

Е.А. Ключина
Научный руководитель - к.п.н., доцент Т.Г. Пронюшкина
Муромский институт (филиал) Владимирского государственного университета
Владимирская обл., г. Муром, ул. Орловская, д.23
E-mail: elena_klyushina94@mail.ru

Танцевальная деятельность как психологический метод коррекции эмоциональных нарушений в младшем школьном возрасте

Младший школьный возраст является этапом становления насыщенной эмоциональной жизни. Выход из эмоционального равновесия порождает эмоциональные расстройства, которые вызывают отклонения в личностном развитии ребенка, нарушение у него коммуникативных навыков, являются фактором предболезненных состояний.

На основе анализа психологической литературы [2], [3], [5] можно выделить основные группы эмоциональных нарушений:

- расстройства настроения (страхи, тревожность, депрессия, апатия, эйфория);
- нарушения психомоторики;
- расстройства поведения (агрессия, гиперактивность).

Факторы возникновения эмоциональных нарушений могут быть:

- Врожденные (тип нервной системы, физические особенности ребенка).
- Социальные (неблагоприятный опыт коммуникации ребенка со сверстниками, взрослыми и семьей).

Коррекция эмоциональных нарушений направлена на обеспечение эмоционального комфорта у детей, возрастание их инициативности, ликвидацию реакций, вызванных эмоциональными нарушениями. Задача коррекционной работы – создание наиболее благоприятной окружающей среды для ребёнка.

Эффективным психологическим методом коррекции эмоциональных нарушений у детей является танцевальная деятельность. Она уникальна тем, что дает потенциал для выхода чувств, которые не могут быть выражены словесно.

Исследование особенностей проявления у детей эмоциональных нарушений было проведено на базе Детского юношеского центра в г. Кулебаки. В нем приняли участие 25 воспитанников от 8 до 12 лет. Цель исследования: выявить наличие и преобладающие виды эмоциональных нарушений у воспитанников, провести с ними курс коррекционных занятий с использованием танцевальных методик, проверить эффективность проведенной работы.

В диагностическом исследовании были использованы Цветовой тест Люшера, методика «Моё место на дереве» и проективная методика «Кактус». Обобщив результаты по всем трем методикам, у 7 детей отмечена тревожность, у 3- повышенная возбудимость и агрессивность, у 1- депрессия.

Для психокоррекции эмоциональных нарушений у детей была предложена организация групповой танцевальной деятельности.

Её задачами являлись: создание психолого-педагогических условий для преодоления стрессовых ситуаций, тревожности, страхов, неуверенности, низкой самооценки у детей.

Танцевальная деятельность осуществлялась в групповой форме в течение одного месяца, проводилась организаторами досуга, и состояла из четырех этапов:

- разминки (перед каждым занятием);
- постановки танцев четырех направленностей: народный, бальный, классический и массовый танец;
- репетиций;
- выступления перед родителями в ДЮЦ.

При отборе ребят по разным направлениям танцев учитывались принципы добровольности, индивидуального подхода, учета творческих способностей и навыков, учета психологических особенностей и типа темперамента. Дети, даже без особых умений в области танца, смогли реализовать себя в массовом танце, который сплотил дружный коллектив. В

Секция 19. Педагогические технологии в работе с детьми дошкольного и младшего школьного возраста

результате все воспитанники, включая детей с тревожностью, агрессивностью и депрессией, были привлечены к танцевальной деятельности.

Выступление перед малочисленной и близкой для ребенка публикой позволило раскрыться в большей степени, побороть страх, продемонстрировать свои успехи.

Вторичная диагностика была проведена после отчетного концерта с использованием теста Люшера и опросника САН. Она показала высокую результативность проделанной работы. По шкале депрессии количество детей свелось к нулю, по шкале тревожности сократилось с 7 до 2 детей, по агрессивности с 3 до 1 ребенка. Если вначале в группе из 25 человек у нас было 44% детей с эмоциональными нарушениями, то после проделанной работы это число сократилось до 12%. То есть эффективность коррекции составила 32%.

Тем самым можно прийти к заключению, что танцевальная деятельность оказывает положительное воздействие на эмоциональную сферу младших школьников: снижает уровень тревожности, борется с депрессией и подавленностью, дает выход чувствам и негативным эмоциям, способствует раскрепощению, успокаивает нервную систему, развивает креативность, навыки общения, коллективной сплоченности, повышает эмпатию, улучшает общий фон настроения. Танцевальная деятельность может применяться в условиях дополнительного образования, в дошкольных кружках, на уроках ритмики в общеобразовательных школах, а также в работе психолога в контексте танцевальной терапии.

Литература

1. Дитмар Зайфферт: Педагогика и психология танца. Заметки хореографа. Учеб. Пособие. СПб.: Лань, 2015. – 128 с.
2. Ильин Е. П. Эмоции и чувства. 2-е изд. — СПб.: Питер, 2013. — 783 с.: ил.— (Серия «Мастера психологии»).
3. Костерина, Н. В. Психология индивидуальности (эмоции): Текст лекций / Н. В. Костерина. – Ярославль, 1999. – 220 с.
4. Психология балета: психология танцевальной деятельности: учеб. пособие / Соковикова, Н. В. - Новосибирск: Новосибирский ИД, 2012. – 329 с.
5. Социальные отношения и эмоциональный мир ребенка. М: Илекса, Ставрополь: Сервисшкола, 2011. – 186 с.