

Арт-терапия как современная технология развития детей дошкольного возраста



Подготовила:

педагог-психолог МАДОУ ДС № 11,

Шулаева А. Е.

Стоит отметить, что термин «арт-терапия» мы можем перевести дословно как «лечение искусством». Таким образом, арт-терапевтические методы представляют собой легкий и весьма продуктивный способ оказания психологической помощи, что базируется на творчестве и игре, которые так интересны не только детям, но и взрослым.

Используя в работе формы арт-терапевтических практик, мы ставим целью способствование гармонизации развития личности ребенка при помощи самопознания и самовыражения, то есть в процессе лепки, рисования, игр, создания аппликаций/оригами, конструирования и тому подобного мы научаем дошкольника выражать свои эмоции и чувства, способствуя снятию психоэмоционального напряжения.

Важно отметить, что в арт-терапии нет оценок и критики, а также требований к наличию определенных способностей или таланта, ведь ориентация идет не на результат, а на сам творческий процесс.

С чем же работает арт-терапия?

- Уменьшение проявлений агрессивности, враждебности, непослушания или упрямства;
- Работа со страхами, тревожностью, волнением;
- Преодоление трудностей в межличностной коммуникации;
- Работа с неуверенностью в себе, низкой самооценкой, застенчивостью;
- Снижение уровня излишней возбудимости, импульсивности или гиперактивности;
- Сопровождение возрастных кризисов;
- Активизация психических процессов;
- Сплоченность коллектива;
- Формирование творческих способностей, а также развитие воображения и креативности;
- Снятие психоэмоционального напряжения.

Виды арт-терапии:

- *Песочная терапия* – создание в специальной песочнице определенного безопасного пространства для ребенка;
- *Изотерапия* – использование нетрадиционных техник рисования;
- *Музыкальная терапия* – использование нетрадиционных и примитивных музыкальных приемов для создания музыки и ее прослушивания;
- *Драматерапия* – проигрывание определенных жизненных ситуаций и сюжетов, которые происходят с ребенком, чтобы найти оптимальное решение проблемы и помочь ему посмотреть на ситуацию со стороны;

- *Сказкотерапия* – чтение, обсуждение или создание определенных рассказов;
- *Кукольная терапия* – метод коррекции при помощи использования или создания кукол.

Первый опыт внедрения арт-терапии в работу с детьми относится ещё к первой половине 19 века. Важно отметить, что с каждым годом к использованию данного направления обращаются все больше практикующих психологов, заинтересованных в успешном раскрытии потенциала своих юных клиентов.

Особенностью работы с детьми дошкольного возраста является не всегда успешные попытки ребенка сообщить о своих переживаниях и состояниях словами, но движения, творческие продукты деятельности и невербальная экспрессия могут помочь им выплеснуть испытываемые эмоции и состояния. В готовом продукте творческой деятельности ребенка они становятся доступными для восприятия и анализа.

Также, ввиду того, что мышление детей носит более образный и точный характер, чем у взрослых людей, они часто используют возможность обращаться к творчеству как попытку осмыслить реальность и понять, каким образом взаимодействовать с окружающим миром, поэтому мы можем выявить в рисунках уровень психологической зрелости и интеллекта.

Воспитанникам младших групп дошкольного образовательного учреждения отлично подойдет создание отпечатков пальчиков и ладошек, рисование ими, создание оттиска из фруктов или овощей, использование в создании рисунка хозяйственных губок, газет (или мятой бумаги), перчаток, ваты (или поролона), пробок и так далее. Также рекомендуется обращаться к классическим музыкальным произведениям (Гайдан, Моцарт, Чайковский, Шуберт и так далее).

Воспитанники средних групп уже могут познакомиться с более усложненными техниками. Например, создание отпечатков при помощи ватных палочек, использование мела (или воска) с акварелью, создание

отпечатков с листвы или ниточек. Также, стоит обратиться к разным сказкам про зверят, разные предметы, девочек/мальчиков, а затем составить по ним несколько вопросов. Например, «а что бы ты сделал на месте героя?», «а как себя чувствует сейчас этот герой?» и так далее.

В возрасте старших дошкольников ребята могут оценить задания, в которых нужно рисовать пузырями от пены или песком, раздувать краску при помощи коктейльных трубочек, обращаться к пластилинографии и рисованию отпечатками. Также, в этом возрасте уже можно попробовать написать собственную сказку совместно с ребенком.

Главным правилом, которого стоит придерживаться проводящему арт-терапию – соблюдение ненавязчивости. Дети должны создавать свое собственное произведение, а не действовать по заранее определенному плану. Только в этом случае занятия окажутся действительно полезными и интересными для них.