

РОЛЬ АРТ-ТЕРАПИИ В СОЦИАЛЬНО-ЭМОЦИОНАЛЬНОМ РАЗВИТИИ МЛАДШИХ ДОШКОЛЬНИКОВ

Современная жизнь диктует человеку особые условия: необходимо быть уверенным в себе, активным, целеустремленным, открытым всему новому, иметь нестандартный подход к делу, быть креативным. В соответствии с новыми современными требованиями образования перед дошкольными учреждениями стоит задача не только формировать у детей необходимые знания, умения и навыки, но и максимально создать условия для укрепления их психологического и физического здоровья, социально адаптировать к школьному обучению, способствовать развитию творческого потенциала

Одно из таких направлений – это воздействие посредством изобразительного творчества – арт-терапия, или «*терапия творческим выражением*».

Основные цели арт-терапии - самовыражение, расширение личного опыта, самопознание, гармонизация личности.

Методы арт-терапии применяются с дошкольниками разного возраста. Чтобы активизировать творческий процесс, стимулировать ребенка и разнообразить его сенсорный и эмоциональный опыт в ходе арт-терапевтических занятий детям предлагаются различные материалы (краски, уголь, цветные карандаши, фломастеры, восковые мелки, пластилин, глина, песок). В конце каждого занятия происходит обсуждение чувств, вызванных работой с тем или иным материалом. В ходе занятий нередко используется музыка. Она воздействует на сознание в виде образов, вызывает эмоциональный отклик, снимает внутреннее напряжение, также используется движение и танец, сочинение историй. К самым популярным видам арт-терапии можно отнести:

- изотерапия – терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием, а так же работа с репродукциями, с различным художественным материалом: глиной, пластилином, бумагой, соломой.

- музыкальная терапия – это контролируемое использование музыки в образовании и воспитании детей и взрослых;

- драматерапия – воздействие через театр, образы, а так же использование готовых материалов (*фильмы, спектакли*);

- данс-терапия – это все, что связано с движением: ритмопластика, танцевально двигательная терапия.

сказкотерапия,

игротерапия,

библиотерапия (коррекционное воздействие при помощи чтения специально подобранной литературы,

артсинтезтерапия (семь видов искусств, объединенных в единой тренинговой системе: ассоциации, живопись, стихосложение, драматургия, пластика, театр, риторика,

песочная терапия,

цветотерапия,

фототерапия (лечебно-коррекционное применение фотографии, видеотерапия,

маскотерапия,

анимационная или мульт-терапия.

Основные принципы и заповеди арт-терапии:

Фразы на подобии «*Я не умею рисовать*», «*Я не умею танцевать*», не принимаются! Задача «*нарисовать, слепить, станцевать красиво*» не то что не ставится, она вообще противопоказана. Главное – выплеснуть, вырисовать, вытанцевать, дать выход накопившимся эмоциям и стрессам, чтобы лучше понять, разобраться, переосмыслить, найти решение, избавиться и улучшить свое психическое и физическое здоровье. Поэтому в первую очередь работы должны анализироваться не психотерапевтом, а самим автором. Анализируя и просто созерцая свой «шедевр», человек сам начинает осознавать суть своих проблем и пути их решения без чьей-либо помощи, без «*костылей*». Как правило, происходит это не сразу и очень редко после завершения конкретной работы, поэтому свои творения нужно сохранять и время от времени к ним возвращаться, рассматривая их в разном настроении и с разных ракурсов.

Приемы арт-терапии можно включать как в индивидуальные, так и групповые формы работы. Несмотря на кажущуюся простоту метода, арт-терапия позволяет лечить:

-Неврозы;

-Повышенную тревожность;

Страхи;

-Низкую самооценку;

-Трудности взаимоотношений с окружающими;

-Последствия стрессовых ситуаций и др.

Арт-терапия позволяет каждому оставаться самим собой, не испытывать стыда, неловкости или обиды, сравнивая себя с другими, способствует раскрытию внутренних ресурсов организма и психики. Арт-терапевтические занятия развивают творческое и пространственное

мышление, речь, мелкую моторику рук, умение понимать партнера. Помогают снимать эмоциональное напряжение, негативные эмоции, отработать беспокоящие ситуации. Дают возможность попробовать новые роли, способы поведения и реагирования, активизируют функцию воображения детей. Дети с богатой фантазией более успешно решают нестандартные задачи, легче переживают неприятности и завоевывают уважение среди сверстников.

Изобразительные техники, используемые в работе с детьми:

Рисование сыпучими материалами (*песок, сухие листья, крупы и др.*).

С помощью сыпучих материалов и клея ПВА можно создавать изображения. На лист бумаги клеим, который выдавливается из тюбика, наносится рисунок. Затем сухие листья растираются между ладонями на мелкие частички и рассыпаются над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Так же используется в работе песок, крупы и другие сыпучие материалы.

Рисование пластилином.

Пластилином можно создавать различные изображения. Это трудоемкая техника, требует от ребенка усидчивости и длительного сосредоточения внимания. Хорошо данную технику использовать с гиперактивными детьми.

Техника «*Монотипия*».

На гладкой поверхности – стекле, пластмассовой доске, пленке, толстой глянцевой бумаге – делается рисунок гуашевой краской. Материал, на который наносится краска, не должен пропускать воду. Сверху накладывается лист бумаги и придавливается к поверхности. Получается отпечаток в зеркальном отражении. Он может быть менее четким по сравнению с оригиналом, более расплывчатым, могут стереться границы между разными красками.

Рисование предметами окружающего пространства.

Дети могут рисовать мятой бумагой, резиновыми игрушками, кубиками, губками, зубными щетками, палочками, нитками, коктейльными соломинками, ластиками и чем-то еще.

Целенаправленное «*раскачивание*» двигательных и функциональных стереотипов создает почву для общего укрепления эмоциональной сферы, уменьшения зависимости — в частности, от ритуалов, — повышения настроения, развития воображения, адаптационных способностей.

Рисование пальцами.

Рисование пальцами не бывает безразлично ребенку. В связи с нестандартностью ситуации, особыми тактильными ощущениями,

экспрессией и нетипичным результатом изображения, оно сопровождается эмоциональным откликом.

Рисование под музыку.

Основа музыки – звук. Звук, как акустический сигнал, воздействует на клетки живого организма, изменяя их активность. На музыку реагирует сердечно-сосудистая система, дыхательная система, музыка оказывает влияние на гормональный обмен и др. Предложите детям прослушать музыку, представляя ее цвет и движения звуков. Затем при повторном звучании предложите изобразить то, что они представляли изобразительными материалами, не создающими сопротивления на бумаге и не требующими мышечного напряжения при работе. Лучше использовать акварель или восковые мелки.

Техника марагия (*разбрызгивание красок*).

Игра с красками очень увлекает и завораживает, тем более, если разрешено брызгаться и «пачкать» лист красками. Дети выполняют такие работы с особым удовольствием и интересом.

Кляксы.

Если на одной части листа оставить кляксы разного цвета, а затем сложить лист вдвое и снова его раскрыть, то получится оригинальный рисунок. Попросите ребенка дать название своему шедевру.

Техника «Мандала»

Спонтанная работа с цветом и формой внутри круга способствует изменению состояния сознания человека, вызывает разнообразные психосоматические феномены и открывает возможность для духовного роста личности.

Рисование на мокрой бумаге.

Необычная работа может получиться, если ее выполнить на заранее смоченной пульверизатором бумаге. Интересно наблюдать, как растекаются и смешиваются на мокрой бумаге краски, это доставит ребенку особое наслаждение подарит много положительных эмоций.