

## **Тема: Арт-терапия как средство коррекции эмоционального неблагополучия у детей старшего дошкольного возраста.**

**Цель:** показать особенности применения арт-терапии как средства коррекции эмоционального неблагополучия детей дошкольного возраста.

### **«История появления арт-терапии. Применение арт-терапии с детьми дошкольного возраста»**

Арт-терапия — это использование средств искусства для передачи чувств и иных проявлений психики человека с целью изменения структуры его мироощущения.

Первые попытки использовать арт-терапию для коррекции эмоционального состояния относятся к 30-м годам нашего столетия, когда арт-терапевтические методы были применены в работе с детьми, испытывавшими стресс в фашистских лагерях и вывезенными в США. С тех пор арт-терапия получила широкое распространение и используется как самостоятельный метод и как метод, дополняющий другие психологические техники.

Термин «арт-терапия» (буквально: терапия искусством) ввел в употребление Адриан Хилл (1935) при описании своей работы с туберкулезными больными в санаториях. Это словосочетание использовалось по отношению ко всем видам занятия искусством, которые проводились в больницах и центрах психического здоровья. Это самостоятельное психотерапевтическое направление, специализированная форма психотерапии, основанная на искусстве, в первую очередь изобразительном и творческой деятельности в коррекционных целях. Первоначально арт-терапия возникла в контексте теоретических идей З. Фрейда и К.Г. Юнга, а в дальнейшем приобретала более широкую концептуальную базу, включая гуманистические модели развития личности К. Роджерса и А. Маслоу.

Словосочетание «арт-терапия» в научно-педагогической интерпретации понимается как забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, группы, коллектива средствами художественной деятельности (Л.С. Брусиловский, А.И. Копытин, А.В. Сизова).

Современные исследователи (А.В. Сизова, М.Н. Сирнова, Н.Ю. Гордеева), рассматривая коррекционные возможности арт-терапии, определяют ее как технологию с предоставлением ребенку практически неограниченных возможностей для самовыражения и самореализации в продуктах творчества.

Основная цель арт-терапии – коррекция психоэмоционального состояния личности, испытывающей трудности эмоционального развития в результате стресса, неудовлетворения семейными отношениями, переживания эмоционального отторжения другими людьми и др. факторов, что приводит детей к депрессии, эмоциональной неустойчивости, импульсивности эмоциональных реакций, чувству одиночества, межличностным конфликтам, низкой самооценке и т.п. состояниям.

Можно отметить два механизма психологической коррекции с помощью арт-терапии (О.А. Карабанова, 1997):

— когда искусство позволяет в своеобразной символической форме переконструировать травмирующую ситуацию и найти выход из нее, используя креативные способности ребенка;

— когда под воздействием искусства появляется эстетическая реакция, изменяющая действие «аффекта от мучительного к приносящему наслаждение» (Л.С. Выготский, 1987).

Коррекционные возможности арт-терапии обусловлены предоставлением ребенку с проблемами возможностями для самовыражения и саморазвития, утверждения и самопознания. Созданные ребенком в процессе

арт-терапии творческие работы и их признание взрослыми повышают его самооценку, степень его самопризнания. Многочисленные исследования детей с различными видами нарушений развития показывают, что у них имеются сходные проблемы в познавательной, эмоционально-волевой, личностной сферах, которые успешно коррегируются средствами искусства.

Применение арт-терапевтических методов в работе с дошкольниками позволяет получить следующие позитивные результаты:

1. Обеспечивает эффективное эмоциональное отреагирование, придает ему (даже в случае агрессивного проявления) социально приемлемые, допустимые формы.

2. Облегчает процесс коммуникации для замкнутых, стеснительных или слабо ориентированных на общение детей.

3. Дает возможность невербального контакта (опосредованного продуктом арт-терапии), способствует преодолению коммуникативных барьеров и психологических защит.

4. Создает благоприятные условия для развития произвольности и способности к саморегуляции. Эти условия обеспечиваются за счет того, что изобразительная деятельность требует планирования и регуляции деятельности на пути достижения целей.

5. Оказывает дополнительное влияние на осознание ребенком своих чувств, переживаний и эмоциональных состояний, создает предпосылки для регуляции эмоциональных состояний и реакций.

6. Существенно повышает личностную ценность, содействует формированию позитивной «Я-концепции» и повышению уверенности в себе за счет социального признания ценности продукта, созданного ребенком.

После проведения арт-терапевтических методик у ребенка происходит изменения в эмоциональном настрое, специалист может увидеть реальные

проблемы и фантазии, у дошкольника развивается творческое самовыражение, воображение и художественные способности. Арт-терапия — это безопасный способ разрядки разрушительных и саморазрушительных тенденций, позволяющий проработать мысли и эмоции, которые человек привык подавлять.

Таким образом, сущность арт-терапии состоит в терапевтическом и коррекционном воздействии искусства на субъект и проявляется в реконструировании психотравмирующей ситуации с помощью художественно-творческой деятельности, выведении переживаний, связанных с ней, во внешнюю форму через продукт художественной деятельности, а также создании новых позитивных переживаний, в рождении креативных способностей и способов их удовлетворения.

### **«Арт-терапия для коррекции эмоционального неблагополучия у детей старшего дошкольного возраста»**

Основными технологическими средствами арт-терапии сегодня служат:

- сказкотерапевтические технологии (сказкотерапия — это направление практической психологии, использующее ресурсы сказок для решения целого ряда задач: профилактика негативных тенденций личностного и интеллектуального развития, развитие социальной компетентности ребенка и способности к решению реальных жизненных ситуаций, создание оптимальных условий для эмоциональной стабильности в развитии ребенка, коррекция детско-родительских отношений и др.),

- психогимнастика, активно представленная в практике работы педагогов- психологов, учителей-логопедов ДООУ области,

- пескотерапия, привлекающая все больше сторонников среди педагогов, родителей и воспитанников детских садов,

- изотерапия - прекрасное средство коррекции, так как, правильно подбирая изобразительные материалы в соответствии с индивидуально психологическими особенностями ребенка, можно не только развивать положительные чувства, но и в какой-то мере управлять его активностью,

- игротерапия, включающая различные игры с куклой, театрализацию, хороводные игры, а также новое направление арт-терапии – коррекционно-развивающие упражнения в темной сенсорной комнате.

Итак, давайте с вами рассмотрим одно из основных средств арт-терапии на практике – «Изотерапия»

Изначально искусство рассматривалось как способ развития эстетической стороны личности ребенка. Однако, на сегодняшний момент появляется необходимость исследовать искусство с другой точки зрения и применять его не только для развития, формирования личности, но и для профилактики и коррекции отклонений в различных сферах личности ребенка, сохранения здоровья детей. Рисунок ребенка несет на себе несколько функций. Во-первых, это материализованная модель мира ребенка. Во-вторых, это предмет анализа. Свойства личности ребенка, модель его мира, воплощенная в рисунке, могут анализироваться педагогом. В результате этого анализа выявляются проблемы, которые стоят перед ребенком. Это могут быть страхи, скрытая агрессия, проблемы во взаимодействии с другими людьми. Выявленные проблемы указывают направление работы с ребенком.

В-третьих, рисунок является предметом взаимодействия педагога и ребенка. В процессе объяснения, обсуждения рисунка педагог-психолог имеет возможность воздействовать на ребенка, передавать ему свой жизненный опыт. Иногда это воздействие может быть опосредованным. Например, модель мира воплощается в сказках. Здесь ребенок может увидеть

способы взаимодействия героя с другими персонажами, познать понятие добра и зла, нравственных, справедливых взаимоотношений между людьми.

В-четвертых, рисунок отражает особенность детского восприятия. Ребенок изображает не только то, что он видит, но и то, что он знает и чувствует. Дошкольник знает, что его мама самая добрая и сильная, она всегда его защитит. Поэтому маму он изобразит ростом выше дома и выше дерева. Детские представления о мире формируются, во-первых, из представлений о мире, которые транслируются взрослыми, во-вторых, из личных усилий самого ребёнка по познанию мира, в-третьих, из опыта других детей, который воплощается в детской субкультуре. В-пятых, рисунок отражает понятие ценности личности ребёнка. Рисунок ребенка внушает его автору понятие ценности его личности. Рисунок ребенка как отражение его личности должен быть интересен педагогу и родителям.

Наиболее популярная техника для использования в дошкольном возрасте — является техника «Марания». Дети в этом возрасте рисовать толком еще не умеют, но у них хорошо получается пачкать бумагу. Для этой техники хорошо подходит гуашь и акварель. Краски помогают открыто проявлять эмоции. У марания нет оценок и идеалов, здесь нельзя оценить «красиво-некрасиво», «хорошо-плохо» и отсутствие критериев тем самым помогает ребенку раскрыться. Давайте с вами испробуем эту технику.

Следующая техника, которая часто используется — это штриховка. Рисунок создается с помощью карандаша или мелков. Штрихи являются хаотичным нанесением линий на бумагу, из этих штрихов может сложиться отдельный образ. Штриховка помогает расшевелить ребенка и снять напряжение перед рисованием. Можно использовать как вводное упражнение.

Также встречается такая техника, как монотипия. Заключается она в том, что на гладкой поверхности (например: стекло, доска, пленка) рисуют

гуашевой краской. На рисунок накладывается чистый лист бумаги и плотно придавливается, в результате получается оттиск в зеркальном отражении. Он может быть не таким четким, как оригинал, границы могут быть размыты. При желании можно вдохновить ребенка дорисовать или прорисовать отпечаток.

В дошкольных учреждениях часто используется «кляксография» как вариант монотипии. В данной технике лист сгибается пополам и с одной стороны от сгиба наносится клякса, но уже ребенком выбирается место его творчества на листе. После, лист складывается по линии сгиба и проглаживается, затем нужно попросить ребенка соединить кляксы и оттиски в единое целое.

Следующая техника — это «рисование пальцами». Никогда не рисуя пальцами ребенок получает тактильные ощущения, которые он испытывает опуская палец в гуашь, а затем на бумагу. В этой методике развивается мелкая моторная координация. Рисование пальцами не может быть безразлично ребенку, в связи с тем, что ему кажется ситуация нестандартной, тактильные ощущения — особенными, а результат — нетипичным. Но следует отметить и то, что некоторым детям сложно приступить к этой технике, как правило, это те дошкольники, у которых развиты жесткие социальные установки поведения. Для этих детей техника «рисования пальцами» будет служить профилактикой и коррекцией подавленности и тревожности.

Рисование пластилином — это еще одна часто встречаемая техника, используемая в детском саду. Пластилином изображаются яркие и объемные изображения, но нужно отметить, что в этой технике требуется от ребенка усидчивость.

Для наиболее эффективной коррекции эмоционального неблагополучия детей на занятиях необходимо использовать разные виды арт-терапии

(музыкотерапию, изотерапию, имаготерапию, сказкотерапию, кинезитерапию, и др.) и их интеграцию, предоставляя возможность ребятам как можно больше общаться с музыкой, сказкой, изобразительным искусством, стимулировать развитие эмоциональной отзывчивости ребенка.

Используя различные виды арт-терапии, не ограничиваясь каким – либо одним из них, необходимо накапливать художественно-творческий опыт общения детей с разными видами искусства. Создавать условия для того, чтобы каждый ребенок смог почувствовать радость творчества и уверенность в том, что он способен постичь смысл произведения, понять содержание и его эстетическую красоту.