

Арт-терапия в работе ДОУ

Дошкольный возраст обоснованно считается наиболее важным периодом в процессе формирования личности человека. В этот период ребенок активно познает окружающий мир. А в детском саду ребенок 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. В настоящее время педагоги дошкольных образовательных учреждений находятся на пороге новой эпохи в истории российского дошкольного образования. На данном этапе происходит пересмотр содержания дошкольного образования. Вступили в силу Федеральные государственные образовательные стандарты, которые предполагают написание программы и подбор педагогических технологий с учетом особенностей контингента воспитанников. В эти инновационные процессы, касающиеся обновления содержания дошкольного образования, форм его реализации, методов и приемов преподнесения содержания детям, вовлечены и педагоги нашего дошкольного учреждения. 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. Психика ребенка очень ранима и требует бережного к себе отношения, ведь малыш только начинает узнавать самого себя и этот мир вокруг. И на своем пути дети часто сталкиваются с серьезными трудностями: в семье, в детском саду, в общении и наедине с самими собой. Взрослые очень хотят им помочь, но часто не знают как: убеждения и нравоучения не помогают, а сам малыш не может толком ничего объяснить. В таких случаях и может помочь арт-терапия.

Арт-терапия представляет собой методику лечения и развития при помощи художественного творчества. Детская арт-терапия – это простой и эффективный способ психологической помощи, основанный на творчестве и игре. Другими словами, это – лечение творчеством. К основным задачам арт-терапии для детей дошкольного возраста можно отнести:

- Развитие речевой и познавательной активности. Это происходит в момент приобщения к чему-то новому. Так, малыш, в первый раз увидев цветной песок, желает знать, а почему он цветной (ведь привык же, что он только желтый), увидев новое танцевальное движение, он хочет его повторить и т.д.
- Развитие уверенности в себе. У каждого ребенка на первых занятиях может что-то не получаться, но, благодаря стараниям взрослых, с каждым разом ему удается сделать что-то новое и больше, чем на предыдущем занятии.
- Стабилизировать эмоциональное состояние, научить его контролировать эмоции. Это достигается путем проб и ошибок.
- Развитие личности, а именно воспитательные моменты, касающиеся вежливости, благодарности, понимания, помощи и т.д. На самом деле задача у арт-терапии много, но важно не это. Несмотря на многочисленность поставленных задач, все их удается достичь, потому что нет прямого навязывания, все происходит в игре, в легкость и в доброжелательности.

На сегодняшний день существует много видов арт-терапии для дошкольников, что позволяет современным педагогам внедрять их в своей деятельности с детьми. В работе со своими воспитанниками мы используем **игротерапию**, ведь игра – основной вид деятельности детей дошкольного возраста. Игра имеет сильное влияние на развитие личности ребенка, способствует развитию общения, коммуникации, созданию близких взаимоотношений, повышает самооценку. В игре формируется произвольное поведение ребенка, его социализация.

Музыкотерапия – это особая форма работы с детьми, с использованием музыки в любом виде (записи на магнитофоне, прослушивание дисков, игра на музыкальных инструментах, пение и др.) Музыкотерапия дает возможность активизировать ребенка, преодолевать неблагоприятные установки и отношения, улучшать эмоциональное состояние. Музыка сопровождает детей в течение всего дня в разных видах деятельности. Утром необходима солнечная мажорная классическая музыка, добрые песни с хорошим текстом; для расслабления, снятия эмоционального и физического напряжения, для приятного погружения в дневной сон используем мелодичную классическую и современную релаксирующую музыку, наполненную звуками природы (шелест листьев, голоса птиц, стрекотание насекомых, шум морских волн и крик дельфинов, журчание ручейка). Дети на подсознательном уровне успокаиваются, расслабляются; пробуждению детей после дневного сна поможет тихая, нежная, легкая, радостная музыка. Детям легче и спокойнее переходить из состояния полного покоя к активной деятельности. Во время НОД, дети с удовольствием занимаются музыкальной деятельностью: пение, танцы, игра на

музыкальных инструментах, слушание музыки, инсценировки сказок с использованием музыкального сопровождения.

Песочная терапия. Песок – прекрасный материал для работы с детьми любого возраста. Неоднократное наблюдение за работой психологов, использующих песочную терапию, знакомство с задачами, механизмами и приёмами данной методики позволили нам адаптировать эту технологию в условиях нашего дошкольного учреждения и применить многие из разработанных ими упражнений в работе с детьми.

Совместно с родителями, были изготовлены пособия «Песок-помощник». Данное пособие представляет собой деревянный ящик, с отдельными ячейками. В одной из них насыпан тонким слоем песок. В более мелких – пуговицы, фасоль, зубочистки, стеки, бусины разной величины и цвета. Далее нами был разработан и составлен план работы по подготовке ребенка к письму на год с заданиями, которые позволяют детям учиться выполнять на песке элементы букв, развивать умение ориентироваться в пространстве, развивать фантазию, мелкие мышцы рук, а также способствовать переносу традиционных обучающих заданий в песок. Каждое задание имеет свое название и цели, например: «По морям, по волнам...», «Светит солнышко в окошко...», «Вяжем спицами рукавичку», «Обведи лабиринт», «Божья коровка, полети на небо...», «Золотая рыбка», «Кисть винограда», и т.д. С помощью песка дети раскрепощаются, ведь не страшно сделать ошибку – ее можно легко исправить. Игры с песком побуждают детей к общению, способствуют обогащению словаря, совершенствованию разговорной речи. Использовать игры с песком можно как во время образовательной деятельности, так и в свободное время с детьми разного уровня развития, подбирая игру в соответствии с поставленной задачей. Общеизвестно, что сотрудничество с родителями дает возможность достичь более успешных результатов. Поэтому мы знакомили их с методикой игротерапии на родительском собрании, проводили консультации, мастер классы и открытые НОД. В результате, родители нашей группы заинтересовались песочной терапией настолько, что изготовили для детей еще и большие ящики с песком с подсветкой, которые мы назвали «Песочные фантазии».

Немаловажную роль в работе играет **сказкотерапия**. Ведь сказка является неотъемлемым элементом нравственного воспитания. Оно основано на восприятии таких базовых философских понятий, как добро и зло. Язык сказки понятен ребенку, позволяет просто и доступно объяснить малышу разницу между плохим и хорошим. Эта работа включает в себя не только чтение книг, но также и обсуждение смысла, героев и их поступков. К тому же, детям предлагается самим придумывать сказки, давая им одного или двух героев. А так как дети очень любят сочинять, такие занятия приходятся им по душе. В зависимости от того, что делают персонажи рассказа (сказки), куда они попадают, как себя ведут, мы можем сделать вывод об общем состоянии ребенка. Сказкотерапия дает детям возможность поучаствовать в любимой или просто интересной сказке, домысливая сюжет, разыграть её в лицах. Воплощая её, мы используем сказку, как инструмент для исправления беспокоящей ребёнка ситуации, корректируем модель его поведения. Примеряя роль главного героя на себя ребенок, во-первых: четко демонстрирует затаившиеся в его душе страхи и сомнения; показывает, каким он видит решение проблем; сам выпутывается из сложных жизненных коллизий, в которые попадает герой. Во-вторых, подбирая примеры сказок, мы можем: акцентировать внимание ребенка на конкретной — ситуационной ситуации; корректно и доступно указать на ошибочность выбранной линии поведения; помочь ему избавиться от той или иной привычки; показать, что существует и другая линия поведения — возможность добиться желаемого результата. Например, непослушным детям придумываем 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 намного проще.

Цветотерапия - методика улучшения здоровья человека с помощью цвета. Гете отмечал: «Цвета действуют на душу: они могут вызывать чувства, пробуждать эмоции и мысли, которые нас успокаивают и волнуют, порождают печаль и радость».

В. Бехтерев утверждал: «Умело подобранная гамма цветов способна благотворно влиять на нервную систему лучше, чем некоторые микстуры». Работа с цветом способствует решению многих задач:

- повышает уровень коммуникативности детей, их эмоциональную отзывчивость;
- обогащает сенсорный и эмоциональный опыт детей;
- знакомит с приемами управления своими чувствами, формирует навыки самоконтроля.

Цветотерапия, несомненно, способствует:

- улучшению психологического микроклимата в детском коллективе;
- стимуляции интеллектуального и эмоционального развития дошкольников;
- приобретению детьми навыков психофизической релаксации.

Мир ребенка — сложный мир с которым надо обращаться очень осторожно, для того чтобы не разрушить его хрупкость и вырастить полноценного здорового человека, развитого разносторонне. У каждого человека есть моменты в жизни, которые ему по разным причинам трудны. Для преодоления этих «временных» трудностей существует множество способов и средств, одним из которых является Арт-терапия.

Используя в своей работе арт-терапию, мы поняли, что есть огромная отдача: дети легче адаптируются в новой обстановке и обществе, повысилось качество усвоения знаний детей, их активность, да и взрослые увлеклись, стали творчески активнее в своей работе.