



***АРТ - ТЕРАПИЯ В ДЕТСКОМ
САДУ***

Арт-терапия – не просто красивое и модное слово, а прежде всего, это современный метод положительного психологического воздействия, с целью поддержания и укрепления здоровья детей. «Арт» – искусство, «Терапия» – лечение. Термин введен Адрианом Хиллом в 1938 году.

Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Арт-терапия не ставит своей целью сделать человека художником или актером. Она направлена, в первую очередь, на решение психологических и педагогических проблем.

Арт-терапия является хорошим способом социальной адаптации, помогает устанавливать отношения между людьми, так как она в основном использует средства невербального общения. Посредством искусства человек не только выражает себя, но и больше узнает о других.

В настоящее время арт-терапия в широком понимании включает в себя: имаготерапию (лечебное воздействие через образ, театрализацию); сказкотерапию (лечебное воздействие чтением, театрализацией); фототерапию (работа с фотографией); библиотерапию (лечебное воздействие чтением);

маскотерапию (технику, позволяющую отобразить свой внутренний мир в красках и посмотреть на него со стороны).

Музыкотерапию (лечебное воздействие через восприятие музыки); вокалотерапию (лечение пением); кинезитерапию (танце-терапия, хорео-терапия, коррекционная ритмика) – об этом лучше расскажет музыкальный руководитель.

Сегодня мне хочется рассказать о видах арт-терапии используемых мною для оздоровлении дошкольников.

Песочная терапия


Все, что нужно для песочной арт-терапии – это обыкновенный ящик с песком, или песочница. Рисую сухим или мокрым песком, строя из песка замки, создавая песочные фигуры, ребенок развивает тактильные ощущения, раскрепощается, самовыражается.

Метод песочной терапии можно использовать в работе с детьми любого возраста со следующим спектром проблем:

- Различные формы нарушений поведения;
- Психосоматические заболевания;
- Повышенная тревожность, страхи;
- Неврозы;
- Сложности во взаимоотношениях со сверстниками.

Преимущества песочной терапии:

1. помогает выразить те мысли и переживания, которые сложно сформулировать словами;
2. освобождает творческий потенциал, внутренние силы для разрешения трудной ситуации;
3. актуализирует воспоминания, возвращает к прошлому опыту с целью повторного переживания и освобождения;
4. дает возможность попробовать новые способы построения отношений и разрешения конфликтов, выбрать подходящий;
5. сложности, связанные с изменениями в семейном (развод, появление младшего ребенка и т.д.) и в социальных ситуациях (детский сад, школа), адаптация в школе.



Цветотерапия – это способ корректировки психоэмоционального состояния ребенка при помощи определенных цветов. Это особая методика, основанная на влиянии фотонов цвета различной длины волны на мозг ребенка. Благодаря такой простой методике, воздействию определенного цвета на ребенка, можно добиться значительных результатов в лечении апатии, раздражительности, чрезмерной активности и даже начинающейся детской агрессии, управлять своими эмоциями.

Изотерапия (лечебное воздействие средствами искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и др.).

Основная цель использования изотерапии: помочь ребёнку начать осознавать себя и существование в своем мире. Это связано с тем, что рисование – мощное средство самовыражения, которое обеспечивает путь для проявления чувств.

Дети любят, обмакнув палец в краске оставлять следы на бумаге. В зависимости от настроения ребенок выбирает ту или иную краску. Подобно тому, как растекается краска, часто ведут себя и эмоции.

Печатание – техника изображения с помощью печатей. В раннем возрасте на занятиях по ознакомлению с окружающим и декоративно-прикладному рисованию предлагается печатание листьями. Настоящий лист дерева, растения намазывают краской и отпечатывают на бумаге. Так создаются декоративные композиции.

Рисование мылом. Для этого с помощью кусочка мыла дети наносят контурное изображение (как во время рисования простым карандашом). Затем сверху широкой кисточкой или губкой, кусочком поролона наносят краску (краски).

«Пластилиновое рисование» используется тогда, когда необходимо отвлечь детей от грустных мыслей, депрессии. Оно отвлекает внимание детей на процесс моделирования новой, более конструктивной картины мира. С другой стороны, оно дает возможность в социально приемлемой форме «выплеснуть» агрессивные эмоции, сплющивая и размазывая пластилин по картону.

Рисование кусочками поролона. Во время рисования можно сначала смочить поролоном с водой лист бумаги – тогда изображения получатся таинственными, расплывчатыми, с мягкими очертаниями.

Игротерапия

Применение игротерапии в обучающих целях можно очень точно охарактеризовать одной фразой: «учимся играючи, играя – учимся».


Игра выступает средством, помогающим стимулировать ребенка, развить его сенсомоторные навыки, снизить эмоциональное напряжение.

Средствами игротерапии выступают подвижные игры, игры на подражание, игры на снятие психоэмоционального напряжения, игры с песком, хороводные игры, динамические игры, где под музыку дети бегают или танцуют в паре.

Детские игры необходимы для гармоничного развития детей, как в физическом, так и в умственном плане. Игра для детей дошкольного возраста является отражением окружающей его жизни. Игра – это всегда импровизация. А это значит, что ребёнок в игровой деятельности не только обучается жизни, но и живёт своей истинной жизнью. В игре оттачивается гибкость ума, тренируется память, вырабатывается внимательность, усидчивость, настойчивость в достижении цели, умение логически мыслить и предвидеть последствие своих поступков.

Используя метод арт-терапии, я соблюдаю следующие условия:

- творчество должно нести для ребенка радость.
- Не принуждаю ребенка.
- Вовремя закончиваю работу, если ребенку надоело.
- Стараться поддерживать любое, даже самое слабое стремление к творчеству ребенка и если оно возникло, обставляйте его как очень важное и радостное дело.
- Стремлюсь к тому, чтобы инициатива творчества исходила от самого ребенка.
- Не только сама радуюсь «произведению» ребенка, но рассказываю о творческой удаче родителям, вывешиваю и выставляю удачные работы на видном месте.



Использование арт-терапии дало возможность
Развивать детское воображение и мышление;
обеспечивать познавательное развитие детей;
активизировать и стимулировать их речевую
активность; улучшать качества внимания; развивать
ребенка творчески; снижать уровень тревожности и
агрессии у детей.



Спасибо за внимание