

**СОДЕРЖАНИЕ**

<b>ВВЕДЕНИЕ.....</b>	<b>3</b>
<b>I. МЕТОД АРТТЕРАПИИ КАК ОДИН ИЗ ЭФФЕКТИВНЫХ МЕТОДОВ КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ ПСИХОЛОГА.....</b>	<b>5</b>
<b>II. ВОЗМОЖНОСТИ МЕТОДА АРТТЕРАПИИ ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ.....</b>	<b>14</b>
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....</b>	<b>19</b>
<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:.....</b>	<b>21</b>
<i>Приложение 1.....</i>	<i>22</i>

## ВВЕДЕНИЕ

Дошкольное детство – один из самых важных этапов в жизни ребенка. В этот период ребенок активно познает окружающий мир. 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. Задача педагога – психолога в ДОУ 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.

Старший дошкольный возраст является периодом интенсивного психического развития. Особенности этого этапа проявляются в прогрессивных изменениях во всех сферах, начиная от совершенствования психофизиологических функций и кончая возникновением сложных личностных новообразований. Развитие личности в старшем дошкольном возрасте характеризуется освоением новых знаний, появлением новых качеств, потребностей. Иначе говоря, формируются все стороны личности ребенка: интеллектуальная, нравственная, эмоциональная и волевая действительно – практическая. Советские психологи Л.С. Выготский и А.В. Запорожец неоднократно подчеркивали, что в старшем дошкольном возрасте ребенок переходит от ситуативного поведения к деятельности, подчиненной социальным нормам и требованиям, и очень эмоционально относится к последним. В этот период вместо познавательного типа общения ребенка со взрослым на первый план выступает личностный, в центре которого лежит интерес к человеческим взаимоотношениям. Старший дошкольник в основном верно осознает, что нравится и что не нравится в его поведении взрослым, вполне адекватно оценивает качество своих поступков и отдельные черты своей личности. К концу дошкольного возраста у детей формируется самооценка. Ее содержанием выступает состояние

практических умений и моральных качеств ребенка, выражающихся в подчинении нормам поведения, установленным в данном коллективе.

В работе с детьми очень важно использовать гибкие формы психотерапевтической работы. Арттерапия предоставляет ребенку возможность проигрывать, переживать, осознавать конфликтную ситуацию, какую-либо проблему наиболее удобным для психики ребенка способом. Арттерапевтические методики позволяют погружаться в проблему на столько, на сколько человек готов к ее переживанию. Сам ребенок, как правило, даже не осознает то, что с ним происходит.

Цель каждого дошкольного образовательного учреждения - адаптировать личность ребенка к социуму, смягчить тревожность дошкольников перед поступлением в первый класс. В данном случае необходим метод положительного психологического воздействия, с целью поддержания и укрепления душевного баланса малыша.

Самым оптимальным подходом в обеспечении успешной социализации является метод арттерапии.

## **I. МЕТОД АРТТЕРАПИИ КАК ОДИН ИЗ ЭФФЕКТИВНЫХ МЕТОДОВ КОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ ПСИХОЛОГА**

Психика ребенка очень ранима и требует бережного к себе отношения, ведь дошкольник постепенно начинает формировать свое «Я». И на своем пути дети часто сталкиваются с серьезными трудностями: в семье, в детском саду, в школе, 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.

Термин арт-терапия ввел в употребление в 1938 г. Адриан Хилл. Пионеры арт-терапии опирались на идею Фрейда о том, что внутреннее "Я" человека проявляется в визуальной форме всякий раз, когда он спонтанно рисует и лепит, а также на мысли Юнга о персональных и универсальных символах. Центральная фигура в арт-терапевтическом процессе - не пациент (как больной человек), а личность, стремящаяся к саморазвитию и расширению диапазона своих возможностей. Несколькими годами позже за развитие арт-терапии взялся еще один британский художник – Эдвард Адамсон. Его труды в этой области получили широкое признание. Примерно в эти же годы творчество, как способ терапии исследовала Маргарет Наумбург, американский психолог, педагог и художник. В России тоже использовалось лечение искусством, но оно являлось лишь одним из многочисленных методов психотерапии. В Санкт-Петербурге работает арт-терапевтическая ассоциация. На данном этапе развития отечественная арт-терапия стремится стать отдельной дисциплиной.

Арт-терапия (лат. *ars* — искусство, греч. *therapeia* — лечение) представляет собой методику лечения и развития при помощи художественного творчества. Помимо всего прочего, арт-терапия – прекрасный способ безболезненно для других выразить свои эмоции и чувства.

Детская арт-терапия – это простой и эффективный способ психологической помощи, основанный на творчестве и игре. Другими словами, это – лечение творчеством.

Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Задачами арт-терапии являются:

1. Без принуждения и опасности создавать условия для исследования чувств, развития самопонимания и самоуважения, как в группе, так и индивидуально.

2. Организовывать занятия, развивающие познавательные и моторные навыки; в целях максимальной реабилитации давать возможность испытывать успех от деятельности и ориентироваться в реальности.

3. Создавать условия для облегчения и побуждения к самовыражению, общению и социализации, к приобретению личной ценности.

4. Дать возможность обратиться к внутренним творческим способностям для изменения отношения к себе и другим, что ведет к ослаблению внутренних и внешних конфликтов.

5. Создать условия для самопознания и самоисследования, что расширяет диапазон личностного творческого опыта.

Сегодня в сфере образования выделяется большое число инноваций различного характера, направленности и значимости, проводятся большие или малые государственные реформы, внедряются новшества в организацию и содержание, методику и технологию преподавания.

Теоретическая проработка проблемы инноваций служит основой обновления образования, его осмысления и обновления с целью преодолеть стихийность этого процесса, эффективно управлять им.

Кризисное время рождает в нашей педагогической системе не только ожидание «перемен сверху», но и ощущение необходимости собственных изменений.

В целом есть основания утверждать, что развитие инновационной деятельности – одно из стратегических направлений в дошкольном образовании.

В настоящее время можно выделить ряд общественных тенденций, способных привести к рождению инноваций: требования гуманизации образовательного процесса, ориентация на культурно-нравственные ценности, активное реагирование на многообразие интересов и потребностей детей и их родителей, большие потенциальные возможности, выражающиеся в инновационной образовательной инициативе педагогов.

Ситуации, в которых уместна арт-терапия:

- нарушения в эмоционально-волевой сфере (упрямство, повышенная тревожность, неуверенность, страхи);
  - актуальный стресс, психотравмирующая ситуация (развод родителей, новая школа, новые требования);
- искаженная самооценка.

Арт-терапия, как и другие педагогические новшества, обладает следующими признаками:

- совокупностью теоретических и практических идей, новых технологий, составляющих ее сущность;
- многообразием связей с социальными, психологическими и педагогическими явлениями;
- относительной самостоятельностью (обособленностью) от других составляющих педагогической деятельности (например, процессов обучения, управления);
- собственной историей возникновения и развития, описанной в литературе, документах и других материалах; способностью к интеграции и трансформации [5].

Арт-терапевтический процесс состоит из следующих основных этапов:

- 1) этап подготовительных организационных процедур и исходной диагностики;

- 2) коррекционный этап, оценка промежуточных результатов;
- 3) этап завершения работы, оценка конечных результатов.

Вспоминая цели арт-терапии, заключающиеся в оказании лечебного эффекта и развитии творческих способностей, можно сказать о принципах, которых она должна придерживаться.

✓ Доступность и простота. Этот принцип позволяет пользоваться арт-терапией малышам, детям с ограниченными возможностями. Все должно быть изначально просто и понятно, чтобы не возникло чувство страха невыполнимости тех или иных действий.

✓ Привлекательность. Лечение искусством должно нравиться ребенку, быть интересным, увлекательным, не скучным.

✓ Создание комфортной обстановки. Этот принцип направлен на повышение эффективности терапевтического воздействия. Для детей лучше организовывать индивидуальные занятия либо в группе до 5-10 человек.

Любое занятие с ребенком является сложным, разносторонним процессом. Психологам, педагогам, родителям нужно учитывать его чувства, эмоции, творческие и физические способности. У каждого человека, в том числе и у маленького, бывают сложные моменты, когда помощь им просто необходима. Для преодоления жизненных трудностей арт-терапия является наиболее простым, интересным и эффективным способом психологического воздействия.

Нужно использовать яркий, красивый, добротный материал, с которым идет работа на занятии. Краски, карандаши, пластилин, бумага имеют аккуратный вид, ведь ребенок чувствует к себе отношение и через материал, с которым ему предлагают работать. Для тех ребят, которые включаются в работу с неохотой, яркие красивые канцелярские принадлежности и другое оборудование могут стать привлекающим моментом.

На многих занятиях педагог рассказывает о том или ином явлении. Его монолог более всего полезен, если он содержит элементы гипнотического повествования, т.е. в какой-то степени речь педагога должна вводить в

легкий транс с помощью повторения слов, предложений, использования эпитетов, метафор, изменения голоса. Это помогает создать атмосферу необычности, таинственности происходящего и помогает совершиться чуду спонтанного самораскрытия ребенка.

Наиболее распространена в психокоррекционной работе с дошкольниками изотерапия, которая применяется при наличии психосоматических расстройств и личностных нарушений [1]. Рисунок здесь не является самоцелью, в арт-терапии мы занимаемся не рисунками или другими продуктами - они являются лишь поводом для нашего внимания к личности ребенка. Именно в этом и состоит ценность арт-методов.

Для арт-терапевтической работы необходимо иметь широкий выбор различных изобразительных материалов. Наряду с красками, карандашами, восковыми мелками или пастелью часто используются также журналы, цветная бумага, фольга, текстиль, глина, пластилин, специальное тесто - для лепки, песок с миниатюрными фигурками - для "игры с песочницей", дерево и иные материалы. Бумага для рисования должна быть разных форматов и оттенков. Необходимо также иметь кисти разных размеров, губки для закрашивания больших пространств, ножницы, нитки, разные типы клеев, скотч и т.д. психический эмоциональный детский арт терапия

Следует учитывать то, что выбор того или иного материала может быть связан с особенностями состояния и личности ребенка, а также с динамикой арт-терапевтического процесса. Ребенку должна быть предоставлена возможность самому выбирать тот или иной материал и средства для изобразительной работы. Как правило, в начале работы дети предпочитают пользоваться карандашами, восковыми мелками или фломастерами. Эти средства работы позволяют им хорошо контролировать процесс рисования, что отвечает потребности избегать конфронтации со своими чувствами на начальных этапах работы. Выбор этих средств может быть связан с потребностью в психологической защищенности.

При использовании приемов арт-терапии необходимо учитывать, что каждый изобразительный материал имеет определенный диапазон возможных способов действия с ним, стимулирует ребенка к определенным видам активности. Подбирая изобразительные материалы в соответствии с индивидуально-психологическими особенностями ребенка, можно в какой-то мере управлять его активностью.

Например, в работе с гиперактивными и расторможенными детьми не рекомендуется использовать такие материалы, как краска, глина, пластилин.

Эти материалы стимулируют неструктурированную, ненаправленную активность ребенка (разбрасывание, разбрызгивание, размазывание и пр.), которая легко может перейти в агрессивное поведение. Более уместно предложить таким детям листы бумаги среднего размера, карандаши, фломастеры, т.е. изобразительные средства, требующие от них организации и структурирования своей деятельности, тонкой сенсомоторной координации и контроля над выполнением действия, и соответствующие задания, например, «Рисование по точкам» [3].

Напротив, детям, эмоционально «зажатым», с высокой тревожностью более полезны материалы, требующие широких, свободных движений, включающих все тело, а не только область кисти и пальцев. Таким детям следует предлагать краски, большие кисти, большие листы бумаги, прикрепленные на стенах, глину и пластилин, рисование мелом. Наибольший эффект для ослабления эмоциональной напряженности и тревожности имеют задания "Рисование пальцами", "Волшебные пятна"

В работе с детьми старшего дошкольного возраста можно успешно применять такие арт-терапевтические методы как музыкотерапия, сказкотерапия, изотерапия, песочная терапия, тестопластика.

*Музыкотерапия* - контакт с помощью музыки безопасен, ненавязчив, индивидуализирован, снимает страхи, напряжённость.

*Сказкотерапия* – метод, использующий сказочную форму. Из всего многообразия художественных материалов для чтения – рассказы, повести,

романы, стихи, поэмы – в решении проблем агрессивного, неуверенного поведения, принятия своих чувств, используются сказки и притчи. Это примеры живой образности речи, способствующие разрешению внутренних конфликтов и снятию эмоционального напряжения, изменению жизненной позиции и поведения.

*Песочная терапия* – один из основных механизмов позитивного воздействия песочной терапии основан на том, что ребёнок получает опыт создания маленького мира, являющегося символическим выражением его способности и права строить свою жизнь, свой мир собственными руками.

*Изотерапия* – это мощное средство самовыражения, облегчающее путь для проявления чувств. Терапия искусством позволяет максимально реализовать творческие способности, помогает познать своё предназначение. Благодаря рисованию, человек легче воспринимает болезненные для него события.

*Тестопластика* - полезна детям с аллергопатологией, гиперактивным детям, со страхами, тревожностью, а также с агрессией. Пластичность материала позволяет вносить многочисленные изменения в работу, что положительно сказывается на эмоциональном состоянии. И, что важно, изделия из теста достаточно прочны и с ними можно играть. Работая с тестом, агрессивный ребенок находит выход своим чувствам, а неуверенный в себе, занимаясь лепкой, учится контролировать ситуацию.

Арт-терапия является компонентом здоровьеобеспечения учебно-воспитательного процесса в дошкольном образовательном учреждении. Технологии арт-терапии включают в себя комплексы мероприятий, направленных на сохранение и укрепление здоровья детей, содействие правильному физическому развитию и повышению работоспособности, способствуют формированию двигательных качеств, мелкой и крупной моторики, гармонизации психоэмоционального состояния, формированию устойчивых мотиваций на собственное здоровье и здоровый образ жизни, посредством обучения детей навыкам самооздоровления. (1)

Модели арт-терапии представляют собой современную здоровьесберегающую технологию с использованием совокупности методов, обеспечивающих индивидуальный и дифференцированный подход к ребенку в образовательном учреждении с учетом его возрастных, нервно-психических возможностей, уровня развития здоровья.

Реализация программ по арт-терапии дает прекрасные результаты. Дети на занятиях освобождаются от негативных эмоций, стрессов, «зажимов», от робости и стеснительности, физической неуклюжести, угловатости, неуравновешенности.

Влияние арттерапии на формирование здоровья дошкольника определяется тем, что:

- рисунок и другие продукты деятельности ребёнка позволяет проводить первичную диагностику состояния эмоциональной сферы человека;

- уже сам процесс рисования, изготовления поделок, выполняет профилактическую и терапевтическую функцию, приводя в баланс внутреннее состояние физических, психических и эмоциональных качеств в развитии ребенка, и сам ребёнок в этом процессе «ведущий» при рисовании, лепке и др. У ребенка происходит развитие сложных движений кистей рук (в частности, вращательных) и тактильной чувствительности (осознания, пространственного мышления, зрительно-моторной координации и глазомера;

- рисование стимулирует развитие левого, образного, полушария головного мозга ребенка;

- возможность показать плоды своего труда другим наполняет душу ребенка положительными эмоциями через осознание своего авторства, уникальности своего произведения, гордости за него и, в конечном счете, за себя как автора.

В процессе арт-терапии формируется психологическое здоровье детей: удовлетворяется актуальная потребность в признании, позитивном внимании,

ощущении собственной успешности и значимости. Высвобождается психологическая энергия, которая тратится ребенком на неэффективное напряжение. Ребенок начинает чувствовать себя спокойно, расслабляется.

Психологическая защита в виде демонстративности, негативизма, агрессии уступает место инициативности, творчеству. Через творчество ребята получают новую информацию о себе: «я успешен», «у меня есть способности», «я признан другими», «мое мнение учитывается», «я могу справляться с трудностями». Через взаимодействие с детьми ребенок меняет свои ожидания от социальных отношений: «мне легко общаться с взрослым», «меня понимают», «мне помогают, меня поддерживают».

Таким образом, дополнительно формируется положительная самооценка ребенка и его позитивное отношение к окружающему миру. В ходе взаимодействия с детьми отрабатываются проблемы эмоционально-личностной сферы. Параллельно эти занятия способствуют развитию творческого потенциала ребенка в целом и воображения в частности. При работе в группе есть еще один дополнительный эффект: через рисунок и рисование развиваются коммуникативные навыки ребенка, способность к сотрудничеству со сверстниками. Помимо всего, рисование – прекрасный способ безболезненно для других выразить свои эмоции.

В понимание «здоровья» разные авторы вносят свои акценты, но вместе с тем имеются и общие для всех положения: подчеркивается обусловленность здоровья внутренними и внешними факторами, отмечается качественно-количественная степень здоровья как состояние уравновешенности организма со средой.

Важно, чтобы в личности гармонично сочетались соматическое, психическое, физическое и нравственное здоровье. В единстве они образуют здоровье человека. Задача укрепления здоровья детей является необходимым условием их всестороннего развития и обеспечения нормальной жизнедеятельности растущего организма.

## **II. ВОЗМОЖНОСТИ МЕТОДА АРТТЕРАПИИ ДЛЯ КОРРЕКЦИИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТАРШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ**

Творчество тесно связано с жизнью ребенка, наполненной богатой игрой фантазии и символической деятельностью. Дети еще не умеют ясно выражать 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 [6].

Необходимо помнить, что во время занятий арт-терапии не должно быть никаких запретов и правил. Здесь нельзя ставить перед ребенком задачу сделать все «красиво» или «правильно». Пусть он будет предоставлен самому себе - здесь он сам хозяин своей Вселенной.

Основная цель использования методов арт-терапии в работе с детьми, посещающими ДООУ, состоит в психокоррекции и психопрофилактике различных эмоциональных и психических расстройств. При этом реализовываются следующие задачи:

- 1) адаптация детей к условиям образовательного учреждения и повышение уровня усвоения образовательной программы;
- 2) возможность выхода агрессивности и других негативных чувств социально приемлемым способом (работа над рисунками и коллажами является безопасным способом выпустить «пар» и разрядить напряжение);
- 3) облегчение процесса коррекции; неосознаваемые внутренние конфликты и переживания детям часто бывает легче выразить с помощью зрительных образов, чем высказать их с помощью слов;

4) получение материала для интерпретации и диагностических заключений;

5) установка контакта между воспитателем и ребенком; совместное участие в художественной деятельности может способствовать созданию отношений эмпатии (сопереживания) и взаимного принятия;

6) развитие чувства внутреннего контроля; работа над рисунками, предусматривают упорядочивание цвета и форм;

7) развитие концентрации внимания на ощущениях и чувствах;

8) развитие художественных способностей и повышение самооценки; побочным продуктом арт-терапии является чувство удовлетворения, которое возникает в результате выявления скрытых талантов и их развития; о развитие познавательных и созидательных навыков.

В работе с дошкольниками, возможно, использовать следующие арт-терапевтические техники:

1. Техника «мандала» (рисование в круге) - включает в себя спонтанную работу с цветом и формой внутри круга, способствует изменению состояния сознания человека и открывает возможность для личностного роста.

2. Техника направленной визуализации - стимулирование и направление потока воображения ребенка в определенное русло.

1. Техника образа и пластики настроения - работа с пластилином, тестом или глиной используется для снятия мышечного напряжения, а также способствует развитию навыков самоконтроля, формирует творческую активность.

2. Техника работы с песком - такая работа дает возможность для выражения самых разных чувств, хорошо снимает агрессию.

3. Техника рисования на стекле - используется для парных работ, способствует развитию коммуникативных навыков.

4. Техника фотоколлажа и аппликаций - способствует снятию мышечного напряжения, развивает абстрактное мышление и креативность.

5. Техника телесно-ориентированной терапии.

## 6. Музыкальная терапия [2].

Таким образом, практическая значимость проводимой работы состоит в том, что педагоги и психологи ДОО различных видов в ходе образовательного процесса могут освоить отдельные методы и формы взаимодействия с воспитанниками, основанными на приемах, заимствованных из практики арт-терапии.

Выделяют две основных формы арт-терапии. При пассивной форме участники «потребляют» художественные произведения, созданные другими людьми: рассматривают картины, прослушивают музыкальные произведения; при активной форме - сами создают продукты творчества. Занятия по арттерапии могут быть структурированными и неструктурированными. При структурированных занятиях тема задаётся жёстко и материал предлагается психологом. При неструктурированных занятиях участники самостоятельно выбирают тему, материалы и инструменты [4].

Методы арттерапии используются и в диагностической работе психолога. Арт-терапевтический подход к интерпретации детских рисунков не сводится к количественному и качественному анализу формальных признаков, хотя, несомненно, элементы такого анализа присутствуют.

После проведения определенного цикла практических занятий с детьми следует диагностика. Во-первых, проводится детализация и интерпретация работ. Следует предложить ребенку рассказать о продукте своего творчества, конкретизируя при помощи взрослого каждую деталь рисунка. Так можно понять внутренний мир ребенка, его переживания, волнующие на данный момент проблемы. Во-вторых, нужно обратить внимание на расположение рисунка на листе: у детей с адекватной самооценкой все детали рисунка пропорциональны и располагаются в середине листа. Важны и ответы дошкольника на вопросы о том, как продукт его творчества связан с жизненной ситуацией, что ребенок чувствовал в начале создания работы и в период ее завершения. Далее следует спросить ребенка, почему он выбрал

тот или иной цвет, попросить объяснить его, что этот цвет обозначает. Можно применить цветохарактеристику М. Люшера. По его мнению, голубой цвет обозначает свободолобие и беззаботность, желтый цвет используют оптимисты и фантазеры, зеленый – символ оптимизма, настойчивости и упрямства. Красный цвет с одной стороны обозначает силу, здоровье, а с другой символизирует раздражение и гнев. Оранжевый цвет выбирают общительные, непосредственные, любознательные дети, часто меняющие свое мнение. Розовый – это нежность, женственность и эмоциональность. Детям, в работах которых преобладает данный цвет, необходимо чувство безопасности. Серый – это отсутствие всего. Этот цвет используют тихие, замкнутые дети, зависящие от взрослых. Синий цвет обозначает потребность в покое. Этот цвет преобладает у неторопливых, склонных к размышлению детей. Фиолетовый цвет чаще всего наблюдается в работах детей творческих и ощущающих эмоциональное напряжение. Черный – это депрессия, враждебность, чувство безнадежности. Используя характеристику цветов М. Люшера, можно определить характер ребенка, психологический тип его личности и эмоциональную обстановку в семье.

Рекомендуется в процессе обсуждения обращать внимание на особенности интонации, положение тела, выражение лица и ритм дыхания ребенка, и в случае его эмоционального перенапряжения переключить внимание на другую тему.

Окончанием применения арт-терапевтической работы является повышение самооценки ребенка, изменение его отношения к окружающим в позитивную сторону, приобретение уверенности в себе, а также изменение качества его рисунков.

Применение арт-терапевтической работы в ДОУ позволяет решить такие проблемы как улучшение психического здоровья дошкольников; удовлетворить потребность ДОУ в инновационных технологиях. Таким образом, изучив психологическую литературу, можно сделать вывод,

что современное дошкольное образование постоянно совершенствуется новейшими педагогическими методиками, направлениями и технологиями, что позволяет изменять в лучшую сторону дидактические подходы к процессу воспитания, развития и обучения личности.

Одним из ведущих направлений, используемых в педагогической практике, считается арт-терапия для дошкольников.

Данный метод психологической коррекции заключается в развитии и раскрытии личности ребенка с помощью художественной деятельности и соединяет в себе педагогические, психологические и медицинские знания.

Любое творческое занятие благотворно влияет на внутренний мир ребенка. Ведь развитие происходит в деятельности, а именно это лежит в основе арт-терапевтического воздействия, состоящего из: изотерапии (рисование, лепка, конструирование); цветотерапии; фототерапии; песочной терапии; сказкотерапии (театрализованные постановки); музыкальных занятий.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Целенаправленное лечебное применение арт - терапии в наше время выделилось в самостоятельное направление, занявшее свою нишу на стыке психологии, педагогики, медицины и искусства сравнительно недавно.

Предложенный теоретический материал, раскрывающий психотерапевтическое и психосоматическое воздействие арт - терапии на ребенка может быть использован как теоретическая база для построения системы работы в дошкольных общеобразовательных учреждениях (в Приложении представлены несколько занятий для детей дошкольного возраста с использованием методов арттерапии):

1. Для наиболее эффективной коррекции эмоционального состояния детей на занятиях необходимо использовать разные виды арт – терапии (музыкотерапию, изотерапию, имаготерапию, сказкотерапию, кинезитерапию, и др.) и их интеграцию.

2. Предоставляя возможность ребятам как можно больше общаться с музыкой, сказкой, изобразительным искусством стимулировать развитие эмоциональной отзывчивости ребёнка.

3. Используя различные виды арт - терапии, не ограничиваясь каким – либо одним из них, накапливать художественно-творческий опыт общения детей с разными видами искусства.

4. Создавать условия для того, чтобы каждый ребёнок смог почувствовать радость творчества и уверенность в том, что он способен постичь смысл произведения, понять содержание и его эстетическую красоту.

Прежде чем внедрять повсеместно арт-терапию для дошкольников, ученые провели множество исследований, результаты которых оказались положительными.

Для того чтобы заниматься арт-терапией не нужно обладать какими-то удивительными способностями и талантами к пению, рисованию, танцам. Это делается исключительно для того, чтобы раскрепостить зажатого

малыша, дать ему шанс посмотреть на мир иначе, окунуться в творчества и выйти их своего стеснения.

Дошкольный возраст является наиболее сензитивным для овладения различными видами деятельности в том числе и творческими [2].

Среда, в которой эффективно может развиваться творческий потенциал ребёнка, требует создания специальных педагогических условий. Для успешного развития изобразительных способностей необходимо:

1. Научить ребёнка радости общения с искусством. Развить способности восприятия, эмоциональный отклик и умение анализировать увиденное;

2. Формирование технических навыков изображения, без которых ребёнок даже с хорошо развитым воображением не сможет создать произведения адекватное поставленной задаче;

3. Развивать воображение;

4. Создание благоприятного микроклимата в процессе занятий творческой деятельностью [3].

Психологи считают, что именно благодаря арт-терапии можно будет работать с любыми детьми, приспособлять их к жизни, адаптировать к новым обстоятельствам.

Таким образом, арт-терапевтические занятия с детьми дошкольного возраста способствуют сохранению и укреплению их психического здоровья, развивают творческое начало, уверенность в себе, оказывают влияние на становление ребенка как личности общества, а значит, затрагиваются все направления основной образовательной программы ДОУ.

### СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ:

1. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании. Е.А. Медведева., И.Ю. Левченко., Л.Н. Комиссарова., Т.А. Добровольская – М.: Academia. – 2001. – 328 с.

2. Ворожцова О.А. Музыка и игра в детской психотерапии. – М.: Изд-во Института психотерапии. 2004. – 213 с. Выготский Л.С. Психология искусства. – М.: 1965. – 328 с.

3. Гудман Р. Обсуждение и создание детских рисунков. Практикум по арт-терапии. Под ред. А.И. Копытина. СПб., 2000.

4. Игумнова Т.Т., Осеева Н.А. Арттерапия и её использование в практике дошкольного учреждения // Психология, социология и педагогика. 2013. № 3 [Электронный ресурс]. URL: Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми СПб. Речь.2006г

5. Копытин А.И., Корт Б.В., Техники телесно-ориентированной арт-терапии. М.» Психотерапия».2011г.

6. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Ярославль. Академия развития.1996г.

7. Уэлсби К. Часть целого: арт-терапия в школе. Исцеляющее искусство. Журнал арт-терапии, № 2, 2000, с. 16–34.

8. Фадина Г. В. Инновационные технологии дошкольного образования в современных социокультурных условиях. - Балашов, 2004

9. Ферс Г.М. Тайный мир рисунка. Исцеление через искусство. СПб.: Европейский дом, 2000.

10. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинки к своему Я. М.Генезис.2004г.

Материалы интернет-ресурсов.

Источник: <http://doshvozrast.ru/metodich/konsultac183.htm>

<http://morehealthy.ru/material/art-terapiya-dlya-doshkolnikov-bystro-legko-i-interesno-3133.html>

**Примеры практических занятий с применением арт – терапии****Занятие 1****Маскотерапия (конспект занятия с детьми старшего дошкольного возраста с элементами арт-терапии)**

**Цель:** помочь детям перевоплотиться, определить эмоциональное состояние, снять психическое и физическое напряжение, раскрепостить детей.

**Материал:** зеркало, краски для аквагрима, кисти, салфетки, кусок губки, блестки, стакан с водой, цветной картон, ножницы, клей, косметическое молочко и др.

**Описание работы:**

- 1) Разведи краской и нанеси губкой основные тона- малиновый и желтый.
- 2) Сверху аккуратно нанеси белый тон.
- 3) Кисточкой прорисуй шерстку на мордочке.
- 4) Прорисуй контуры и мордочку черной краской (Приложение А).

**Ход работы:**

Педагог предлагает превратиться детям в отважного котенка.

Ребята располагаются около зеркал и разукрашивают лица в зависимости от своего замысла. Необходимо использовать всю палитру цветов спектра. При необходимости создания ровного основного тона можно нанести губкой нужный цвет и распределить по лицу. Аквагрим хорошо вытирается салфеткой, смывается водой. Необходимо иметь чистое полотенце, а также на всякий случай, детское косметическое молочко, вату. Встречаются дети, которые из-за своих психологических особенностей отказываются наносить краску на лицо. Им надо дополнительно сказать, что аквагрим легко смывается, поэтому расписываем лицо именно этими

красками, что имеется чистое полотенце, и в конце занятия все ребята тщательно умоются, домой пойдут чистыми, без следов краски.

Если взрослый сам для показа разукрашивает свое лицо, детям легче начать действовать. Обычная первая реакция — смешки, переглядывания. Но затем дети активно включаются в процесс, порой с увлечением закрашивая все лицо и кисти рук. Дети могут наотрез отказываться наносить краску по нескольким причинам: гиперсоциальное, эгоцентрическое воспитание, невротические реакции в виде истерик, конфликты в семье, отказ от общения с детьми и др. В процессе самостоятельной работы можно привлекать детей оказывать друг другу помощь, тем самым создавая доверительные взаимоотношения. В конце занятия можно предложить детям угадать, кто в кого превратился, организовать исценирование, развлечение, используя в дополнение маскам костюмы, атрибуты. Затем они снова превращаются в детей (умываются). Создавая условия для свободных действий, мы, таким образом, помогаем детям избавиться от обременяющих их базовых запретов.

## **Занятие 2**

### **Рисование манкой с детьми старшего дошкольного возраста.**

#### **Использование светового стола**

**Цель:** развить у детей воображение, снять эмоциональное напряжение, расслабить.

**Материал:** манка, световой стол, камушки, ракушки, различный бросовый материал, гуашь.

#### **Ход работы:**

Игры с манкой с использованием светового стола развивают у детей воображение. Фантазию, тактильную чувствительность, снижают эмоциональное напряжение, расслабляют. Манка приятна наощупь. Несколько незатейливых движений по манке — и могут получиться замечательные манные художества. Это прекрасная возможность выразить свои чувства. А если вдруг что-то не получится, не стоит расстраиваться,

ведь можно все повторить сначала. Рисование манкой дает отличный результат релаксации. Чтобы дополнить рисунок, мы используем речные камушки, ракушки, различный бросовый материал. Эффектнее художества становятся при выключенном свете, при включенной подсветке. Зрелище завораживает. Даже застенчивые детки раскрепощаются и проявляют себя в творчестве.

Можно предложить ребенку выполнить несколько несложных упражнений, направленных на развитие тактильных ощущений:

- 1) Скользить ладонями по поверхности манки, выполняя различные волнообразные движения;
- 2) Оставить отпечатки кулачков, отпечатки пальчиков;
- 3) Шагать по манке пальчиками правой и левой рукой поочередно, а затем одновременно (Приложение Б).

#### **Физкультминутка:**

Дети встают вокруг стола и вместе произносят слова:

В ладоши наши посмотри,

Мудрее стали ведь они.

Спасибо, милый наш песок

Ты всем нам подрасти помог!

Воспитатель совместно с детьми обсуждает деятельность, которую они осуществляли, и рефлектирует чувства и ощущения детей.

Можно изменить цвет манки. Добиться этого можно с помощью спирта и гуаши нужного цвета. Необходимо отмерить 2 столовые ложки спирта, налить в емкость, разбавить 2-умя ложками воды. Затем добавить гуашь нужного цвета. Цвет будет насыщенней, если гуаши добавить много. Все хорошо размешать. Затем всыпать манки столько. Чтобы при помешивании ощутить, что манка стала сырой. Хорошо перемешать для однородного окрашивания. Выложить на поднос и оставить просушиваться, постоянно перемешивая и пересыпая рукой, чтобы не было комков. Просыхает манка быстро, за несколько минут. Спирт испарился и можно рисовать.

### Занятие 3

#### «Рисуем деревья» с элементами арт-терапии

##### Цели:

развитие фантазии воображения, творческих способностей;  
способствует формированию чувства причастности к коллективу, групповой сплоченности, доброжелательных взаимоотношений;  
совершенствование речи дошкольников, мелкой моторики пальцев рук;  
развитие коммуникативных способностей;  
позволяет прояснить личностные особенности детей, их положение в группе; способствует выявлению межличностных отношений.

**Материалы:** лист бумаги формата А4, карандаши, фломастеры, восковые мелки, клей-карандаш. Техническое средство для воспроизведения музыки. Записи музыкальных композиций.

##### Ход работы:

#### 1. Настрой/ «разогрев»: игра-упражнение «Мяч в кругу»

Цель: повторить породы деревьев, снять торможение.

Дети, передвая мяч друг другу, называют разные породы деревьев.

Поиск образа посредством движений под музыку:

Дети вместе с педагогом встают в круг (звучит медленная, мелодичная музыкальная композиция без слов «Прогулка по лесу»)

Педагог:

Закройте глаза и постарайтесь увидеть, представить лес, в котором растут разные деревья.

Представьте себя в образе дерева. Это дерево может быть реальным растущим в наших лесах, а может это дерево житель южных лесов или сказочное, волшебное, придуманное вами.

Откройте глаза. Представьте, что вы маленькое деревце (присядьте) и вот прошел дождь, и вы стали расти (медленно вставайте, как бы растите вверх).

Подул ветер, и деревья качаются из стороны в сторону.

Оглянитесь вокруг. Вы не одиноки. Возьмитесь за руки. Хорошо, когда рядом есть друзья. Подарите друг другу улыбку.

## **2. Индивидуальная работа:**

Педагог предлагает детям сесть за столы и продолжить работу:

На листе бумаги с помощью любых изобразительных средств нарисуйте представленные вами деревья.

Затем педагог может предложить детям рассказать по очереди историю о своем дереве от первого лица.

Детям можно задавать косвенные вопросы:

Где твоему дереву хотелось бы расти: на опушке или среди других деревьев?

Есть ли у него друзья или нет?

Боится ли чего-нибудь это дерево?

Это дерево счастливо или нет?

О чем мечтает это дерево?

Вырежьте свое дерево при помощи пальцев, оторвав по контуру дерева лишнюю часть рисунка.

## **3. Коллективная работа:**

Педагог обращает внимание детей на лист бумаги, на котором уже нарисован фон в виде неба и поляны (Приложение В).

Представьте, что этот лист бумаги — поляна, на которой вырастут ваши деревья. Каждый вправе решать, где удобнее будет расти его дереву: среди других в лесу или в сторонке от всех на опушке леса.

Выберите подходящее место и приклейте свое дерево.

Во время выбора места и заполнения пространства поляны педагог следит затем, чтобы дети договаривались, уступали, шли на компромисс.

Только тогда, когда все дети остались довольны расположением деревьев, они приклеиваются.

Зарисуйте оставшееся пространство поляны. Пожеланию, заселите ваш лес: зверями, птицами, насекомыми. Дорисуйте другие растения, постройки, водоемы (реки, озера).

#### **4. Заключительный этап (вербализации и рефлексии):**

Общий рисунок прикрепляют к мольберту, к стене, чтобы все могли рассмотреть получившуюся картину.

Педагог отмечает, что совместными усилиями и благодаря сотрудничеству, совместному творчеству обычный лист бумаги превратился в красивую картину «Чудесный лес». Каждое дерево в нашем «чудесном лесу» не одиноко рядом с ним растет много других «деревьев — друзей»! Вы тоже не одиноки. Поглядите вокруг вас тоже друзья. Вы вместе «один за всех и все за одного»!