(cc) BY

Мысакова Татьяна Ивановна
педагог дополнительного образования
Малых Елена Ивановна
педагог-психолог,
педагог дополнительного образования
Халаимова Светлана Ивановна
педагог дополнительного образования

МБУ ДО «Дом детского творчества»
г. Алексеевка, Белгородская область

АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ И ИХ ВЛИЯНИЕ НА ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОЕ СОСТОЯНИЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ И ПЕДАГОГОВ ДОМА ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА

Аннотация*: в статье авторами кратко раскрыта история возникновения и значение арт – терапии, а также рекомендованы для использования в работе некоторые приёмы арт терапии для нормализации психоэмоционального состояния участников образовательного процесса.*

Ключевые слова*: арт – терапия, гармонизация душевного состояния, психология, внутренний мир, эмоции, умиротворение.*

Современная жизнь с ее высокой динамикой и большим объемом информации зачастую приводит к психическим, физическим и эмоциональным перегрузкам. Дети, и прежде всего, младшие школьники, являются в плане адаптации к информационному давлению, наиболее уязвимы. В настоящее время в психологической работе с детьми, испытывающими психоэмоциональное напряжение, все большую популярность приобретают разнообразные методы арт-терапии

Благодаря Арт терапевтическим занятиям мы можем добиться гармонизации душевного состояния, раскрыть внутренний потенциал и активизировать внутренние ресурсы.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Сегодня Арт терапия это отдельное направление в психологии. Оно использует различные виды искусства для исцеления души. Это может быть музыка, лепка, танцы всё что угодно. Всё то через что мы можем себя выразить. Для занятий Арт – терапией не надо быть профессионалом в каком либо виде творчества. Это может даже помешать. Задача здесь в другом, выразить свой внутренний мир. Поэтому если вы не умеете рисовать профессионально, это большой плюс, это нам поможет.

Язык искусства – красок, линий, форм и образов – говорит нам о том, что очень сложно выразить при помощи слов. Арт-терапия – это область, которая использует невербальный язык искусства для развития личности в качестве средства, дающего возможность контактировать с глубинными аспектами нашей духовной жизни, с внутренней реальностью, складывающейся из наших мыслей, чувств, восприятий и жизненного опыта. 33 Арт-терапия основывается на том, что художественные образы способны помочь нам понять самих себя и через творческое самовыражение сделать свою жизнь более счастливой. Арт-терапия, как профессиональная деятельность, – сравнительно новая область науки и практики, однако то, что художественная деятельность обладает целительным эффектом, известно еще с древности. На протяжении всей человеческой истории искусство отражало мир человеческих страстей от бесконечной радости до глубочайшей печали, от триумфа до трагических потерь и служило людям как чудодейственное средство психологического и духовного возрождения.

Проанализировав особенности психокоррекционной работы на занятиях в творческих объединениях с использованием арт-терапевтических методов, нами были выявлены следующие особенности арт-терапии как эффективного метода работы с эмоционально-личностной сферой:

– арт-терапия позволяет в достаточно короткие сроки снизить эмоциональное напряжение (уровень напряжения и тревоги);

– помогает воспитаннику создать основу для снижения невротизации;

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

– позволяет обучающемуся наладить эмоциональный контакт с окружением, стать более уверенным в себе и спокойнее и взвешенные относиться к трудностям.

Безусловно, для поддержания плодотворного и стабильного результата проделанной работы необходимо комплексное сотрудничество родителей, педагогов и психологов. Усилия всех специалистов должны быть направлены на создание теплой, благоприятной и принимающей атмосферы для развития ребенка на занятиях в творческих объединениях в доме детского творчества.

Арт-терапия – естественный и бережный метод исцеления и развития души через художественное творчество, активно развивающийся как комплекс психотерапевтических методик с 1940-х гг. под эгидой аналитической психологии К.Г. Юнга. Направления арт-терапии в целом соответствуют видам искусств, а разнообразие техник практически не ограничено.

Арт-терапия ставит своей целью помочь человеку решить его проблему, понять в чем она заключается, рассмотреть разные и возможные пути выхода и создавшейся ситуации.

Список литературы

1. Белозорова Л.А. Арт-терапия как средство психокоррекции нарушений эмоциональных состояний детей-дошкольников: дис. ... канд. психолог. наук: 19.00.07. – Воронеж, 2011. – 288 с. – EDN QFDPMD

2. Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте / Л.С. Выготский. – М.: Просвещение, 2006.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)