

**Управление образования
администрации Сергиево-Посадского муниципального района
Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №11»
141300, г. Сергиев Посад, Новоугличское шоссе, 72,
тел. 8(496) 542-07-09**

**РАЙОННОЕ МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ ПЕДАГОГОВ-
ПСИХОЛОГОВ
г. СЕРГИЕВ ПОСАД**

Выступление по теме:

**«Использование элементов арт-терапии в работе педагога-
психолога ДОУ»**

Материал подготовила
педагог-психолог высшей квалификационной категории
Кондрашова О.Ю.

5 декабря 2023г.

Использование элементов арт-терапии в работе педагога-психолога ДОУ

У участников образовательного процесса отмечается нестабильное эмоциональное состояние. В качестве инструмента для обеспечения эмоционального благополучия и психолого-педагогической поддержки участников образовательного процесса, можно успешно использовать арт-терапию.

Сам термин арт-терапия (от англ. «art» - искусство, «therapy» – лечение) впервые использовал английский художник Адриан Хилл. В 1938 году, находясь на лечении в туберкулезном санатории, в рамках трудотерапии он стал обучать других пациентов рисованию. В ходе занятий Хилл заметил, что творчество помогает пациентам справиться с душевными переживаниями и переносить физическую боль.

В XX веке арт-терапевтические методы стали использовать для помощи детям, вывезенным из концлагерей нацистов в период Второй мировой войны.

Арт-терапевтический подход и его возможности в работе с эмоциональными нарушениями у детей привлек внимание американского психотерапевта Маргарет Наумбург. Она начала систематическую арт-терапевтическую работу с детьми, имеющими поведенческие проблемы, в Психиатрическом институте штата Нью-Йорк.

Согласно исследованию А. И. Копытина, за рубежом заметно росла роль арт-терапевтов в сфере образования. И на сегодняшний день имеется большой опыт применения арт-терапии в работе с детьми, имеющими различные эмоциональные и поведенческие проблемы и нарушения в развитии.

При арт-терапевтической работе с детьми и взрослыми применяются как индивидуальные, так и групповые занятия. Преимущества групповой работы в этом случае связаны с более естественным включением и в изобразительную деятельность, более безопасном для ребенка «совместном» с другими детьми проживании эмоции страха и ее преодолении.

Существует множество разнообразных видов арт-терапии. Детям очень нравится использование новых нестандартных заданий. Использование таких материалов как карандаши, фломастеры, мелки могут усилить контроль ребенка, а использование таких средств, как гуашь, пластилин, тесто, глина помогает свободнее выразить свои переживания. Таким образом, если ребенку на первых порах трудно контролировать свое поведение, то лучше всего начать работу с материалов, активизирующих контроль. Если наоборот трудно (или небезопасно) проявить какие-то импульсы, предпочтительнее материалы, не дающие четкой линии.

На данный момент существует большая разновидность техник, используемых в арт-терапии. Но все дети разные. И необходимо учитывать возможности и готовность их к той или иной форме совместной деятельности.

Для доступности и организации деятельности детей рекомендуется двигаться от простого к сложному. Это принцип действует и в организации деятельности арт-терапии. Для того чтобы и процесс, и результат детской коллективной деятельности были успешными. Качество продуктов художественной деятельности не выступает важным критерием оценки (будь то чтение стихов, рисунок, исполнение танцев, песен, ролей). Они обладают собственной ценностью, связанной с последовательностью этапов разрешения личностных проблем ребенка, т. к. демонстрируют только то, что связано в предыдущем опыте. Тем не менее, на занятиях по педагогической арт-терапии наблюдаются, качественные изменения личности ребенка: это не только вытеснение предшествующего негативного опыта (застенчивости, неуверенности в своих силах, подавленности, страха публичных выступлений и т. д.), но и обогащение новыми способами художественной деятельности, приобретение новых возможностей, активизация внутренних ресурсов (уверенность в себе, удовольствие от активной художественной деятельности, радость от общения). Следует отметить, что качество детского исполнения определяется не по параметрам сценического или изобразительного совершенства, а по иным критериям: по степени проявления интереса детей, желания и активности в художественной деятельности, по степени удовлетворенности ребенка процессом художественной деятельностью, по степени эмоционального благополучия, развития коммуникативных контактов со сверстниками и взрослыми.

У детей активно развиваются социальные эмоции, такие, как самолюбие, чувство ответственности, чувство доверия к людям и способность ребенка к сопереживанию. Коллективный характер арт-деятельности способствует приобретению опыта межличностного общения, взаимопониманию, дисциплинированности, организованности, требовательности к себе и товарищам, формированию коллективной и личной ответственности, уверенности в себе.

Итак, арт-терапевтические методы позволяют:

- изменять психоэмоциональное состояние ребенка;
- высвободить потенциальные психические ресурсы;
- формировать положительную мотивацию к различным видам художественной деятельности;
- преодолевать барьеры в общении, пониманию себя и других;
- расширять кругозор;
- развивать творческую инициативу;
- создавать ситуацию успеха для каждого ребенка;
- формировать эстетические и нравственные представления;

- создавать эмоционально-благоприятную атмосферу, способствующую возникновению душевного благополучия, радостных эмоций;
- оставлять в памяти радостные, волнующие воспоминания, будить интерес к окружающим людям, окружающему миру, к искусству.

Арт-терапия не только оказывает исцеляющее воздействие на душу ребенка, но и способствует приобретению новых знаний и практических умений в области искусства, повышению адаптационных способностей личности, развитию её социальных качеств, изменению стереотипов поведения, присвоению новых способов взаимодействия, оптимизации межличностного общения в процессе активной художественной деятельности, «упорядочиванию собственных переживаний к наличествующим значениям и умениям», самопознанию, самоопределению, самореализации.

Арт-терапия помогает ребенку невербально выразить свои тревоги, а педагогу — понять потребности и проблемы детей.

Изотерапия - терапия, в первую очередь, рисованием. Занятия не должны ограничиваться обычным набором изобразительных средств (бумага, кисти, краски) и традиционными способами их использования. Для изотерапии подходят все виды художественных материалов: краски, карандаши, восковые мелки, пастель, бумага различной фактуры, цвета и размера, кисти разных размеров и жесткости, грифель, уголь, соленое тесто, глина, сыпучие продукты (крупы, горох, фасоль, макароны) засушенные листья. В последнее время особенно популярны рисование пальцами и ладонями, пульверизатором, губкой или ватными палочками; рисование на стекле, аппликации и т. д.

Итак, остановимся на некоторых техниках изотерапии подробнее.

Марания

В технике «марания» отсутствуют структурированные изображения и сюжеты, зато есть самые различные сочетания отвлеченных форм и цветовых пятен. Спонтанные рисунки дошкольников, выполненные в абстрактной манере, имеющие схожесть с рисунками доизобразительного периода.

Штриховка, каракули

Хаотичное или ритмичное нанесение тонких линий на поверхности бумаги, пола, стены, мольберта и т.д. Изображение создаётся без красок, с помощью карандашей и мелков. Эта техника помогает расшевелить ребёнка, даёт почувствовать нажим карандаша или мелка, снимает напряжение перед рисованием. Задачи, решаемые в ходе выполнения данной техники: развитие воображения, фантазии, работа с синдромом «не умею рисовать», сплочение группы, снятие эмоционального напряжения.

Рисование пальцами – это разрешенная игра с грязью, в ходе которой деструктивные импульсы и действия выражаются в социально приемлемой форме. Ребенок, незаметно для себя, может осмелиться на действия, которые обычно не делает, так как опасается, не желает или не считает возможным нарушать правила.

Монотипии

Замысловатые узоры, носят случайный характер и не могут быть в точности воспроизведены автором. В процессе выполнения работы происходит спонтанное самовыражение, актуализация чувств и эмоций, снятие напряжения, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности. Ребенку задается вопрос, какое из изображений ему нравится больше, выбранный вариант получает название и внимание автора, взрослого, других детей.

Совместное рисование учит детей сотрудничеству, формирует умение действовать в конфликте, уступать или отстаивать свою точку зрения, развитие способности конструктивного взаимодействия. Способствует развитию навыков саморегуляции, произвольного поведения, умения работать по правилам.

Лепка из *кинетического песка и теста* полезна гиперактивным детям, детям со страхами, тревожностью, а также с агрессией. Пластичность материала позволяет вносить многочисленные изменения в работу, что положительно сказывается на эмоциональном состоянии. Работая с глиной, агрессивный ребенок находит выход своим чувствам, а неуверенный в себе, занимаясь лепкой, учится контролировать ситуацию.

При использовании элементов арт-терапии в работе с педагогами решаются следующие задачи:

- профилактика эмоционального выгорания;
- снятие психоэмоционального напряжения;
- создание положительного эмоционального климата у участников;
- сплочение коллектива;

раскрытие внутреннего потенциала каждого педагога, путем создания условий для индивидуальной и коллективной работы.

В процессе арт-терапии на поверхность выходят многие проблемы, которые были глубоко скрыты и решаются они безболезненно. Высвобожденные внутренние переживания и чувства находят свое выражение в творческих работах, улучшая общее состояние и приводя в равновесие душевный мир ребенка. В ходе терапии характер работы, как правило, меняется: образы становятся более позитивными, красочными, гармоничными. Этот показатель является одним из критериев эффективности использования методов арт-терапии.

Литература:

1. Адлер А. Понять природу человека: пер. с нем. СПб. : Академический проект. 1997.

2. Киселева М. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. - СПб. : Издательство «Речь», 2007.

3. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. — С.Пб.: Речь, 2003.

4. Кряжева Н.Л. Радуюмся вместе: Развитие эмоционального мира детей. – Екатеринбург: У – Фрактория, 2006.

5. Копытин А.И. Методы арт-терапии в преодолении последствий травматического стресса. – М.: Когито-Центр, 2014.

6. «Интуиция, творчество и арт-терапия Мария Вальдес Одриосола»: Институт общегуманитарных исследований; Москва; 2012

7. Колошина Т. Ю., Трусъ А. А. Арт-терапевтические техники в тренинге: характеристики и использование. Практическое пособие для тренера. — СПб.: Речь, 2010.