

АРТ – ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С ДОШКОЛЬНИКАМИ



Подготовила педагог – психолог

МБДОУ «Детский сад «Солнышко» с Прудовое

Мокроусова Е. Г.

Работники дошкольных учебных заведений каждый год сталкиваются с введением новых способов общения и развития детей. Относительно недавно популярной стала арт-терапия, которая позволяет развить у ребенка не только творческие способности, но и способствовать развитию речи и коммуникабельности. С каждым годом разрабатывается множество программ и направлений, которые позволяют намного легче адаптировать дошкольников к жизни, научиться видеть себя, гордиться собой, а также постараться найти для себя удобный способ общения и выражения своих эмоций и желаний. В направление арт – терапия входит рисование, лепка, изучение звуков, танцы и многое другое.



Арт-терапевтические 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. Арт-терапевтические произведения способствуют прорыву содержания комплексов в сознание и переживанию сопутствующих им отрицательных эмоций. Это особенно важно для детей, которые не могут "выговориться", потому что выразить свои фантазии в творчестве легче, чем о них рассказать. Фантазии, которые изображены на бумаге или выполнены в

глине, нередко ускоряют и облегчают проговаривание переживаний. В процессе творчества ликвидируется или снижается защита, которая есть при вербальном, привычном контакте, поэтому в результате ребенок правильное и реальнее оценивает свои ощущения окружающего мира. Методы арт-терапии базируются на убеждении, что внутреннее "Я" человека отражается в зрительных образах всякий раз, когда он спонтанно, не особенно задумываясь о своих произведениях, рисует, пишет картину, лепит скульптуру. Причем используются элементарные художественные средства, а для участия в арт-терапии не требуется предыдущего опыта в творческой деятельности.

АРТ-ТЕРАПИЯ ЗАКЛЮЧАЕТСЯ В ТОМ, ЧТОБЫ:

- активизировать психические процессы (память, речь, мышление, воображение, речь, восприятие).
- отработать коммуникативные навыки (сотрудничества и взаимной эмпатии)
- снизить психоэмоциональное напряжение, тревожность
- корректировать агрессивные проявления, черт характера, препятствующих общению
- обучить способам саморегуляции эмоциональных состояний
- отработать пластику тела, развивать чувственное восприятие

В игре и работе с ребенком необходимо:

- поддерживать в нем достоинство
- говорить о ситуации, поступке, его последствиях, а не о личности и характере ребенка
- отмечать сдвиги в личностном росте ребенка посредством сравнения его с его же поступками
- избегать навязывания, вопреки желанию ребенка, способа деятельности и поведения и отказаться от негативных оценочных суждений, ярлыков (отрицательного программирования).

МЕТОДЫ АРТ-ТЕРАПИИ:

- Приемы игровой терапии (Клаус Фопель «Психологические игры и упражнения»).

- Приемы элементарной библиотерапии с использованием отечественных и зарубежных литераторов. Приемы музыкотерапии. Музыка уменьшает произвольный контроль за речью. Произведение способствует поднятию эмоционального и мышечного тонуса. Также вовлекает процесс пения в подражание известным певцам. Сопровождать голосом действия ребенка (любимая песня, созвучная его настроению). Для робких детей используется более спокойная музыка.
- Песочная терапия.
- Ниткография.
- Рисование красками, лепка из глины, пластилина (рисование пальцем, рисунок негативного переживания). Поделки из соленого теста и клея ПВА, разукрашивание гуашью.
- Сказкотерапия. «Карта сокровищ» (или доска визуализации). Лист делится на 4 сектора и выбираются любые картинки из детских журналов, открыток и клеятся на лист.
- Цветотерапия. Игра «Домики» (палатки) для снятия эмоционального напряжения (8 цветов).
- Театрализация. Например, выбирается любая маска (Баба Яга, кот, Пьеро), затем следует обыгрывание ролей, затем фотографирование.
- Танцевальная терапия (дикий/плавный танец под музыку).

МЕТОДЫ РАБОТЫ С ТРЕВОЖНЫМИ И ЗАМКНУТЫМИ ДЕТЬМИ



Изотерапия:

- Восковой рисунок
- Пластилиновая живопись
- Изображение своего настроения
- Рисование страхов

- Кляксография
- Рисование по точкам «Озорные рисунки» (упражнение в парах)

Давать ведущую роль в игре.

МЕТОДЫ РАБОТЫ С АГРЕССИВНЫМИ ДЕТЬМИ:

Дать ребенку выговориться.

Работа с пластилином и глиной (вылепить гнев).

Музыкотерапия (чаще классическая музыка Моцарта и Баха).

Работа с бумагой и красками (лучше акварель):

- рисунок на асфальте
- наскальная живопись
- рисунок на стекле
- выдувание соломинкой
- изображение своего настроения
- пальцевая живопись

Рвать бумагу или газету.

Занятия спортом (плавание, бег, теннис). С осторожностью нужно относиться к боевым искусствам.

Побить боксерскую грушу (или любой неодушевленный предмет).

РАБОТА С ДЕТСКИМИ СТРАХАМИ

Вылепить из глины или пластилина свой страх.

«Рисование «в воздухе».

Работа с глиной:

- сжимание
- разглаживание
- формообразование (оберега, амулета)
- сплющивание

Дорисовка «защитного объекта».

Закрашивание «страшного».

Уничтожение зла (скомкать, разрезать, порвать).

Дорисовка интересных, интригующих деталей (сюрприз).

Видоизменение рисунка,

превращение «страшного» в «смешное» (черные кляксы).

Пазлы из рисунка страха.

Развитие (дорисовка) ситуации с возможными последующими решениями.

Украшение мрачного, преобразование в красивое.

МУЗЫКАЛЬНЫЕ ПСИХОКОРРЕКЦИОННЫЕ ИГРЫ

1. Ритмы пальцами, ладонями.
2. Прослушивание классической музыки (В.А. Моцарт, Л. Бетховена, И.С. Баха).
3. Музыка со звуками природы.
4. Релаксационная музыка.