

**Использование элементов арт-терапии
в работе
с детьми дошкольного возраста.**



Составитель: педагог-психолог Денисова Д.С.

Использование элементов арт-терапии в работе с детьми дошкольного возраста.

Цели:

- Развитие и умения правильно выражать свои эмоции и чувства
- Развитие фантазии, воображения
- Снятие напряжения.
- Повышение самооценки

Дошкольное детство – один из самых важных этапов в жизни ребенка. 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. 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.

Арт-терапия – это метод воздействия на ребенка с помощью рисования, лепки, пения, музыки, танцев, сказок – все то, что интересно и близко детям. В этом одно из преимуществ арт-терапии для детей. Ведь всегда можно подобрать ту форму, которая наиболее близка и интересна малышу. Более того, арт-терапия подходит для работы с детьми, начиная с самого раннего возраста.

Это один из самых «мягких» и, в то же время, глубоких методов, связанных с раскрытием творческого потенциала ребенка, высвобождением его скрытых энергетических резервов и эмоций.

Арт-терапия для детей хороша там, где другие методы трудно применимы. Ведь главное условие для упражнений детской арт-терапией – доступность средств, привлекательность, понятность и безопасность. Занятия лишены принуждения и воспринимаются, скорее, как игра и интересное времяпрепровождение.

Виды элементов арт-терапии в работе с детьми

Изотерапия



Изотерапия – это терапия рисованием.

Для изотерапии подходят все виды художественных материалов: краски, карандаши, восковые мелки, пастель, бумага различной фактуры, цвета и размера, кисти разных размеров и жесткости, грим, уголь, соленое тесто, глина и т.д.

Цель изотерапии- повышать эмоционально-положительный фон, создавать благоприятные условия для успешного развития ребенка. То есть, изотерапия создает предпосылки для развития у ребенка способности принимать решения и делать осознанный выбор, действовать самостоятельно, творчески мыслить, понимать существенно важное в учебном плане. Это дает возможность развития силой воли и сбалансированной эмоциональной жизни, которая является предпосылкой способности критического мышления и устойчивой социальной позиции.

Игры и упражнения, а также техника и материалы, которые используются на занятиях, учат детей общаться, помогают чувствовать других, поддерживать и сопереживать. В основе изотворчества лежит особая «сигнальная цветовая система», когда с помощью цвета ребенок сигнализирует о своем эмоциональном состоянии.

Изотерапия является универсальной технологией, которую можно использовать для совместного детского и детско-родительского творчества.

Давайте познакомимся с некоторыми техниками изотерапии.

Рисование пальцами, ладонями, другими частями тела 3

Штриховка, каракули

Рисование песком

Тестопластика

Рисование на стекле

Эбру - рисование на воде

Изображения с помощью мелких сыпучих материалов и др.





Сказкотерапия



Одним из наиболее эффективных методов в работе с детьми, является сказкотерапия. Лежащая в основе сказка, оказывает значительное воздействие на эмоциональную сферу детей. Она вызывает у ребенка удивление, желание познавать, умение находить решение в нестандартных ситуациях, нацеливает на открытие нового и осознание своего опыта.

Сказкотерапия – это лечение сказками, открытие тех знаний, которые живут в душе и являются в данный момент психотерапевтическими. Во – вторых, это процесс поиска смысла, расшифровки знаний о мире и системе взаимоотношений в нем. В – третьих, сказкотерапия – это процесс экологического образования и воспитания ребенка, и в – четвертых, это терапия особой сказочной средой, в которой человек может реализовать свою мечту.

Цель: коррекция эмоционально – волевой сферы старших дошкольников с помощью развития произвольного внимания и обучения искусству расслабления через сказкотерапию.

Если ребёнку просто читать истории, то этот образ окажется в пассивном состоянии, а обсуждение прочитанного заставит информацию использоваться активно. Такое сказочное восприятие Мира даёт ощущение гармонии и радости детям.

Через восприятие сказок мы воспитываем ребёнка, развиваем его внутренний мир, даём знания о законах жизни и способах проявления творческой силы и смекалки.





Мандалотерапия



Слово «мандала» в переводе означает «круг», «диск».

В духовных традициях мандала — это не просто круг или узор. Это целая модель мироздания, в которой заключается гармония и примирение с миром.

Мандалотерапия - это безопасный и естественный способ изменения эмоционального состояния, снятия напряжения, выражения чувств и позволяет развивать саморегуляцию.

Работа с мандалами развивает целостное восприятие мира, способствует развитию эмоционально-чувственного мира, развивает внимание к собственным чувствам, усиливает ощущение собственной личностной ценности. Эти изменения помогают становлению творческой личности ребёнка.

Также мандала актуальна для развития творческого мышления, развития произвольности поведения, снятия внутреннего напряжения, тревожности, страхов, развития мелкой моторики, воспитания терпеливости и аккуратности, активизации ресурсов личности, релаксации.





Песочная терапия



С помощью песочной терапии дошкольники развивают свои индивидуальные способности, работы детей отражают их истинные чувства, переживания и эмоции.

Песок – необыкновенно приятный материал. Когда мы погружаем руки в сухой песок, появляется нечто похожее на рябь на воде, рождается образ пустыни. Смешанный с водой, песок темнеет и приобретает качества земли. В это время ему можно придать форму. Создание песочных композиций, в отличие от рисунка, не требует каких-либо особых умений. Здесь

невозможно ошибиться, сделать что-то не так – это важно для тех, кто привык строго оценивать себя.

Цель: сохранение и укрепление психического здоровья ребенка.

Песок является универсальным строительным материалом, с его помощью можно быстро реализовать свои идеи, выстроить замок, слепить фигуру, придумать и воплотить в жизнь новую идею. С помощью песочной терапии очень хорошо развивается мелкая моторика, чувствительность конечностей за счёт воздействия на нервные окончания, развиваются художественные и творческие способности, обостряются фантазии и улучшается образное мышление.

Также плюсом песочной терапии является то, что здесь не требуется точности линий и схожести образов – это свободное искусство и поэтому переживания, стрессы у детей при играх в песке почти исключены. Здесь только получаемая радость от игр.





УСПЕХОВ ВАМ И ВАШИМ ДЕТКАМ.