

Фольклоротерапия

В коррекционно-развивающей работе с детьми особое значение в качестве здоровьесберегающего средства развития сегодня приобретает фольклор. Фольклор — как способ самореализации — создает наиболее оптимальные условия для раскрепощения, снятия стрессов, самовыражения, внутренней свободы человека, способствует восстановлению и гармонизации всех структур психики, в том числе и сенсорной интеграции, улучшая тем самым качество жизни человека. Фольклорные упражнения отличаются тем, что с одной стороны помогают детям оставаться в своей «комфортной зоне» (обряды, ритуалы, повторения), развивать самостимулирующее поведение, и в то же время охватывают новые «просторы» развития детей.

Здоровьесберегающей функцией фольклора является - **фольклоротерапия**. «Фольклоротерапия», определяется как направление арт-терапии, в котором средствами занятий фольклором осуществляется психокоррекционное и гармонизирующее воздействие на личность. Фольклор рассматривается как подсистема этнокультуры, как комплекс видов народного художественного творчества.

Занятия по этнокультуре должны включать в себя и взаимодействие с семьей:

- написание родословной (генеалогического древа),
- совместное творчество вариантов фольклорных произведений (сказок, колыбельных, загадок, закличек, потешек, частушек, былин)
- создание костюмов и рукотворных образцов материальной культуры,
- участие в народных праздниках,
- совместный труд,
- приготовление блюд традиционной кухни.

Спокойное, жизнерадостное общение детей с родителями в процессе совместного творчества, свойственное традиционной культуре, само по себе оказывает благотворное воздействие на ребенка.

Занятия по этнокультуре включают в себя такие виды художественного народного творчества, как: словесный, музыкальный, хореографический, игровой, драматический фольклор. Многие отмечают положительное воздействие фольклора на нравственное, интеллектуальное, эстетическое развитие детей. В ходе занятий дети поют и осваивают в музыкально-игровой форме произведения традиционного детского фольклора, разучивают колыбельные, водят хороводы, играют в народные игры, знакомятся с этнографией родного края, (по сказкам, по экспозиции Этнографического музея).

В процессе приобщения детей к этнокультурным традициям методом наблюдения было замечено улучшение эмоционального и физического состояния детей. Известно, что «впевание» в звук, в целом процесс пения благотворно влияет на физиологическое состояние, на дыхательный аппарат, что отмечается в направлении вокалотерапии. Игры, вождение хороводов, действенность обрядовых фрагментов способствуют физическому развитию ребенка и имеют значительный

здоровьесберегающий эффект, особенно в ситуации сидения современных детей, ведущего к гиподинамии, совершенно не свойственной детской физиологии. В целом наблюдается гармонизация психофизиологического состояния детей позитивное эмоциональное воздействие и последствие занятий.

Во взаимодействии с детьми особое значение имеют *фольклорные игры*, которые отличают сущностные черты, присущие фольклору: синкретичность, вариативность и импровизация

Синкретичность ярко представлена в обрядовых играх, сохранившихся фрагментах архаических действий, включающих слово, музыку, движение, поведенческие нормы не как дополняющие, «иллюстративные» по отношению к смыслу действия, а как создающие этот смысл. Синкретичность, как системное качество, дает возможность воздействия на все аспекты сенсорного развития ребенка. Например, фольклорная игра «Хоровод», в которой дети получают возможность как вербального, так и невербального взаимодействия, обогащения слуховых, тактильных, вестибулярных, визуальных ощущений.

Вариативность фольклорной игры связана с возможностью ее изменения. Например, в игре «Сорока - белобока» можно изменить по-разному ее окончание — дополнить базовый вариант «полетели – на - голову сели» другими — «полетели — на - дерево сели», «полетели – на - мячик сели» и пр. При этом используются предметы или рисунки, и действия ребенка включаются в реальный жизненный контекст, что развивает осмысленность восприятия. Важным при этом является сочетание возможностей изменения игры с одновременным сохранением неизменных стереотипных игровых действий, что дает ребенку возможность относительно безболезненного преодоления стереотипов.

Импровизация в фольклорной игре связана с возможностью проявления ребенком спонтанных действий, что часто происходит в игровом процессе. Конечно, разные игры допускают неодинаковую возможность импровизации. Чем более жестче правила игры, тем возможности для импровизации меньше. Опыт успешного применения фольклорных игр в развитии сенсорной интеграции старших дошкольников представим на примере групповой работы с дошкольниками. В группе занимались четыре ребенка — три мальчика (6—7 лет) и одна девочка (6 лет). Было проведено десять ежедневных групповых занятий в течение двух недель. На момент начала занятий у детей отмечалось незаинтересованность деятельностью, трудность переключения с одной деятельности на другую, попытки подключений психолога к «игре» вызывали протест, негативизм, даже простой комментарий действий провоцировал желание прекратить игру. Глазной контакт у большинства детей крайне затруднен, тактильный контакт отвергался.

Признавая важность стереотипности среды для ребенка, каждое занятие начинали и заканчивали определенным ритуалом — присказки, песни — например, использовали куклу «Бабушка-Погодушка». Психолог показывал куклу детям, сидящим в круге, и говорил присказку — «Бабушка-Погодушка, в ноябрь к нам пришла, листочков хоровод с собою принесла» (стимулируя детей проговаривать эти стихи вместе с ним). После этого психолог с помощью куклы разбрасывал осенние листья, которые дети ловили, собирали и складывали в мешочек. Таким образом, происходило одновременно развитие в коррекционном процессе

координации движений, концентрации внимания, речи, целенаправленной деятельности, звуковых, тактильных, зрительных ощущений и пр.

Выраженным развивающим потенциалом в работе с детьми обладают различные повторяющиеся действия - обряды. Например, на занятии инсценировали масленичную обрядовую песню «Ой, блины, блины», где по очереди каждый ребенок повторял вначале последовательность действий приготовления блинов, а затем угощал другого ребенка. В этом упражнении дети учились взаимодействовать друг с другом, а также соблюдать порядок действий и тем самым структурировать свое поведение через обряд. Эта игра с одной стороны включает необходимость повторения некоторой цепочки чередующихся действий, включаемых в осмысленный контекст, а с другой — предоставляет ребенку возможности импровизировать, поскольку каждый ребенок мог угостить другого так, как ему хотелось, сказать при этом свои, особенные слова.

В процессе фольклорных пальчиковых игр у детей развиваются чувство ритма, симметрии, что лежит в основе развития пространственных представлений, произвольной и аффективной регуляции. Пальчиковые игры как бы отображают реальность окружающего мира — предметы, животных, людей, их деятельность, явления природы, что делает их мощным средством, помогающим ребенку осмысливать окружающий мир. В ходе пальчиковых игр у детей, которые сначала повторяют движения взрослых, а затем действуют самостоятельно, происходит активизация моторики рук, вырабатывается ловкость, умение управлять своими движениями, дети получают возможность лучше ощутить свое тело, концентрировать внимание на одном виде деятельности, происходит развитие пространственных представлений, возможность ориентироваться в понятиях «вправо», «влево», «вверх», «вниз» и пр.

Трудности развития сенсорной интеграции проявляются у детей в конструктивной деятельности (собрании мозаики, строительстве из кубиков и пр.). В групповой работе использовали игры, в которых дети получали возможность совершения последовательных действий с предметами, создания целостных образов. Например, детям нравилась игра в «Теремок», в процессе которой дети строили домик (теремок) и поселяли в него персонажей народной сказки. Вариативность этой игры проявлялась в изменении материалов для конструирования (плоскостные фигуры, объемные предметы — разного цвета, фактуры, размера), допускалась также импровизация — если ребенок хотел поселить в теремок других персонажей, он мог это сделать. Важным было сохранить последовательность, в которой строился дом, а также смысл этих действий — для того, чтобы «поселить» в него персонажей сказки. Конструирование на занятиях часто сочеталось с рисованием — например, дети вначале раскрашивали отдельные элементы, а затем составляли из них целостный образ. В качестве элементов часто использовались фольклорные, используемые в декорировании народных костюмов, бытовых предметов, домов. Предлагали детям раскрасить их, а затем создать узор. Непременным условием, структурирующим деятельность детей, было правило симметричного, последовательного расположения элементов узора. Но допускалась также вариативность в выборе элементов, их размера, цветового решения, чередования.

С целью развития сенсорной интеграции у детей проводились подвижные народные игры. Дети получали удовольствие от процесса игры, вступали в нее без опасений и боязни. С удовольствием дети водили хороводы, сопровождая движение пением. Также проводились упражнения с музыкальными инструментами (бубны, колокольчики, погремушки, трещетки и пр.), в процессе выполнения которых у детей развивалось чувство такта, ритма; они пытались подстроиться друг под друга, учились взаимодействовать, сдерживать свои эмоции; учились расслабляться, отбивая спокойный ритм. Использование игровых упражнений в процессе коррекционно-развивающей работы с детьми помогло достичь определенных положительных результатов в развитии сенсорной интеграции — можно говорить об уменьшении зажимов в поведении детей, улучшении взаимодействия со сверстниками и педагогами; в поведении многих детей была отмечена большая сдержанность, терпеливость, деятельность детей стала более структурирована. У детей отмечается улучшение в развитии графических навыков - уменьшились трудности в раскрашивании замкнутых областей, не выбиваясь за линии контуров. Это отражает улучшение координации глаз-рука, целенаправленности деятельности. Улучшилось понимание речи, появился интерес к сюжету сказок.

Использование игровых упражнений, основанных на использовании фольклора, создает возможность самовыражения, позволяет каждому ребенку ощутить себя в комфортной зоне, что является важным мотивирующим фактором его участия во взаимодействии со взрослым, способствует вначале получению ребенком опыта разделенного переживания, а затем и зарождению совместной сюжетной игры со взрослым и возможности проработки индивидуальных переживаний.

Сущностные особенности фольклорной игры — синкретичность, вариативность, импровизационный характер — дают возможность гибкого сочетания директивности и недирективности в процессе психокоррекции, что позволяет учитывать индивидуальные особенности ребенка, его возможности к произвольной и аффективной регуляции поведения и деятельности. Таким образом, становится возможным строить коррекцию на личностно-ориентированной методологии, подразумевающей уважение личности ребенка, приоритет его интересов и возможностей, а не центрирование на задачах и целях работы психолога. Обращенность фольклорной игры к «генетической памяти предков», «коллективному бессознательному» позволяет активизировать внутренний потенциал самоисцеления и саморазвития у дошкольников, предполагает достаточно высокую степень свободы и самовыражения детей, что способствует становлению у них субъектной позиции в процессе психокоррекции.