**Лекция 17**

**Основные направления и методики психокоррекции детей**

Введение

Психокоррекция детей — это важная область психологии, направленная на помощь детям в преодолении различных психологических трудностей, таких как тревожность, страхи, проблемы в социальной адаптации и другие эмоциональные расстройства. В данной лекции мы рассмотрим основные направления и методики психокоррекции, которые могут быть использованы в работе с детьми, а также их специфику и эффективность.

I. Психокоррекция школьной тревожности

1. Понятие школьной тревожности

Школьная тревожность — это состояние, которое проявляется у детей в виде беспокойства, страха и напряженности, связанных с учебным процессом. Это может включать в себя страх неудачи, беспокойство о социальных взаимодействиях или страх перед экзаменами.

2. Методы психокоррекции

* Когнитивно-поведенческая терапия (КПТ): помогает детям осознать и изменить негативные мысли, связанные с учебой. Терапевт может использовать техники релаксации и визуализации для снижения тревожности.
* Игровая терапия: позволяет детям через игру проработать свои страхи и тревоги, создавая безопасное пространство для самовыражения.
* Групповая терапия: работа в группе помогает детям понять, что они не одни в своих переживаниях, и развивает социальные навыки.

II. Библиотерапия в работе с детьми

Библиотерапия — это метод, основанный на использовании литературы и книг для решения психологических проблем. Этот подход позволяет детям идентифицировать себя с персонажами, что помогает им осознать и проработать свои чувства.

1. Применение библиотерапии

* Выбор литературы: терапевт подбирает книги, соответствующие проблемам ребенка, будь то страхи, тревожность или проблемы в отношениях.
* Обсуждение прочитанного: после чтения терапевт проводит беседу с ребенком, помогая ему осознать свои эмоции и чувства.

III. Музыкотерапия в работе с детьми

Музыкотерапия — это метод, использующий музыку как инструмент для эмоционального выражения и психокоррекции. Музыка может помочь детям справиться с тревожностью, стрессом и другими эмоциональными проблемами.

1. Методы музыкотерапии

* Слушание музыки: терапевт может предложить ребенку слушать успокаивающую или вдохновляющую музыку для снятия напряжения.
* Создание музыки: дети могут создавать собственные музыкальные произведения, что помогает им выразить свои чувства.
* Музыкальные игры: использование музыкальных игр для развития социальных навыков и сотрудничества.

IV. Кино-терапия в работе с детьми

Кино-терапия — это метод, в котором используются фильмы и видеоматериалы для работы с эмоциональными и психологическими проблемами. Этот подход позволяет детям увидеть свои переживания через призму персонажей и сюжетов.

1. Применение кино-терапии

* Просмотр фильмов: выбор фильмов, которые отражают проблемы, с которыми сталкивается ребенок.
* Обсуждение сюжета: после просмотра фильма терапевт проводит обсуждение, помогая ребенку осознать свои эмоции и переживания.

V. Хобби-терапия в работе с детьми

Хобби-терапия — это метод, основанный на использовании увлечений и хобби ребенка для развития его эмоционального состояния и социальной адаптации. Этот подход позволяет детям находить радость и удовлетворение в том, что они делают.

1. Методы хобби-терапии

* Идентификация увлечений: терапевт помогает ребенку определить его интересы и хобби.
* Развитие навыков: работа над хобби может помочь ребенку развить уверенность в себе и улучшить социальные навыки.

VI. Песочная терапия в работе с детьми

Песочная терапия — это метод, который использует песок и миниатюрные фигурки для самовыражения и проработки внутренних конфликтов. Этот подход позволяет детям визуализировать свои чувства и переживания.

1. Применение песочной терапии

* Создание песочных миров: дети создают свои собственные сцены и истории в песке, что помогает им выразить свои эмоции.
* Обсуждение созданного: терапевт обсуждает с ребенком созданные сцены, помогая ему осознать и проработать свои чувства.

VII. Камнетерапия в работе с детьми

Камнетерапия — это метод, использующий камни и минералы для работы с эмоциональным состоянием ребенка. Этот подход основан на вере в целебные свойства камней и их влияние на психоэмоциональное состояние.

1. Методы камнетерапии

* Работа с камнями: дети могут держать, гладить или использовать камни в игре, что помогает им успокоиться и сосредоточиться.
* Обсуждение ощущений: терапевт обсуждает с ребенком его ощущения и эмоции, связанные с использованием камней.

VIII. Куклотерапия в работе с детьми

Куклотерапия — это метод, который использует куклы для самовыражения и проработки эмоциональных проблем. Этот подход позволяет детям исследовать свои чувства через игру с куклами.

1. Применение куклотерапии

* Создание кукол: дети могут создавать свои собственные куклы, что помогает им выразить свои чувства.
* Игра с куклами: использование кукол в ролевых играх помогает детям проработать свои эмоции и социальные взаимодействия.

IX. Этнотерапия в работе с детьми

Этнотерапия — это метод, который использует культурные и этнические традиции для работы с детьми. Этот подход помогает детям осознать свою идентичность и культурное наследие.

1. Методы этнотерапии

* Изучение традиций: терапевт помогает детям изучать и понимать свои культурные традиции.
* Творческие занятия: использование традиционных ремесел и искусств для самовыражения и развития.

X. Автобиографический метод в работе с детьми

Автобиографический метод — это подход, который использует личные истории и опыт ребенка для работы с его эмоциональным состоянием. Этот метод помогает детям осознать и проработать свои переживания.

1. Применение автобиографического метода

* Написание историй: дети могут писать о своих переживаниях и опыте, что помогает им осознать свои эмоции.
* Обсуждение историй: терапевт обсуждает с ребенком написанные истории, помогая ему проработать свои чувства.

XI. Детская психогимнастика

Детская психогимнастика — это метод, использующий физические упражнения и движения для работы с эмоциональным состоянием ребенка. Этот подход помогает детям развивать уверенность в себе и улучшать эмоциональное состояние.

1. Методы психогимнастики

* Физические упражнения: использование различных упражнений для снятия напряжения и улучшения настроения.
* Игры на развитие координации: игры, которые помогают детям развивать физические навыки и уверенность в себе.

XII. Детская психодрама

Детская психодрама — это метод, использующий театральные техники для работы с эмоциональными проблемами. Этот подход позволяет детям исследовать свои чувства и переживания через ролевые игры.

1. Применение психодрамы

* Ролевые игры: дети играют различные роли, что помогает им проработать свои эмоции и социальные взаимодействия.
* Создание сценариев: терапевт помогает детям создавать сценарии, отражающие их переживания.

XIII. Детская арт-терапия

Детская арт-терапия — это метод, использующий художественные материалы для самовыражения и проработки эмоциональных проблем. Этот подход позволяет детям выразить свои чувства через творчество.

1. Методы арт-терапии

* Рисование и живопись: использование красок и бумаги для самовыражения.
* Лепка: работа с глиной или пластилином для создания объектов, отражающих чувства ребенка.

XIV. Психокоррекция страхов у детей

Страхи у детей могут проявляться в различных формах, и психокоррекция направлена на их преодоление. Основные методы включают:

* Когнитивно-поведенческая терапия: помогает детям осознать и изменить негативные мысли, связанные со страхами.
* Игровая терапия: позволяет детям через игру проработать свои страхи и тревоги.
* Экспозиционная терапия: постепенное знакомство ребенка с объектом страха в безопасной обстановке.

Заключение

Психокоррекция детей — это многогранный процесс, включающий в себя различные подходы и методики. Каждый из представленных методов имеет свои особенности и может быть адаптирован в зависимости от потребностей и проблем конкретного ребенка. Важно помнить, что работа с детьми требует чуткости, терпения и профессионализма, и выбор подхода должен основываться на индивидуальных особенностях ребенка и его ситуации.