

Арт-терапия в воспитательно- образовательном процессе ДОУ.

Воспитатель:

Корякина Ирина Владимировна

МКДОУ №13

г.Россошь.

Не секрет, что именно дошкольное детство – один из самых важных этапов в жизни ребёнка. В этот период ребёнок активно познаёт окружающий мир. А в детском саду ребёнок получает первый опыт взаимодействия с другими людьми, пытается найти свое место среди них, учится жить в ладу с самим собой и окружающими и получает первые элементарные знания. Задача специалистов дошкольного образования заключается в том, чтобы и опыт, и навыки, и знания ребенок получал в комфортных для него психологических условиях и в той степени, какая ему необходима. Увеличение количества детей, имеющих речевые патологии, диктует необходимость пересмотра имеющихся методов и технологий коррекционно-развивающей работы в дошкольных образовательных учреждениях.

Работа над этими проблемами способствовала поиску новых технологий в работе с детьми. Наиболее приемлемой, на мой взгляд, является арт-терапия. *Арт-терапия* в буквальном переводе с английского языка – «лечение искусством». Это уникальный метод естественного раскрытия личности, который с успехом применяется психотерапевтами, психологами, педагогами.

Анализ результатов.

Прежде чем внедрять повсеместно арт-терапию для дошкольников, ученые провели множество исследований, результаты которых оказались положительными. Так, были набраны группы детей с речевыми нарушениями. Известно, что задержка речевого развития негативно влияет и на общее развитие ребенка, потому что, изучая мир, общаясь со своими сверстниками, с людьми, которые старше, отвечая им, малыш познает мир. Смотрит, как нужно поступать в той или иной ситуации, планирует свои ответы и т.д.

Одновременно с речевой задержкой страдает и эмоциональной, да и чаще всего проблемы с речью кроется не только в логопедии. Проблемы кроются намного глубже. И единственный способ как-то изменить это – найти индивидуальный подход к ребенку, желательно в момент его увлечения чем-то, найти с ним общие интересы, чтобы он мог раскрыться, показать свои эмоции, и как следствие, начать говорить и понимать окружающий мир.

Использование арт-терапии в практике педагога-психолога дошкольного образовательного учреждения обосновано присущими ему функциями: воспитательной, развивающей, коррекционной, психотерапевтической, диагностической. Арт-терапия имеет широкие возможности в развивающей и коррекционной работе с детьми-дошкольниками. Позволяет развивать коммуникативные навыки ребёнка способность к сотрудничеству со сверстниками. Помимо всего прочего, арт-терапия – прекрасный способ безболезненно для других выразить свои эмоции и чувства.

Творчество тесно связано с жизнью ребенка, наполненной богатой игрой фантазии и символической деятельностью. Дети еще не умеют ясно выразить свои мысли, зато умеют рисовать, лепить, фантазировать. Именно, методы арт-терапии позволяют ребенку выразить свое состояние через рисунок, танец, сказку, игру. Чувства и эмоции нередко находят выражение с помощью используемых детьми символов. Происходит смешение внутренней и внешней реальности. В своем творчестве дети, не задумываясь, рисуют, изображают, воспроизводят то, что чувствуют. Именно «арт-терапия» позволяет добиться положительного развивающего эффекта в работе с детьми. На мой взгляд, проведение интегрированных коррекционно-развивающих занятий, в которых сочетаются музыкотерапия, фототерапия, техники телесно-ориентированной арт-терапии и др. наиболее эффективно, так как у ребенка появляется возможность реализовать свои творческие способности и фантазию, обогащается словарь детей, а главное - развиваются коммуникативные умения.

На арт-терапевтических занятиях с дошкольниками искусство не является самоцелью, оно лишь средство, которое помогает лучше понять себя.

Цель занятий: не научить ребенка рисовать или лепить, а помочь средствами искусства справиться с проблемами, вызывающими у него негативные эмоции, которые зачастую он не может вербализовать, и дать выход творческой энергии. Арттерапевтические занятия способствуют более ясному, тонкому выражению своих переживаний, проблем, внутренних противоречий, с одной стороны, а также творческому самовыражению - с другой. В процессе творчества ребенок гораздо ярче и нагляднее может проявить себя, чем в письме или в речи. Выделяют следующие виды арт-терапии:

- Изотерапия, во время которой дети рисуют красками, карандашами

- Цветотерапия, во время которой благодаря воздействию и изучению цветов, ребенок лучше познает окружающий мир
- Песочная терапия, которая позволяет развить не только воображение, но и улучшает моторику из-за необычности песка
- Игротерапия, во время которой проводят специальные игры, каждая из которых направлена на познание определенной эмоции, действия и т.д.
- Музыкотерапия, которая нравится многим детям, так как на ней разрешают даже покричать
- Сказкотерапия, во время которой малышу прививаются нравственные качества через героев книжек, на их примере, на их поступках

Взаимодействие с детьми во время арт-терапии строится на взаимном понимании, уважении, на выборе предпочтений, поэтому большинству малышей это нравится, и они с удовольствием посещают занятия.

Каждый из видов арт-терапии имеет свои, узкие, методики, которыми владеют специалисты. В целом же можно сказать, что методы всех видов арт-терапии базируются на «переключении» активности полушарий головного мозга. Левое полушарие – это своеобразный цензор, разум, сознание, которое подчас не пропускает наружу искренние чувства, подавляя их. Правое же полушарие, которое активизируется во время творческой деятельности, запускает бессознательные процессы, открывающие путь к выражению подлинных переживаний. В результате арттерапевтических занятий полушария начинают «дружно» работать вместе, и работа эта направлена на осознание и исправление внутренних, бессознательных проблем: страхов, комплексов, «зажимов» и т.д.

Арт-терапия не требует художественных навыков или способностей к изобразительному искусству, поэтому каждый ребенок может участвовать в этой работе. Рисунки и поделки отражают мысли и настроение детей и позволяют диагностировать психологические отклонения в развитии (неврозы, стресс).

На занятиях ребенок свободно проявляет свою фантазию. Использование подручного материала (глина, гуашь, нитки, макароны, камни и песок) развивает мелкую моторику.

Уроки музыки, пения и танцев помогают ему уже за несколько занятий снять напряжение, избавиться от негативных эмоций, преодолеть свои глубинные страхи (боязнь воды, собак, темноты и насекомых).

В ходе учебного процесса дошкольник учится общению со сверстниками и приобретает веру в себя, получает новые знания об окружающем мире.

Занятия проводятся профессиональными педагогами (психолог, логопед) в развлекательной форме, что позволяет заинтересовать пассивных детей и сделать их активными участниками процесса, а не просто слушателями. С помощью игр и специальных упражнений выявляются и развиваются скрытые умения, вызывающие у малышей положительные эмоции и чувство удовлетворения от результатов своего творчества.

Главными задачами, которые эффективно решает арт-терапия для дошкольников, являются:

- Развитие познавательно-речевой активности, коррекция поведения;
- Гармонизация эмоционального состояния детей;
- Расширение кругозора через приобщение к культурному наследию (литература, театр, музыка, живопись, скульптура, фотография);
- Раскрытие творческого потенциала;
- Развитие оригинальности мышления;
- Улучшение внимания и памяти;
- Формирование активной жизненной позиции;
- Повышение самооценки;
- Развитие коммуникативных способностей.

Преимущества арт-терапии для дошкольников.

Благодаря тому, что арт-терапия совмещает в себе и психологию, и медицину, и педагогику, получается достичь многих целей, а самое главное, выделить массу преимуществ.

- Во-первых, обстановка на занятиях абсолютно безопасная. На них нет никакой конкуренции, каждый ребенок делает то, что ему нравится и сам старается достичь поставленных целей
- Во-вторых, благодаря тому, что после каждого занятия получается видимый результат (рисунок, танец, песня, поделка и т.д.), можно четко проследить за развитием малыша, увидеть, насколько комфортно ему, насколько изменилось его мировоззрение
- В-третьих, каждый ребенок может осознать собственную ценность. После каждого занятия родители видят поделку, за которую хвалят. Также, иногда преподаватели просят малышей сделать часть к чему-то общему. И видя, что его сделанная частичка составила одну общую картину, он будет не только горд собой, но и поймет, что значит многое
- В-четвёртых, детки, у которых наблюдаются проблемы с речью, могут найти иные способы выражения своих эмоций через искусство, тем самым не замыкаясь в себе.

Большое внимание уделяется результатам после занятий, потому что именно они показывают, насколько действенна терапия для определенного ребенка и нужно ли что-то изменить в подходе.

Изотерапия.

Один из самых распространенных методов арт-терапии - это изотерапия. Она изучена намного больше, чем другие способы, да и применять ее проще. Все дети любят рисовать, кто-то берет для этого карандаши, кто-то фломастеры, а некоторые рисуют исключительно красками. И ничего удивительного в предпочтениях малышей нет, потому что каждый из них видит мир по-своему и осваивает те методы, которые ему ближе и понятнее. Это тоже касается рисунков.

Специалисты по изотерапии способны на основании рисунка малыша сделать выводы об его эмоциональном состоянии, о психологической составляющей. Так, некоторые родители замечают, что их ребенок в определенный момент начинает рисовать исключительно только темными цветами. Это говорит о том, что его состояние, в первую очередь моральное и психологическое, напряженное, что его что-то беспокоит. И очень важно узнать, что именно.

В процессе обучения и прохождения [терапии](#), улучшение его состояния будет заметно по его же рисункам. Так, если ребенок стал применять светлые или яркие цвета, постепенно заменять темное на яркое, то это говорит о правильности выбранного направления. Тем родителям, дети которых любят рисовать, нужно в самом начале стараться учить самим, самые доступные и легкие фигуры, штрихи и т.д., а уже затем отдать в художественную школу для развития навыков.

Песочная терапия.

Совсем недавно стала применяться терапия песком, которая очень нравится деткам. Если посмотреть на детскую площадку летом, то можно заметить, что практически все дети с удовольствием лепят куличики, строят замки и т.д. Песок нередко действует на детей как магнит. Прежде чем они успеют осознать, что они делают, их руки сами просеивать песок, строят тоннели, горы и т.д. (а если к этому добавить миниатюрные фигурки, игрушки, тогда появляются целый мир, разыгрываются драмы, и ребенок полностью погружается в игру). Песок обладает свойством пропускать воду. Наблюдения показывают, что игра в песок позитивно влияет на эмоциональное самочувствие детей, это делает ее прекрасным средством для

«заботы о душе». Основополагающая идея песочной терапии сформулирована так: игра с песком предоставляет ребенку возможность избавиться от психологических травм с помощью перенесения вовне, на плоскость песочницы, фантазий и формирования ощущения связи, и контроля над своими внутренними побуждениями. Ребенок в процессе песочной игры имеет возможность выразить свои самые глубокие эмоциональные переживания, он освобождается от страхов и пережитое не развивается на психическую травму. Песочная терапия ориентирована на то чтобы помочь маленькому ребенку развивать более позитивную «Я-концепцию», стать более ответственным в своих действиях и поступках, выработать большую способность к самопринятию, в большой степени полагаться на самого себя, овладеть чувство контроля, развивать самооценку и обрести веру в самого себя.

Игра в песке дает средства для разрешения конфликтов и передачи чувств. Игрушки вооружают ребенка подходящими средствами, поскольку они вне всякого сомнения, являются той средой, в которой может осуществляться самовыражение ребенка. В свободной игре он может выразить то, что ему хочется сделать. Когда он играет свободно, а не по чей-то указке, он совершает целый ряд независимых действий.

Применение песочницы наиболее подходит для работы с детьми дошкольного возраста. Часто маленькие дети затрудняются в выражении своих переживаний из-за недостаточного развития вербального аппарата, бедности представлений или задержки развития, предлагаемая техника может оказаться весьма полезной. Невербальная экспрессия с использованием разнообразных предметов песка, воды, а также конструктивных и пластических материалов для них наиболее естественна, что становится особенно значимо при наличии у ребенка определенных речевых нарушений.

Каждая выбранная фигурка воплощает какой-либо персонаж, который может взаимодействовать с другими героями. Ребенок сам придумывает, о чем они говорят или что-то делают: иногда он может пригласить присоединиться к игре и выступать от лица какого-либо персонажа. Во всех случаях ребенок чувствует себя хозяином своего маленького мира и является режиссером драмы, разыгрывающийся на песочном листе. То, что прежде таилось в глубине детской души, выходит на свет: персонажи игры приходят в движение, выражая наиболее актуальные для ребенка чувства и мысли.

Игра на песке с фигурками особенно плодотворна в работе с теми детьми которые никак не могут выразить свои переживания. Дети с заниженной самооценкой, повышенной тревожностью и застенчивостью обычно охотно выбирают фигурки и переключают на них внимание. Дети же с неустойчивым вниманием весьма экспрессивны, игры дает им богатые кинестические ощущения. Агрессивные дети легко выбирают персонажей, символизирующих агрессора и жертву. Дети переживающие

психологическую травму находят для себя такую игру весьма полезной, она помогает им заново пережить травматическое событие.

Игрой с песком не нужно руководить. Взрослый выполняет всего лишь роль зрителя. Это активное присутствие, а не руководство процессом. Положительная энергетика ребенка, которая высвобождается во время игры, оказывает положительное влияние на развитие личности и последующее обучение дошкольников.

Опытные специалисты во время специальных занятий с песком могут по действиям, по поведению малыша обратить внимание на его психологическое состояние. Известны случаи, когда же при помощи занятий с песком удалась корректировать поведение деток с легкой формой аутизма, задержкой психологического развития и т.д. К тому же, было отмечено, что именно этот вид терапии способен помочь в лучшей реабилитации в случае перехода в другой детский сад, потере близкого человека, домашнего животного, переезда из одного города в другой и т.д.

Для таких занятий малышу нужна будет небольшая песочница, много игрушек и емкость с водой, чтобы мочить песок и лепить с него фигуры. Во время занятий арт-терапевт задает вопросы малышу, старается направить его действия, тем самым, помогая, приспособиться к окружающему миру, а также контролировать свои эмоции.

Сказкотерапия для дошкольников.

Практически все родители знают, насколько важно читать детям сказки, потому что из них он может познать нормы поведения, сравнить их с чем-то. Сказкотерапия включает в себя не только чтение книг, но также и обсуждение смысла, героев и их поступков. К тому же, педагоги предлагают детям самим придумывать сказки, давая им одного или двух героев. А так как детки очень любят сочинять, такие сеансы приходятся им по душе.

В зависимости от того, что делают персонажи рассказа, куда они попадают, как себя ведут, педагог может сделать вывод об общем состоянии ребенка, и в случае зарождения каких-то проблем при помощи сказок помочь ему.

Например, непослушным детям придумывают сказки, в которых при хорошем поведении их хвалят, обнимают и т.д. Именно на это реагируют дети, потому что они хотят быть лучшими и хорошими, видеть к себе больше внимания. Правда, не все умеют добиваться его хорошими методами. А на примере сказочных героев, сделать это просто.

Музыка и танцы

Все дети любят танцевать, им нравится, когда включают музыку, учат каким-то движениям. Так устроены все люди, что под определенное настроение им хочется слушать определенную музыку. Так же и у малышей.

Музыкотерапия, правда, сегодня встречается очень редко, но с каждым годом из-за повышения ее популярности, появляется все больше специалистов.

Музыка способна помочь ребенку в следующем:

- Снять стресс. Иногда малыш напряден, потому что на него много чего навалилось, и да, на удивление, у детей есть свои «детские проблемы». И чтобы снять этот стресс, напряжение, ему нужно помочь. Отличный способ отвлечься – это танец под веселую музыку
- Отрегулировать отклонения в речи. Многие психологи и логопеды считают, что песни помогают малышу лучше говорить, так как задействуются клетки головного мозга, язык тренируется и т.д.
- Отрегулировать его поведение, например, когда ребенок часто проявляет агрессию, грубит
- Увеличить подвижность, благодаря чему улучшается общее физическое состояние

Во время музыкотерапии педагог представляет перед ребенком целую неизведанную и необычную для него страну, где правят короли, принцессы. Воображение ребенка создает интересные картины, ему хочется понять больше.

А самое главное, танцы и музыка помогают ребенку отвлечься от реального мира. Кстати, взрослые делают также, включая громко музыку и танцуя под нее.

Театр для малышей.

В каждом детском саду несколько раз в год проводятся утренники. Правда, не всем малышам достаются хорошие роли, да и стесняются тоже многие. Именно поэтому отличным способом адаптировать ребенка к жизни, дать ему шанс приобрести свою индивидуальность будет посещение театрального кружка. В театральном кружке ребенок будет примерять на себя различные образы, использовать свой голос, свою мимику и жесты, повторять интересные движения. Благодаря этому он станет увереннее.

Куклотерапия

используется в работе с детьми и основана на идентификации с образом любимого героя (сказки, мультфильма, игрушки). Используется данная методика при различных нарушениях поведения, страхах, трудностях в развитии коммуникативной сферы и т. д. Технология проведения куклотерапии заключается в том, что с дорогим для ребенка персонажем разыгрывается в лицах в «режиссерской игре» история, связанная с травмирующей его ситуацией. Необходимо в ходе игры добиться того, чтобы инсценирование рассказа захватило ребенка и он, сочувствуя герою, идентифицировался с ним. По мере разворачивания сюжета эмоциональное напряжение ребенка должно возрастать. Для этого сюжет строится по «нарастающей», с «разворачиванием» конфликта в конце, достигнув максимума, сменяется бурными эмоциональными реакциями (плачем, смехом), снятием напряжения. После завершения «спектакля» ребенок должен почувствовать облегчение. Очень важно, чтобы в театрализованном действии было начало, кульминация (когда герою угрожает что-либо) и развязка (герой побеждает). Конец должен быть всегда позитивным. Таким образом, технология куклотерапии выражается в усилении эмоционального напряжения, которое постоянно испытывает ребенок, до такой степени, чтобы оно могло перейти в новую форму — расслабление.

Драматерапия.

Разыгрывание по ролям и драматизация сюжета, где осуществляется «реконструкция поведенческой реакции». Роль — «лечебный образ» — подбирается с учетом индивидуальных, конструктивных форм общения. Проигрывание ролей направлено на разрушение старых патологических коммуникативно-поведенческих стереотипов. Правильный подбор образов обеспечивает предварительная психолого-педагогическая диагностика.

Арт-терапия для дошкольников — очень важное направление, которое позволяет помочь малышу адаптироваться в новых условиях, обрести свою индивидуальность, перестать стесняться.