощью карманного фонарика.

Д) Все воздушные шары кладутся под покрывало. Покрывало быстро приподнимается и снова опускается:

- сколько воздушных шариков под покрывалом?
- какого цвета эти воздушные шары?
- сколько вообще цветов представлено?
- сколько воздушных шариков одного цвета?
- какого цвета самый маленький, самый большой воздушный шарик?

4.2. Преодоление импульсивности:

Нами были подобраны кинезиотерапевтические игры и упражнения, основанные на способе действия предложенным немецкими специалистами: между актом восприятия стимула и двигательной

реакцией считается необходимым включить небольшую паузу для обдумывания. Соответствующий сигнал звучит так: «Стоп!» Во время этой паузы импульсивные дети приводят себя в состояние неподвижности. Второй сигнал, согласно формуле, — «Смотри!» Это сигнал, по которому дети должны учиться зрительно оценивать новую ситуацию. Затем идет сигнал «Слушай!», за которым следуют, если они необходимы, указания педагога. Последняя команда «Думай!» дает детям возможность для продумывания и планирования своих действий.

«Стоп! — Смотри! — Слушай! — Думай!» — эту формулу следует закреплять в памяти гиперактивных детей всеми способами. Мы использовали для этого разнообразные зрительные образы. Например, сигнал «Стоп!» — это нарисованная на листе картона рука, подающая сигнал остановки, или макет светофора со встроенными световыми сигналами. Дети сами выбирали тот или иной знак. Большой глаз, нарисованный на листе белого картона, обозначал команду «Смотри!», изображение уха — команду «Слушай!». Эмблему для команды «Думай!» дети предлагали сами, причем обычно это была человеческая голова с изображением молнии, что символизировало острый ум. Зрительный образ мы дополняли словами: «Включить голову!» После некоторого периода адаптации оказалось, что подобные словесные комментарии усваивались настолько, что приобретали форму мысли.

Перед началом любой деятельности применявшееся вначале проговаривание зарекомендовало себя как отличное средство структурирования и осознания собственных стратегий действия. Мы ставили, к примеру, задачу достать из открытого ящика мяч или воздушный шарик, не прибегая к помощи рук. Ребенок, у которого блеснула догадка или созрел план, как это сделать, сообщал об этом шепотом взрослому на ухо. Можно действовать и наоборот, т. е. сначала методом проб и ошибок дети выполняли саму задачу и лишь потом педагог просил рассказать, как была решена проблема.

Предварительное проговаривание плана действий вслух или шепотом применялось длительное время, и только позже детям предлага-

лось проговаривать ход выполнения задачи про себя.

Изотерапевтическая технология «рисунок по кругу», направлена на развитие конструктивных способов общения, произвольности и активного внимания, снижение импульсивности, конфликтности и создания благоприятного микроклимата в группе. Детям предлагалось рисовать по желанию, но по хлопку они должны были перейти на место соседа слева и дорисовывать его рисунок, так повторялось несколько раз. По окончании рисования дети обсуждали рисунки и придумывали названия.

Нами проводились с детьми ряд кинезиотерапевтических упражнений с воздушными шарами или мячами различной фактуры: например, не касаясь воздушного шарика, нужно сказать, как и куда следует ударить по нему мухобойкой, «чтобы он пришел в движение. Устроить с помощью мухобоек воздушный вихрь над шариком. Можно ли произвести такой ветер, чтобы воздушный шарик на полу пришел в движение? Можно ли им так же управлять? Ударами мухобойкой рядом с воздушным шариком создать движение воздуха. Как создать такой воздушный вихрь, чтобы шарик улетел? Попытаться сделать так, чтобы воздушный шарик, лежащий на полу, начал подпрыгивать. Можно ли сделать так, чтобы он подпрыгивал высоко? Попробовать, стуча мухобойкой по полу, устроить такую воздушную бурю, чтобы шарик устремился вверх так быстро, как будто его пнули ногой. Решить, сколько же мухобоек нужно использовать, чтобы создать такой вихрь. Перегонять воздушные шарики с одного места на другое. Кто сможет перегнать 3 воздушных шарика с одного места зала на другое? Сколько может быть вариантов выполнения такого задания?

Для оценки функциональной активности головного мозга применялся аппаратно-программный диагностический комплекс «Нейроэнергометр-03», который фиксировал уровень постоянных потенциалов (УПП) мозга (Фокин В.Ф., Пономарева Н.В., 1999).

УПП регистрировался монополярно с помощью неполяризуемых хлорсеребряных электродов «ЭВЛ-1-М4» (референтный) и «ЕЕ-G2» (активный) и усилителя постоянного тока с входным сопротивлени-

ем 10 МОм. До наложения электродов на голову испытуемого производилось их предварительное тестирование в физиологическом растворе, при котором измерялась разность потенциалов и сопротивление между электродами в отсутствии биологического объекта, разность потенциалов между электродами не превышала 20 мВ, а межэлектродное сопротивление 15-20 кОм. Дрейф электродного потенциала не превышал 1-2 мВ за 10 минут.

Затем референтный электрод располагали на запястье правой руки, активные - вдоль сагиттальной линии - в лобной, центральной, затылочной областях, а также в правом и левом височных отделах (точки Fz, Cz, Oz, Td, Ts по международной системе «10-20%»).

Регистрация УПП у испытуемого осуществлялась через 5-7 минут после наложения на точки отведения электродов с контактными тампонами, смоченными гипертоническим (30%) раствором NaCl, благодаря которому происходило снижение кожного сопротивления до 1-2 кОм, уменьшалась величина кожных потенциалов, а также блокировалась кожно-гальваническая реакция. За указанное время происходят переходные электрохимические процессы в коже, исчезают трибоэлектрические явления. При экспериментальном измерении, длительность которого составляла 15 минут, осуществлялся постоянный контроль значений кожного сопротивления в местах отведения УПП, которое не превышало 30 кОм. Информацию об истинном значении УПП головного мозга получали благодаря автоматическому вычитанию из суммарных регистрируемых значений потенциалов межэлектродной разности потенциалов. Полученные данные обрабатывались с помощью специального программного обеспечения с построением карты распределения уровня постоянного потенциала.

Анализ УПП производился путем картирования полученных с помощью монополярного измерения значений УПП и расчета отклонений УПП в каждом из отведений от средних значений, зарегистрированных по всем областям головы, при котором появляется возможность оценки локальных значений УПП в каждой из областей

с исключением влияний, идущих от референтного электрода. Полученные характеристики распределения УПП сравнивались со средне-статистическими нормативными значениями для определенных возрастных периодов, встроенных в программное обеспечение комплекса «Нейроэнергометр-03».



Эффективность арттерапевтической коррекции

При применении средств арттерапии по данным анкетирования наблюдалось снижение проявлений синдрома дефицита внимания с гиперактивностью в среднем на 24,8%. По мнению педагогов и родителей смягчились проявления следующих признаков: требования ребенка должны выполняться немедленно; конфликтность со сверстниками с проявлениями признаков агрессивности; игнорирование физической опасности и возможных последствий; ответы на вопросы не подумав и раньше, чем вопрос будет закончен; неведение начала дела до конца; беспокойство других детей.

Дети, прошедшие цикл занятий, стали наиболее эмоционально адекватными, повысился их социометрический статус: 55% детей из разряда принятых перешли в ранг предпочитаемых, 11% - вышли из разряда отверженных, 6% - получили статус лидера. У детей повысилась работоспособность, улучшилась концентрация внимания, при обработке результатов изучения уровня развития внимания, выявилась положительная динамика с 23% она выросла до 50% по средним показателям группы; дети стали намного успешнее заниматься деятельностью в группе сверстников, чего не наблюдалось ранее. Самооценка детей стала более адекватной.

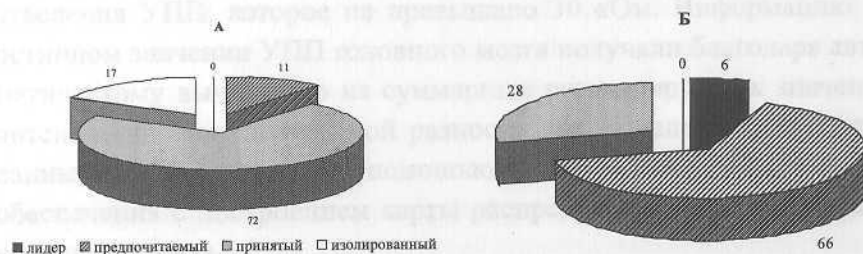


Рис. 1. Социометрический статус детей с СДВГ до (А) и после арттерапии (Б), %.

По результатам изучения школьного психолога после применения психокоррекционной помощи с использованием арттерапии у данной группы детей было отмечено, что у пяти человек стал хороший уровень и у 12 – средний уровень школьной адаптации, лишь

один ребенок попадал в зону повышенного внимания специалиста.

У всех детей наблюдалась общая тенденция снижения уровня тревожности до средних показателей. Уменьшился уровень тревожности у 56% детей по результатам повторного психологического исследования. Это очень значимо для детей с СДВГ, так как при высоком уровне тревожности эти дети склонны к раздражительности, проявлениям агрессии и негативным реакциям.

Проанализировав детские рисунки, следует отметить, что если на первых занятиях у детей в большинстве своем использовались цвета депрессивно-тревожной гаммы, то к концу цикла проведенных занятий в преобладающем большинстве стали использоваться цвета положительно-эмоциональной направленности, что может свидетельствовать об улучшении психологического состояния детей.

По результатам психофизиологического обследования головного мозга с помощью «Нейроэнергометра» до и после арттерапевтических занятий получены достоверные данные, свидетельствующие о положительной динамике основных показателей УПП мозга. А именно, после психокоррекции в целом в группе наблюдалось снижение функционального напряжения головного мозга (показатель SUM и Xcp.) и улучшение энергетического обмена в лобных отделах мозга (показатель Fz-Xcp.), которые отвечают за программирование и контроль деятельности. Полученные данные УПП после занятий можно расценивать как вариант региональной нормы.

Таблица 1

Показатели уровня постоянных потенциалов (в мВ) у группы детей с СДВГ до и после арттерапии (M±m)

| Показатели | До арттерапии | После арттерапии |
|------------|----------------|------------------|
| Fz | 25,51 ± 2,96 | 16,21 ± 1,82* |
| Cz | 31,30 ± 3,74 | 17,73 ± 1,98* |
| Oz | 30,98 ± 3,55 | 19,48 ± 1,80* |
| Td | 30,55 ± 3,53 | 19,52 ± 1,79* |
| Ts | 30,50 ± 3,11 | 17,19 ± 1,81** |
| Sum | 148,84 ± 16,26 | 90,13 ± 8,52* |
| Xcp | 29,77 ± 3,25 | 18,03 ± 1,70* |

| Показатели | До арттерапии | После арттерапии |
|------------|---------------|------------------|
| Fz-Хср | -4,26 + 0,90 | -1,82 + 0,83* |
| Cz-Хср | 1,53 + 1,05 | -0,30 + 0,87 |
| Oz-Хср | 1,21 + 0,95 | 1,45 + 0,67* |
| Td-Хср | 0,78 + 0,91 | 1,49 + 0,50* |
| Ts-Хср | -0,73 + 1,01 | -0,84 + 0,58** |

Примечание. * достоверность отличий между группами:

* - $P < 0,05$; ** - $P < 0,01$.

Полученные данные свидетельствуют о том, что средства арттерапии оказывают положительное влияние на функциональную активность головного мозга и позволяют проводить коррекцию основных проявлений СДВГ у детей.

По нашему мнению, подобранный комплекс арттерапевтических средств следует включать в коррекционно-реабилитационные мероприятия при работе с гиперактивными детьми.

Список литературы

1. Айгл-Эверес А. **Базисное руководство по психотерапии** / А. Айгл-Эверес [и др.]. – СПб.: Речь, 2001. – 198с.
2. Бурно М.Е. **Терапия творческим самовыражением** /М.Е. Бурно. - М., 1989. - С. 34-38.
3. Выготский Л.С. **Воображение и творчество в детском возрасте**. Психологический очерк: книга для учителя /Л.С. Выготский - Изд. 3-е – М.: Просвещение, 1991. – 93 с.
4. Ганичева И.В. **Телесно-ориентированные подходы в психокоррекционной и развивающей работе с детьми** /И.В. Ганичева. - М., 2004. – 156с.
5. **Гиперактивные дети: коррекция психомоторного развития**: Учебное пособие для студентов высш. учеб. заведений /П. Альтхер, Л. Берг и др.; Под ред. М. Пасольта /Пер. с нем. В.Т. Алтухова; Науч. ред.Н.М. Назарова. – М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 160 с.
6. Ларионова О.А. **Психологическая помощь детям с гиперактивностью (неврозоподобная форма) средствами арттерапии**. – Архангельск, ПГУ имени Ломоносова: изд-во Солти, 2002 – 42 с.
7. Медведева Е.А., Левченко И.Ю., Добровольская Т.А. **Арттерапия и артпедагогика в специальном образовании**. – Москва, Академия, 2001 - 252с.
8. **Практикум по арттерапии** /под ред. А.И. Копытина.- Санкт-Петербург, Питер, 2000 – 445с.
9. Фокин В.Ф. **Интенсивность церебрального энергетического обмена: возможности его оценки электрофизиологическим методом** /В.Ф. Фокин, В.Н. Пономарева //Вестник РАМН. 2001. № 8. С. 38–43.
10. Фокин В.Ф. **Энергетическая физиология мозга** /В.Ф. Фокин, Н.В. Пономарева. М.: Антидор, 2003. С. 136–137.

Содержание

| | |
|--|----|
| Введение | 3 |
| Система арттерапевтической коррекции симптомокомплекса СДВГ | 11 |
| Преодоление недостатков предпосылок моторной активности .. | 16 |
| Коррекция собственно моторных недостатков | 26 |
| Эффективность арттерапевтической коррекции..... | 44 |
| Список литературы | 47 |

Ольга Анатольевна Ларионова
Артем Николаевич Подоплекин

**Применение средств арттерапии в коррекции синдрома дефицита
внимания с гиперактивностью у детей младшего школьного возраста.**

Учебно-методические рекомендации.
Печатается в авторской редакции.

Отпечатано в ОАО «Северодвинская типография»
Северодвинск, ул. Южная, д. 5
Тир. 200.Зак. 7306.