

Управления образования администрации города Хабаровска
муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Центр развития ребенка – детский сад №167 «Родничок» г. Хабаровск

Консультация для родителей

Тема: «Арт-терапия в работе педагога-психолога ДОУ»

Составитель педагог - психолог
Кирилюк А.Н.

Октябрь 2023

АРТ-ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДОУ

В дошкольном возрасте закладывается база общего развития личности, где начинают формироваться те качества, которые будут проявляться на протяжении всей жизни. В дошкольном детстве развивается эмоционально-волевая сфера, идёт период творческой активности, игры, развития воображения и наглядно-образного мышления. И в данном возрастном периоде ребёнка, важно, чтобы взрослые, а именно, воспитатели, психологи, родители, помогали ребёнку справиться с различными проблемами. А проблемы могут быть следующие: агрессивность, неадекватная самооценка, повышенная тревожность, сложность адаптации в коллективе, сложность в налаживании коммуникации. И одними из методов, которые могут применить педагоги для решения детских проблем, это методы арт-терапии. Даже в одной из статей, Л.Н Иваненко говорит: «Арт-терапия и детская психология – отличная пара!»

Сам термин арт-терапия (от англ. «art» - искусство, «therapy» – лечение) впервые использовал английский художник Адриан Хилл. «В 1938 году, находясь на лечении в туберкулезном санатории, в рамках трудотерапии он стал обучать других пациентов рисованию. В ходе занятий Хилл заметил, что творчество помогает пациентам справиться с душевными переживаниями и переносить физическую боль».

Б.Д. Карвасарский определяет арт-терапию, как «использование искусства как терапевтического фактора». **Арт-терапия** - это простой и эффективный способ психологической помощи, основанный на творчестве и игре. Арт-терапия подходит как для взрослых, так и для детей. То есть арт-терапевтические упражнения педагоги могут проводить в образовательных организациях и с детьми, и с родителями, и с другими педагогами, так же делаясь опытом.

Арт-терапевтическая работа эффективна при работе с детьми. Вся творческая деятельность ребенка является важным элементом его развития, ведь ребенку в основном важен не результат, а сам процесс рисования, творения. Именно поэтому арт-терапия так эффективна при работе с детьми. Ребенок не задумывается о конечном результате, он получает удовольствие от самого процесса, вот почему этот процесс для него так терапевтичен. Это и является **основным принципом арт-терапии**, а именно одобрение творческой деятельности взрослого и ребёнка, без оценочное отношение и безусловное принятие.

Словосочетание «арт-терапия» в научно-педагогической интерпретации понимается как забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, группы, коллектива средствами художественной деятельности.

Среди позитивных феноменов, зафиксированных как зарубежными, так и отечественными специалистами, можно выделить наиболее значимые.

Арт-терапия:

- Создает положительный эмоциональный настрой.
- Позволяет обратиться к тем реальным проблемам или фантазиям, которые по каким – либо причинам затруднительно обсуждать вербально.
- Дает возможность на символическом уровне экспериментировать с самыми разными чувствами, исследовать и выражать их в социально приемлемой форме. Работа над рисунками, картинками, скульптурами – безопасный способ разрядки разрушительных и саморазрушительных тенденций (К. Рудестам). Позволяет проработать мысли и эмоции, которые человек привык подавлять.

- Развивает чувство внутреннего контроля. Арт - терапевтические занятия создают условия для экспериментирования с кинестетическими и зрительными ощущениями, стимулируют развитие сенсомоторных умений и в целом правого полушария головного мозга, отвечающих за интуицию и ориентацию в пространстве.

- Способствует творческому самовыражению, развитию воображения, эстетического опыта, практических навыков изобразительной деятельности, художественных способностей в целом.

- Повышает адаптационные способности ребенка к повседневной жизни и школе. Снижает утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления, связанные с обучением.

- Эффективна в коррекции различных отклонений и нарушений личностного развития. Опирается на здоровый потенциал личности, внутренние механизмы саморегуляции и исцеления.

Наиболее популярными и часто используемыми видами арт-терапии являются: изотерапия, хромотерапия, сказкотерапия, игровая терапия, песочная терапия, музыкальная терапия, фототерапия. Очень часто перечисленные виды терапии переплетаются в одном занятии (терапевтической сессии).

Занятия с детьми не должны ограничиваться обычным набором изобразительных средств (бумага, кисти, краски) и традиционными способами их использования. Ребенок более охотно включается в процесс, отличный от того, к чему он привык.

Арсенал способов создания изображений широк: акватушь, рисование сыпучими продуктами или засушенными листьями, рисование пальцами и ладонями, пульверизатором и т. д. Немного фантазии, и на песке, приклеенном к бумаге, расцветут цветы, в воздух взлетит фейерверк из мелких бумажек, кляксы превратятся в бабочек, пятна краски — в невиданных животных. Ребята почувствуют свой успех, ведь они смогут победить злых чудовищ, сжечь свои страхи, помирить игрушки.

Задачи арт-терапии

Диагностика.

Повышение осознанности ребёнка. Ребёнок должен понимать, что сейчас с ним происходит на занятии, чему он учится.

Использование средств искусства. Арт-терапия-это не просто создание работы, но и организация внутреннего диалога между ребёнком и тем, что он создал.

Построение арт-терапевтической программы с учётом возрастных особенностей. Психологу нужно понимать, какие должны быть у ребенка объективно выстроенные возрастные новообразования, и соответствует ли то, что он видит, этим возрастным особенностям.

Виды и техники арт-терапии

1. Изотерапия- одно из частых направлений арт-терапии. Рисование-это творческий акт, позволяющий ребёнку ощутить и понять самого себя. Ребёнок начинает выражать свои мысли, освобождаться от различных конфликтов. Детский рисунок рассматривается как символическое выражение его отношения к миру. В рисунке можно увидеть особенности межличностных отношений, например, в семье или в группе. Рисование-это возможность для развития воображения, мышления, зрительно-моторной координации. Достоинство рисования в том, что оно требует работы многих психических процессов.

«Рисование страха»

Цель: Снятие напряжения, проведение коррекции страхов и тревожности.

Инструкция: Попросить ребенка нарисовать «страшный рисунок, что-нибудь страшное». При отказе ребёнок рисует то, что хочет (это дополнительный диагностический фактор). После того, как дети нарисовали свои страхи, им предлагается разорвать свой рисунок или заштриховать (посадить в клетку и запереть на замок).

Рисование – это творческий акт, позволяющий ребенку ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, освободиться от конфликтов и сильных переживаний, развить чувство сопереживания, быть самим собой, свободно выражать мечты и надежды. Это не только отражение в сознании детей окружающей и социальной действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней. Детский рисунок в первую очередь рассматривается как проекция личности ребенка, как символическое выражение его отношения к миру. В детском рисунке отражаются не только уровень развития графических навыков и овладение техникой рисования, но и характеристики интеллектуального развития, особенности личности и характера, а также особенности межличностных отношений, например, в семье.

Стремление ребенка к свободному рисованию, манипулирование с красками естественно для него. Малыша не столько интересует сюжет рисунка, сколько сам процесс изменения окружающего мира с помощью цвета. Именно рисование дарит ощущение «творца», первооткрывателя, «автора», сотворившего неповторимое, радость, удовольствие и уверенность в себе.

Рисование представляет естественную возможность для развития воображения, гибкости и пластичности мышления, зрительно-моторной координации. Его достоинство заключается в том, что оно требует согласованного участия многих психических функций.

2. Сказкотерапия. Её главное отличие от других методов арт-терапии в том, что психологическое воздействие происходит на ценностном уровне. Сказки доносят до сознания ребёнка информацию о базовых жизненных ценностях. Главная цель сказкотерапии - способствовать личностному развитию детей и их социальной адаптации.

3. Игротерапия. Цель использования игротерапии состоит в том, чтобы ребёнку дать возможность «прожить» в игре волнующие его ситуации при полном внимании и сопереживании взрослым.

«Передаём рисунок по кругу»

Цель: развивать тактильную чувствительность и умение взаимодействовать друг с другом.

Инструкция: Дети садятся в круг. Ведущий на ладошке одного ребёнка косметическим карандашом изображает какой-либо рисунок (круг, квадрат, ёлочка и т.д.). Затем этот рисунок ребёнок изображает на ладошке сидящего рядом участника, и так по кругу, пока не дойдёт до последнего. Последний ребёнок должен озвучить то, что ему нарисовали.

4. Музыкаотерапия. Музыка - великое искусство, которое с древних времён является естественной формой выражения эмоциональных состояний человека. Занятия музыкотерапией способствуют развитию внимания, воображения, коммуникативных навыков. Многие методики музыкотерапии предусматривают и отдельное использование музыки в качестве основного лечебного фактора, и дополнение музыкальным сопровождением иных арт-терапевтических приёмов.

«Дракон»

Цель: помочь детям, испытывающим затруднения в общении, обрести уверенность в себе и почувствовать себя частью коллектива.

Инструкция; используется музыка И.Штрауса «Полька». Играющие становятся в линию и держатся за плечи соседей. Первый участник-«голова», последний - «хвост». «Голова» должна дотянуться до «хвоста» и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Когда «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

В арт-терапии существует много различных упражнений, направленных на решение той или иной проблемы. Использование арт-терапевтических методов в работе с дошкольниками, это тот способ, благодаря которому ребёнок может сохранить своё психическое и физическое здоровье. Важно, чтобы взрослый помогал детям и поддерживал их во время познания ими этого лечебного искусства.

Литература:

- 1) Иваненко Л.Н. Изотерапия как метод арт-терапии. [Электронный ресурс]. – URL: http://ext.spb.ru/2011-03-29-09-03-14/89-preschool/11224-Izoterapiya_kak_metod_artterapii.html)
- 2) Электронный научный журнал “Системная интеграция в здравоохранении” · №6(36) 2017 · www.sys-int.ru стр 71)
- 3) Карвасарский Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия [Тест] / Б.Д. Карвасарский. - СПб.: Питер, 2002. - 1024 с.)
- 4) Киселева М. В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. — СПб.: Речь, 2006. — 160 с
- 5) Тарарина, Елена Практикум по арт-терапии в работе с детьми. / Елена Тарарина — К., 2018. — 256 с.
- 6) Свистунова Е.В. Разноцветное детство: игротерапия, сказкотерапия, изотерапия, музыкотерапия.-М: Редкая птица.2019. 176 стр.