
Опыт применения песочной арт-терапии в работе с детьми, имеющими расстройства аутистического спектра

О.В. Котлованова,
врач-интерн кафедры психиатрии Государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Южно-Уральский Государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения России, г. Челябинск, Россия
E-mail: kovchel08@mail.ru

Е.В. Малинина
доктор медицинских наук, доцент, заведующая кафедрой психиатрии Государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Южно-Уральский Государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения России, г. Челябинск, Россия
E-mail: malinina.e@rambler.ru

Представлены результаты эффективной работы по использованию песочной арт-терапии при коррекции поведения у детей с расстройствами аутистического спектра. Описан ход занятий, поведение детей в динамике и промежуточные результаты работы с детьми с расстройствами аутистического спектра по данной программе. Проанализировано влияние песочной арт-терапии на поведение ребят. Описан клинический пример занятий с мальчиком К. Выявлено преимущественно положительное воздействие таких занятий на детей с аутизмом.

Ключевые слова: расстройства аутистического спектра, песочная арт-терапия, коррекция поведения, навыки работы в команде, песочные картинки

Исследователи отмечают, что количество детей с аутизмом в мире увеличивается, тенденция к росту сохранится и в будущем. В России на государственном уровне установлены приоритеты в вопросах реабилитации и оказания поддержки больным с нарушениями аутистического спектра для обеспечения их оптимального функционирования и повышения качества жизни [7–9].

Среди методов коррекции аутистических расстройств наиболее распространены,

например, поведенческая терапия, трудотерапия, дельфинотерапия, музыкальная терапия, терапия с помощью искусства, биомедицинские техники [6].

В коррекционной и психотерапевтической работе с детьми с РАС часто применяется песочная терапия. Она представляет собой невербальную форму психокоррекции, в которой основной упор делается на творческое самовыражение ребенка [2]. В процессе создания творческого продукта

у ребенка в символической форме проявляются образы — рисунки, композиции из фигурок и различные построения на специальном подносе с песком [3].

Вариантом песочной терапии является песочная арт-терапия, которая объединила в себе песочную терапию с рисованием: акцент делается на изобразительном творчестве с помощью песка, размещенного на специальном световом столике [5]. Считается, что негативные эмоции, конфликты и страхи выражаются в песочных картинках в символическом виде. В процессе работы с песком негативные тенденции у ребенка ослабевают, «уходят в песок» [1]. В настоящее время песочная арт-терапия как вполне доступная деятельность используется при коррекции поведения детей с РАС для снятия напряжения, тревоги, раздражительности и приступов гнева [4]. Также работа с песком проводится для активации и стимуляции ребенка, позже — для развития взаимодействия и построения диалога при совместной творческой работе [3].

Цель исследования — оценка эффективности использования песочной арт-терапии у детей с аутизмом при коррекции поведения: формировании усидчивости, навыков работы в команде, улучшении и стабилизации настроения, при обучении следованию инструкциям взрослых.

Материалы и методы: в Челябинской области песочная арт-терапия проводится на базе Государственного бюджетного образовательного учреждения для детей, нуждающихся в психолого-педагогической помощи «Областной центр диагностики и консультирования». В исследовании участвовали 8 детей от 7-ми до 14-ти лет (6 мальчиков и 2 девочки), имеющих расстройства аутистического спектра (диагноз F84.0 по МКБ-10).

Занятия проходили в группах по пять детей, что служило дополнительным фактором улучшения социального взаимодействия и развития коммуникативных функций. Песочная арт-терапия предполагала долгосрочное, систематическое психотерапевтическое воздействие, поэтому занятия про-

должительностью 40 минут проводились еженедельно. Педагогом также использовались элементы игры, обучающие анимационные видеоролики, классическая музыка. Терапия преследовала следующие цели:

Коррекционные:

- развитие пространственного воображения, образно-логического мышления;
- нормализация эмоционального фона;
- снижение агрессивности;
- коррекция гиперактивности;
- развитие речи и мелкой моторики через развитие сенсорного восприятия природного материала;
- выработка усидчивости, собранности, самоорганизованности, аккуратности, любознательности, внимательности.

Воспитательные:

- развитие умения следовать инструкциям взрослого;
- развитие и закрепление навыков социального общения;
- участие в коллективном творчестве — развитие навыков взаимодействия;
- развитие доброжелательного отношения к окружающим;

Ход занятий

Занятия с детьми проходили по определенной схеме: педагог задавала тему рисунка, показывала приемы, с помощью которых можно было создать изображение. Далее дети старались повторить рисунок, следуя инструкциям и подсказкам. Навык закреплялся путем повторения на занятии и на последующих встречах.

Впервые входя в класс для занятий песочной арт-терапией, ребята вели себя настороженно: останавливались у двери, озирались. На последующих занятиях контакт был более свободным, дети задавали вопросы: «что мы будем делать?», «как рисовать?», подходили к светящемуся столику и садились вокруг него.

Предлагалась определенная тема рисунка: корзинка с грибами, ваза с цветами, жар-птица, золотая рыбка, пальмы, бревен-

чатый дом, лебеди и др. Когда педагог начинала рисовать, некоторые ребята подключались и изображали на песке другие детали, предметы. Иногда педагог проводила руками детей по песочной светящейся поверхности и просила продолжать самостоятельно. Ребята с радостью узнавали в своих работах изображения тех или иных предметов, животных. Большинство детей проявляли интерес к занятиям, но не все включались в коллективную работу.

Так, например, мальчик К. 8-ми лет на занятия приходил со слезами, постоянно спрашивал: «Зачем меня сюда привели? Когда за мной приедет папа?». Однако внимание ребенка легко переключалось на занятия с песком.

Мальчик С. 7-ми лет постоянно подбегал к столу, хватал песок, раскидывал его, портил рисунки других детей, переворачивал горшки с цветами, часто выбегал из класса, раскидывал свои учебные принадлежности. Поведение ребенка имело деструктивную окраску.

Все дети, кроме мальчика С., откликались на свое имя и выполняли просьбы: принести стул, убрать песок со столика или, наоборот, создать песочком фон и т.д.

Девочка Д. 7-ми лет с ярко выраженными чертами замкнутости и отстраненности не выполняла заданий педагога (например, что-то нарисовать на заданную тему). На занятиях она периодически подходила к столу и рисовала только то, что хотела: цветы, бабочек, фигуры, похожие на выкройки (в ее семье занимаются пошивом одежды). Однако на пятом занятии она сама села на колени к педагогу и стала рисовать, а на девятом занятии начала следовать инструкциям и рисовала то, что просила педагог. К 10-му занятию девочка Д. стала верно отвечать на поставленные вопросы (называла то, что изобразила на столе, хотя раньше ответы ее были эхотичными).

Девочка К. 12-ти лет, единственная из всех детей, запоминала изученные на предыдущих занятиях рисунки и приемы песочной анимации.

На занятиях поощрялось самостоятельное творчество. На просьбу нарисовать то, что хочется, все дети (кроме мальчика С.) реагировали положительно и быстро включались в работу. Творчество троих детей находилось на доизобразительном уровне, при этом они проявляли радость, когда педагог правильно направляла их руки, и называли нарисованный предмет. Однако пятеро детей из восьми быстро утомлялись, легко отвлекались от занятия: разговаривали между собой, отходили от рабочего столика, бегали по классу. А трое других сидели на рабочем месте и проявляли готовность к совместной работе с преподавателем.

Реакция детей на видеоролики по песочной анимации, демонстрируемые педагогом во время занятий, была позитивной или нейтральной. Лишь мальчик К. просил не включать видео и закрывал уши или отходил. При этом он с интересом смотрел видео, которое предлагали ему выбрать, и мог вспомнить то, что ему нравилось смотреть на предыдущем занятии. После урока все дети организованно собирали свои вещи и выходили из класса к родителям.

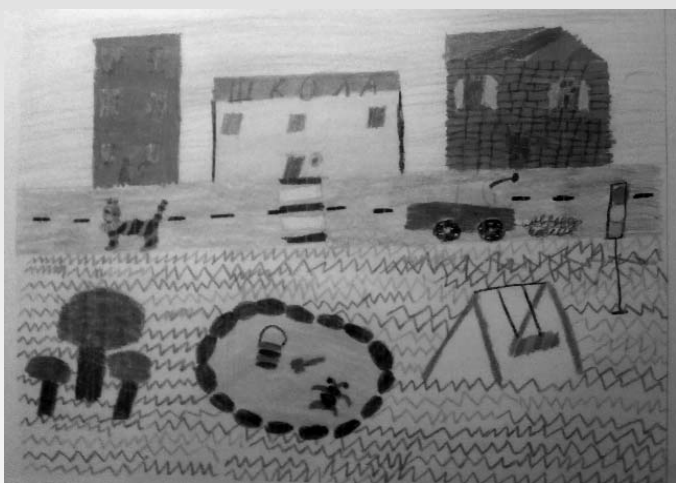
Результаты занятий песочной арт-терапией

Положительными результатами терапии можно считать то, что почти все дети стали проявлять интерес к групповым занятиям, начали с радостью помогать друг другу по просьбе педагога, полюбили работать над новыми рисунками и с удовольствием занимаются в коллективе.

Клинический пример. Мальчик К., 8 лет. Впервые родители обратились за специализированной помощью в 2011 г. (в 5,5 лет) с жалобами на невнятную речь сына, трудности в общении с окружающими.

Семья мальчика полная. Наследственность не отягощена. Есть сестра 18-ти лет, здорова. Ребенок К. от второй беременности, протекавшей без осложнений, роды самостоятельные. Вес 3520, 8/9 баллов по

Особые дети — особый взгляд на мир



шкале Апгар. Развивался по возрасту. Первые слова сказал в 1 год (невнятно «мама», «папа»). В 2,5 года появилась фраза, но речь была нечеткая, неразборчивая. В детский сад пошел в возрасте 1 год 10 месяцев. Адаптировался тяжело (много плакал, часто болел). Рос капризным, непослушным, трудно контактировал с детьми. В возрасте 4,5 года перенес операцию с общим наркозом (40 минут) по поводу порока сердца.

Психический статус при первом обращении. В контакт вступает, в беседе участвует, но внимание удерживает недолго. При настойчивых вопросах врача сосредотачивается и отвечает правильно, при этом равнодушен к процессу беседы. Когда его взяли за руку, был очень недоволен, чуть не заплакал. Легко отвлекается, уходит от врача, садится на стул, что-то бормочет. Держится отстраненно, сидит и машет руками. Есть стереотипные движения руками. Зрительный контакт устойчивый, но непродолжительный. Ориентирован. На приеме увлекался игрушками и активно играл с ними. Игры ролевые.

Педагогическая характеристика от воспитателя детского сада (2012 г.). «При общении со взрослыми и сверстниками неконфликтен, но самостоятельно дружеские отношения устанавливать не может. В коллективных формах деятельности участвует под контролем взрослых. На замечания педагога реагирует адекватно. В поведении — однообразные действия. Бывает, что одна и та же тема доминирует в разговоре, рисовании, в игровых моментах. Ребенок старается избежать каких-либо нововведений и активно этому сопротивляется. В коллективных подвижных и интеллектуальных играх принимает участие, но быстро теряет интерес и уходит из игры молча. Любит сидеть один или бесцельно ходить по помещению группы. Иногда говорит о себе в третьем лице. Испытывает тревогу и страх, если остается один без коллектива. Избегает прямого контакта глаз. Устная речь монотонна, звукопроизношение нарушено. Недостаточно сформированы грамматическая и лексическая сторона речи, фразы простые.

Физическое развитие ниже возрастной нормы, нарушена общая координация движений, мелкая моторика пальцев и артикуляционная моторика. С удовольствием занимается в гимнастическом кружке и плаванием. Подвижен, но недостаточно ловок, затруднена ориентация в пространстве. Карандашом владеет неуверенно. Путает цвета.

В школе занимается по программе 7 вида».

Педагогическая характеристика из школы (от 2013 г.). «Не справляется с уроком без помощи других, во время занятий часто поднимает руку, но ответы не по теме. Однако иногда неожиданно высказывается верно и по существу. Не всегда понимает смысл задания и не может выполнять его самостоятельно, нуждается в помощи. Проявляет тревожность, если не успевает вместе со всеми выполнить задание, кричит, нервничает и плачет. Требуется постоянного внимания к себе на занятиях: «помогите мне», «у меня не получается». Знает многие буквы, но забывает их. Овладевает копировальным письмом. Читает по слогам. Осознает прочитанное, знает несколько цветов, загадки разгадывает на отработанном материале. Познавательная активность снижена, носит кратковременный характер. Мальчик нуждается в дополнительных внешних стимулах, не способен к самостоятельному решению творческих и умственных задач. Способен сосредоточенно работать в течение 15-ти минут. Игровая деятельность преобладает над познавательной. Интересы к обучению в школе нет. Часто проявляется повышенная ранимость и уязвимость в поведении. Чувствителен к чужой оценке. Здоровается и прощается словом. Проявляет повышенный интерес к занятиям совместно с педагогом (игры в мяч, физические упражнения). Тактильный контакт допускает, зрительный контакт устойчивый, но непродолжительный. Поведение не агрессивное, мальчик доброжелательный. На замечания педагога реагирует адекватно. Самостоятельно готовит и убирает рабочее место. Гигиенические навыки сформированы. Может себя обслужить, не любит, когда берут его вещи, иг-

рушки. Представления об окружающем снижены по отношению к возрастной норме. Родных узнает, называет родственные отношения, знает, чем занимаются члены семьи.

Родители стали отмечать агрессию в поведении. Оказался неспособен к обучению в общеобразовательной школе, нет заинтересованности в учебе. Программу 7 вида не усваивал».

Психологическое обследование (2012 г.). Обследование проводилось в два приема. На первом контакт был малопродуктивен, мальчик постоянно отвлекался, пытался уйти, раздевался, ерзал на стуле, что-то выкрикивал. Избирательно выполнил тест Векслера. Согласился порисовать, но рисовал что-то свое без соотнесения с инструкцией. На втором приеме через неделю поведение изменилось. Был организованным, включился в работу, справился со всеми заданиями. На предложение отдохнуть и поиграть сказал, что не устал и будет дальше заниматься. Радует, когда его хвалят, спрашивает, сколько у него баллов. Отвлекается, нуждается в направляющем содействии взрослых. Продуктивно принимает помощь от психолога. Работает в замедленном темпе. Исследование уровня интеллекта по методике Векслера: испытуемый обнаруживает невысокий уровень общеобразовательных знаний, слабо ориентирован в социально-бытовых вопросах. Складывает и вычитает числа в пределах десятка. Уровень обобщения достаточный. Темп психомоторных реакций замедлен. Память и внимание сформированы недостаточно. Исключение четвертого лишнего затруднено. Собрал целое из 9 пазлов. Оценки: вербальные задания — 79, невербальные — 74, общая — 74. Уровень общения по возрасту. По методикам «дом, человек, дерево» и «цветовые выборы Люшера» у ребенка предположительно неустойчивый фон настроения. Выраженная зависимость от среды, потребность в помощи и покое, обидчивость. Таким образом, полученная оценка по методике Векслера соответствует пограничной зоне между низкой нормой и лег-

ким умственным дефектом для данного возрастного периода. Нарушений мышления на момент исследования нет.

В ходе проведения тестирования по методике CARS получена оценка 36 баллов, свидетельствующая об умеренном аутизме.

Психический статус в настоящее время. Сознание ясное, ориентирован. Зрительный контакт устойчивый, непродолжительный. Мальчик опрятен, мимика живая (преобладают плаксивое и удивленное выражения лица). Внимание рассеянное, легко отвлекаем. Неусидчивый, подвижный, светливый, походка быстрая. В контакт вступает, ответы в плане вопросов, односложные. Соскальзывает на другую тему, сам активно задает вопросы. Речь спонтанная, четкая, громкая, тон плаксивый. Отношение к врачу уважительное, проявляет любопытство к беседе, но интерес быстро пропадает. Эмоции адекватные, но поверхностные, с частыми колебаниями. Расстройств мышления не выявлено.

На занятиях песочной арт-терапией. Впервые в класс К. зашел с опаской, только с другими детьми, и когда педагог подвела мальчика к световому столику для занятий. На последующих занятиях самостоятельно входил, садился, рассказывал о том, чем занимался днем. Иногда в класс заходил неохотно, со слезами. Спрашивал, чем будут заниматься, и зачем его привели? Рассказывал о том, что его беспокоило («потерял свой самый красивый ластик»). После переключения внимания постепенно входил в процесс занятия, садился около столика. Повторял изображение, только если его настоятельно просили об этом. Когда педагог начинала заниматься с другими детьми, К. быстро отвлекался, терял интерес к деятельности, вставал и ходил по классу. На просьбы подойти реагировал не всегда. Если преподаватель рисовала на пе-

ске его рукой, проявлял интерес, улыбался при виде полученной картинки. Брал чужие вещи, бегал с учебными принадлежностями девочки К., смеялся, когда она его догоняла. Часто спрашивал, когда за ним придет папа, и скоро ли закончится урок? Не агрессивен, полностью ориентирован, достаточно послушен.

Результатами занятий К. песочной арт-терапией стали: стабилизация и повышение настроения, повышение познавательного интереса, выполнение инструкций педагога, большая эмоциональная стабильность. Мальчик перестал плакать на занятиях, откликается на просьбы изобразить что-либо на заданную тему, любит изображать самостоятельно то, что ему интересно (машинки, кораблики и т. д.). Ребенок с удовольствием повторяет изученные раньше рисунки, с заинтересованностью реагирует на предложения рисовать новых животных, новые игрушки или цветы. С мальчиком занятия будут продолжены.

Выводы

Описанные занятия с детьми, имеющими расстройства аутистического спектра, продемонстрировали эффективность и доступность песочной арт-терапии при формировании усидчивости, закреплении навыков работы в команде, улучшении и стабилизации настроения. В процессе обучения у детей формировались и закреплялись такие качества как усидчивость, аккуратность, собранность и внимательность. Терапия способствовала развитию мелкой моторики, нормализации эмоционального фона. Представляется, что песочную арт-терапию можно включать в комплексную реабилитационную программу для детей с расстройствами аутистического спектра. ■

Литература

1. Баряева Л.Б., Гаврилушкина О.П. Игры-занятия с природным и рукотворным оборудованием. СПб.: Союз, 2005. 160 с.
2. Зейц М. Пишем и рисуем на песке. Настольная песочница (адаптированный перевод с англ.). М.: ИНТ, 2010. 94 с.
3. Мальцева Н.А. Песочная терапия в работе с особым ребенком // Особый ребенок. Исследования и опыт помощи. Научно-практический сборник. Вып. 8. Москва, Теревинф, 2014. С. 120–125.
4. Штейнхардт Л. Юнгианская песочная психотерапия. СПб.: Питер, 2001. 320 с.
5. <http://www.yuga.ru/photo/polosa/1198.html>
6. <http://autism.com.ua/therapy/alternate/art-therapy.html>
7. <http://autism-aba.blogspot.com>
8. http://apps.who.int/gb/ebwha/pdf_files/EB133/B133_4-ru.pdf
9. http://www.autisminrussia.ru/html/lib/standart_ras.htm
10. <http://www.oprf.ru/documents/497/1941/newsitem/22268>

The experience of use of the sand art-therapy with children with autism spectrum disorders

O.V. Kotlovanova,

intern of the psychiatry department at the State Budget Education Facility
Southern Ural State Medical University
of the Ministry of Healthcare of Russia, Chelyabinsk, Russia
E-mail: kovchel08@mail.ru

E.V. Malinina

doctor of medicine, associate professor, head of the psychiatry department
at the State Budget Education Facility
Southern Ural State Medical University
of the Ministry of Healthcare of Russia, Chelyabinsk, Russia
E-mail: malinina.e@rambler.ru

The article presents the results of effective work to use sand art-therapy for treatment of behavior problems in children with autism spectrum disorder. The article describes the session plan, children's behavior in dynamics and intermediate results of work with children with autism spectrum disorders in the framework of this program. The influence of the sand art-therapy on the children's behavior was analyzed. The clinical case of sessions with the boy K. was described. The overwhelmingly positive influence of such sessions was determined.

Keywords: autism spectrum disorders, sand art-therapy, treatment of behavior problems, teamwork skills, sand images