

**Клещевникова Галина Сергеевна**

педагог-психолог

**Власова Елена Александровна**

воспитатель

МБДОУ «Д/С КВ №40 «Колосок»

г. Набережные Челны, Республика Татарстан

## **ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДОВ АРТ-ТЕРАПИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

***Аннотация:** в статье представлены основные арт-терапевтические технологии в работе с детьми, описаны принципы построения занятий в дошкольном учреждении, приведены упражнения различной тематики.*

***Ключевые слова:** арт-терапия, музыкотерапия, фототерапия, арт-терапевтические техники, коммуникативные умения, речевые патологии, коррекционно-развивающая работа.*

Не секрет, что именно 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.

Увеличение количества детей, имеющих речевые патологии, диктует необходимость пересмотра имеющихся методов и технологий коррекционно-развивающей работы в группах для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) дошкольных образовательных учреждений. У детей с речевыми патологиями обнаруживается сложное сочетание нарушения речи и эмоциональной сферы. Выражается это в бедности эмоциональных проявлений, такие

дети испытывают трудности с определением и соотносением эмоциональных состояний. В связи с этим у детей часто наблюдаются трудности в общении со сверстниками, многие из них гиперактивны или, наоборот, зажатые. Работа над этими проблемами способствовала поиску новых технологий в работе с детьми. Наиболее приемлемой, на наш взгляд, является арт-терапия.

Использование арт-терапии в практике педагога-психолога и воспитателей дошкольного образовательного учреждения обосновано присущими ему функциями: воспитательной, развивающей, коррекционной, психотерапевтической, диагностической. Арт-терапия имеет широкие возможности в развивающей и коррекционной работе с детьми-дошкольниками. Позволяет развивать коммуникативные навыки ребёнка, способность к сотрудничеству со сверстниками. Помимо всего прочего, арт-терапия – прекрасный способ безболезненно для других выразить свои эмоции и чувства.

Творчество тесно связано с жизнью ребенка, наполненной богатой игрой фантазии и символической деятельностью. Дети еще не умеют ясно выражать свои мысли, зато умеют рисовать, лепить, фантазировать. Именно, методы арт – терапии позволяют ребенку выразить свое состояние через рисунок, танец, сказку, игру. Чувства и эмоции нередко находят выражение с помощью используемых детьми символов. Происходит смешение внутренней и внешней реальности. В своем творчестве дети, не задумываясь, рисуют, изображают, воспроизводят то, что чувствуют. Именно «арт-терапия» позволяет добиться положительного развивающего эффекта в работе с детьми.

Проведение интегрированных коррекционно-развивающих занятий, в которых сочетаются музыкотерапия, фототерапия, техники телесно-ориентированной арт-терапии и др. наиболее эффективно, так как у ребенка появляется возможность реализовать свои творческие способности и фантазию, обогащается словарь детей, а главное – развиваются коммуникативные умения.

На арт-терапевтических занятиях с дошкольниками искусство не является самоцелью, оно лишь средство, которое помогает лучше понять себя. Цель за-

нятий: не научить ребенка рисовать или лепить, а помочь средствами искусства справиться с проблемами, вызывающими у него негативные эмоции, которые зачастую он не может вербализовать, и дать выход творческой энергии. Одна из задач арт-терапии – помочь ребенку узнать и научиться выражать собственные чувства, а продукты творчества, возникающие в ходе этого процесса, имеют лишь прикладное значение: служат материалом для анализа породивших их переживаний.

В работе с дошкольниками возможно использовать следующие арт-терапевтические техники: техника «мандала» (рисование в круге) – включает в себя спонтанную работу с цветом и формой внутри круга, способствует изменению состояния сознания детей и открывает возможность для личностного роста; техника направленной визуализации – стимулирование и направление потока воображения ребенка в определенное русло; техника образа и пластики настроения – работа с пластилином, тестом или глиной используется для снятия мышечного напряжения, а также способствует развитию навыков самоконтроля, формирует творческую активность; техника работы с песком – такая работа дает возможность для выражения самых разных чувств, хорошо снимает агрессию; техника рисования на стекле – используется для парных работ, способствует развитию коммуникативных навыков; техника фотоколлажа и аппликаций – способствует снятию мышечного напряжения, развивает абстрактное мышление и креативность.

Занятия с детьми проводятся 1 раз в неделю. Продолжительность одного занятия – 30–45 минут (с обязательной сменой деятельности). Оптимальное количество участников – 7–8 человек.

#### *Арт-терапевтические техники и упражнения*

##### *Упражнение «Имя».*

Сейчас каждому из вас на бумажном кружке нужно нарисовать свой символ. Далее каждый по кругу называет свое имя и показывает свой символ.

##### *Упражнение «Сказка по кругу».*

Все участники начинают сочинять сказку по кругу. По команде ведущего «далее», предыдущий игрок останавливается, следующий продолжает.

*Упражнение «Прекрасный сад».*

Закройте глаза и представьте, что мы оказались в саду. Вообразите себя цветком. Если бы ты был растением то, каким? Какие были бы у тебя листья? Гладкие или с зазубринками? Были бы у тебя шипы? А цветы? Какого цвета? Цветы, распустившиеся или просто бутоны? Как выглядит твой стебель и корни? Где ты растешь, и что тебя окружает вокруг? Кто-нибудь ухаживает за тобой? А теперь ты возвращаешься обратно. Открой глаза и когда будешь готов, нарисуй свой цветок. Не беспокойся о том, как ты нарисуешь, главное, чтобы ты мог описать свой цветок. Все изображают себя в виде какого-либо растения, реального или выдуманного. По желанию могут рассказать о своем рисунке. Затем они его вырезают и размещают на большом листе бумаг, формируя огромный красивый сад.

*Упражнение «Рисуем на спине».*

Под музыку один ребенок рисует на спине у другого. Второй внимательно прислушивается и отгадывает что нарисовано. По окончании игры проводится обсуждение: насколько верно поняли, что было нарисовано? Что помогало и что мешало понять?

*Упражнение «Мое настроение».*

Детям предлагается изобразить свое настроение чувства при помощи линий и цвета. После завершения рисования каждый всем участникам демонстрирует свой рисунок и рассказывает о своем настроении.

Довольно часто после завершения сеансов арт-терапии дети увлекаются теми видами, техниками и способами творческой деятельности, с которыми они познакомились на занятиях.

Психокоррекционный эффект игровых занятий достигается благодаря установлению положительного эмоционального контакта с психологом. Основная цель игровой терапии – помочь ребенку выразить свои переживания наибо-

лее приемлемым для него образом – через игру, а также проявить творческую активность в разрешении сложных жизненных ситуаций, «отыгрываемых» или моделируемых в игровом процессе.

Каждый рисунок ребенка уникален. Его невозможно с точностью воспроизвести на последующих занятиях. Каждая новая работа – это естественный способ рассказа о себе, о своих чувствах и мыслях в текущий момент времени, а также о своем опыте и переживаниях, не нашедших словесного выражения и ставших для ребенка эмоциональным грузом. Все, что беспокоит ребенка, волнует его, он может выразить на бумаге или на другом специально подобранном для этого материале.

Весь процесс творческой деятельности является важным элементом его развития. На занятиях в ребенке открываются такие творческие начала, о которых он ранее и не подозревал. Ребенок не задумывается о конечном результате, он получает удовольствие от самого процесса, он учится выражать свои чувства, справляться с переживаниями, дает возможность выходу своей накопившейся энергии, а также развивает творческие способности. Именно поэтому арт-терапия так эффективна при работе с детьми.

### ***Список литературы***

1. Копытин А.И. Техники телесно-ориентированной арт-терапии / А.И. Копытин, Б. Корт. – М: Психотерапия, 2011.
2. Копытин А.И. Методы арт-терапевтической помощи детям и подросткам / А.И. Копытин. – М: Когито-центр, 2012.
3. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми / М.В. Киселева. – СПб: Речь, 2006.
4. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей / Н.Л. Кряжева. – Ярославль: Академия развития, 1996.
5. Мардер Л.Д. Цветной мир. Групповая арт-терапевтическая работа с детьми дошкольного и младшего школьного возраста / Л.Д. Мардер. – М: Генезис, 2006.

6. Использование методов арт-терапии в работе с детьми старшего дошкольного возраста [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://studopedia.net/7\\_45983\\_struktura-korreksionno-razvivayushchego-zanyatiya-s-ispolzovaniem.html](https://studopedia.net/7_45983_struktura-korreksionno-razvivayushchego-zanyatiya-s-ispolzovaniem.html) (дата обращения: 17.03.2021).