

Арт-терапия в условиях Дошкольного Образовательного Учреждения

Актуальность: Эмоциональное состояние воспитанников в детских садах вызывает сегодня серьёзные опасения. У детей отмечается высокая тревожность, частота проявлений общей апатии или, напротив, повышенной раздражительности и агрессивности. У педагогов наблюдается повышенная раздражительность на незначительные, мелкие события; переживание негативных эмоций, чувство неосознанного беспокойства. Для того, чтобы сохранить эмоциональное здоровье ребёнка, необходимо применять особую заботу к внутреннему миру дошкольника. Для достижения этой цели, воспитатель дошкольного учреждения выбирает для себя наиболее адаптивные технологии. На сегодняшний момент необходимо искать новые средства психолого-педагогической поддержки предупреждения негативных эмоций у дошкольников. В качестве инструмента для обеспечения эмоционального благополучия и психолого-педагогической поддержки участников образовательного процесса, можно успешно использовать арт-терапию. Сущность этого метода состоит во взаимодействии педагогики и искусства, что в свою очередь направлено на обучение, развитие и воспитание детей путём искусства, формировании основ художественной культуры и овладении детьми практическими умениями в различных видах художественной деятельности.

Что такое арт-терапия? Этот термин был введён британским художником и врачом Адрианом Хиллом в 1938 году. Работая с больными туберкулёзом, он заметил, что творческие занятия отвлекают пациентов от переживаний и помогают справиться с болезнью. Сочетание слов "арт-терапия" (art – искусство, *therapeia* (греч.) – забота, лечение) принято считать как заботу о психологическом здоровье и эмоциональном самочувствии человека с помощью творчества.

Приёмы и методы арт-терапии обращают внимание на чувства ребёнка, помогают ему выразить и познать свой внутренний мир, получить опыт общения и работы в коллективе, развивают его коммуникативность, воображение, способствуют снятию эмоционального напряжения.

Для достижения поставленной цели – сохранение эмоционального здоровья ребёнка, реализуется принцип самовыражения и спонтанности.

Полезно совмещать данные технологии с музыкальной деятельностью: слушанием музыки, пением, игровой деятельностью. НОД можно организовать как в группе, так и индивидуально.

Современная арт-терапия включает множество направлений. К ним относятся изотерапия, танцетерапия, музыкотерапия, сказкотерапия, фототерапия.

Изотерапия является мощным средством самовыражения, облегчающее проявление чувств. Она позволяет реализовать творческие способности, помогает понять своё предназначение. Благодаря рисованию, человек легче воспринимает болезненные для него события.

Задачи, решаемые с использованием изотерапии:

- *воспитание*: дети учатся корректному общению, бережному отношению со сверстниками (данный способ построения НОД обеспечивает усвоение этики поведения, вместе с тем происходит более глубокое понимание собственного внутреннего мира);
- *развитие*: складываются условия, при которых каждый ребёнок переживает успех в той или иной деятельности, развивается чувство собственного достоинства, самоуважения, формируется адекватная самооценка;
- *коррекция*: рабочая атмосфера, групповые формы работы способствуют коррекции межличностных отношений.

Основные принципы занятий с использованием арт-техник:

- 1) желание ребёнка. Все мы знаем, что творчество невозможно без желания. Так же и доверительный диалог с ребёнком;
- 2) поощрение и благодарность ребёнку;
- 3) непосредственное участие самого педагога в той работе, которую он предлагает. Воспитатель вместе с ребёнком говорит о своем настроении (в начале и в конце занятия), рисует, лепит, рассуждает о тех или иных произведениях, словом, выполняет все задания, которые предлагает ребёнку. Только тогда у малыша формируется доверие к педагогу и к той необычной деятельности, которая ему предлагается;
- 4) яркий, красивый, добротный материал на занятии. Для тех ребят, которые включаются в работу с неохотой, яркое, красивое и необычное оборудование может стать привлекательным моментом.

В условиях дошкольного образовательного учреждения педагог может проводить занятия с детьми, применяя следующие некоторые техники изотерапии:

- **кляксография** (для детей 1,5-3 лет) способствует развитию воображения путём раздувания капелек красок в разных направлениях, оживления,

додумывания образа, задаванию нужного направления и силы выдоха при раздувании краски;

- **марание** (для детей от 1 года) рисование ладошками, ножками, пальчиками, кулачками, этот способ приводит детей к собственным маленьким открытиям, позволяет осмелиться на действия, которые обычно ребёнок не делает;
- **тестопластика** (для детей от 2 лет) позволит выйти агрессивности, научиться контролированию ситуации;
- **интуитивное рисование** (рисование под музыку) (для детей от 2 лет) не требует никаких специальных художественных навыков, умений и знаний. В процессе человек может отдохнуть и расслабиться, найти способы решения своих задач и проблем, которые ранее не получалось разрешить;
- **штриховка или «каракули»** (для детей от 1,5 лет) позволяет свободно, не задумываясь о результате, нарисовать на листе бумаги клубок линий, затем человек может попробовать разглядеть в нём какой-то образ и описать его, поиграть в дорисовки, когда каракули дорисовываются до конкретного образа.

Подводя итоги, можно достаточно быстро добиться положительных результатов достижения поставленной цели, сочетая в своей работе разнообразные техники арт-терапии, поскольку подобная практика является очень необычной, интересной и увлекательной, а это, в свою очередь, помогает участникам педагогического процесса наладить взаимодействие и достичь желаемого эффекта.