

**Из опыта работы педагога-психолога МБУСОССЗН «Козинский
СРЦдН» Грайворонского городского округа Борисенко Е.Д.
по применению методов арт-терапии для формирования
межличностных отношений подростков-сиблингов**

"Часто руки знают, как распутать то, над чем тщетно бьется разум"

К.Г. Юнг

Вопрос о взаимоотношениях детей в семье всегда был и будет актуальным. Огромное количество родителей обращаются с этим вопросом к психологам. На формирование детских отношений влияют такие факторы, как разница в возрасте у сиблингов, количественный состав семьи, материальное положение семьи и т.д.

В практике психологов рассматриваются самые разнообразные методики и приемы, направленные на формирование конструктивных межличностных отношений.

Самые интересные, на мой взгляд, приемы – это сказкотерапия и песочная терапия. Какие же положительные стороны этих методов в формировании межличностных отношений сиблингов можно назвать?

Сказка – это форма познания и лечения души. Сказка концентрирует внимание на сюжетности психических процессов, т.е. на том, что находится в душе человека. Принимая на себя какую-либо роль, ребенок учится выражать различные эмоциональные состояния, находит способ решения сложившихся ситуаций. Очень интересны сказки, выдуманные самими детьми. При составлении сказок сиблингами явно наблюдаются их взаимоотношения. Это просматривается не только в действиях героев, но и в характеристиках героев, которых они выбрали себе или друг другу. Кто-то застенчивый, кто-то недовольный, кто-то любит командовать, а кто-то постоянно плачет и т.д.

Сказка – это творчество. Дайте детям несколько игрушек, или каких-то предметов, и они их обязательно включат в сюжет своей сказки в силу своего воображения. Дайте детям эту возможность - и увидите волшебство. Их творчеству не будет границ.

При помощи правильной сказки можно «вылечить» ребенка от застенчивости или нерешительности, закомплексованности, например, понять причины возникновения его плохого либо неправильного поведения. А с помощью песочницы и песка при изготовлении различных фигурок можно проигрывать сказки. Из-за того, что ребенок будет наделять сказочных героев, им созданных, своими переживаниями, тревогой, характером на свет вылезут все его обиды и комплексы, которые до этого момента прятались в потаенных уголках его души. Через сказку ребенок осознает ответственность за свои поступки. А мы, взрослые, поняв, что конкретно волнует ребенка, можем помочь ему решить его возникшие проблемы.

У психологов-практиков популярно стало применение песочной терапии. вспомните, как на пляже вы берете песок в руку, а он стекает с вашей руки. Закройте глаза и представьте, какие эмоции вы испытываете? Вам приятно, спокойно, и рука тянется за новой порцией песка. А кто вспомнит свои ощущения, когда вы закапывали руки или ноги в песок, а потом вытаскивали их оттуда? Именно так, песок расслабляет, успокаивает, а соответственно способствует спокойному ведению беседы. Дети, выполняя эти простые упражнения, становятся ближе друг к другу.

Песочная терапия представляет собой невербальную форму психокоррекции. Ее цель - достижение эффекта самоисцеления посредством спонтанного самовыражения. Опыт работы с детьми показал, что использование песочной терапии дает положительные результаты:

- дети чувствуют себя более успешными;
- на занятиях весело, нет скуки и монотонности;
- в Центре ребёнок легче адаптируются в коллективе;
- страх и напряжение исчезает.

С целью продемонстрировать эффективность применения сказкотерапии в сочетании с песочной терапией, приведу пример из личного опыта. На протяжении 3 месяцев я применяла эти методики во время занятий

с сиблингами. Возраст детей был 15 лет (девочка) и 11 лет (мальчик). Вопрос о необходимости формирования конструктивных взаимоотношений стоял достаточно остро. Из беседы с родителями и самими детьми стало ясно, что дети мало общаются друг с другом, отказывают друг другу в помощи и постоянно вредят друг другу (оговоры, создание конфликтных ситуаций).

Во время занятий им пришлось работать вместе, сотрудничать. Им предлагались разнообразные упражнения с использованием песка и различных фигурок для составления сказок. На некоторых занятиях им приходилось импровизировать, а на других выполнять задания согласно условиям педагога-психолога.

В процессе работы с данными сиблингами было отмечено позитивное настроение при общении детей друг с другом. Дети объясняли, почему они решили взять на себя выполнение определенной функции в конкретном задании. В конце курса занятий, из беседы с родителями я выяснила, что дети стали дружнее, стали чаще выполнять поручения вместе.

Из беседы с детьми я услышала такие фразы, как: «Я узнал много нового о своей сестре», «Я бы не отказалась дальше сотрудничать с братом», «Нам больше не хочется ссориться» и др. Из личных наблюдений: дети стали чаще проводить время друг с другом, интересоваться успехами друг друга, в соревнованиях и конкурсах стараются попасть в одну команду, конфликты между сиблингами практически не наблюдаются.

Итак, сказкотерапия и песочная терапия (сказки на песке, песочная сказка) в психолого-педагогическом аспекте очень эффективны и значимы как метод воздействия на формирование межличностных отношений детей-сиблингов.