

«Арт-терапевтические технологии в работе с детьми младшего возраста»

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. Психика ребенка очень ранима и требует бережного к себе отношения, ведь малыш только начинает узнавать самого себя и этот мир вокруг. И на своем пути дети часто сталкиваются с серьезными трудностями: в семье, в детском саду, в школе, в общении и наедине с самими собой. Взрослые очень хотят им помочь, но часто не знают как: убеждения и нравоучения не помогают, а сам малыш не может толком ничего объяснить. В таких случаях и может помочь арт-терапия. **Арт-терапия** представляет собой методику лечения и развития при помощи художественного творчества.

Помимо всего прочего, арт-терапия – прекрасный способ безболезненно для других выразить свои эмоции и чувства.

Детская арт-терапия – это простой и эффективный способ психологической помощи, основанный на творчестве и игре. Другими словами, это – лечение творчеством.. Арт-терапия ненавязчиво исцеляет психику, знакомит с окружающим миром, позволяет увидеть мир вокруг себя прекрасным и гостеприимным.

Арттерапия предлагает ребенку выразить свои эмоции, чувства с помощью лепки, рисования, конструирования из природных материалов. Арттерапия - это наиболее мягкий метод работы, контакта с трудными проблемами. Ребенок может не говорить, или не может признать свои проблемы своими, но при этом лепить, двигаться и выражать себя через движения телом. Также занятия арттерапией могут снимать психическое напряжение. В занятии искусством очень важно, чтобы ребенок чувствовал свой успех в этом деле. Если он видит, что имеет успех в выражении и отображении своих эмоций, создании уникальных поделок, рисунков, к нему приходит успех в общении, а взаимодействие с миром становится более конструктивным. Успех в творчестве в его психике бессознательно переносится и на обычную жизнь.

Арттерапия позволяет сделать этот процесс радостным, интересным, успешным, индивидуальным для каждого.

Какое воздействие оказывает арт-терапия, в чем заключаются ее уникальные особенности?

- Создает положительный эмоциональный настрой.
- Позволяет обратиться к тем реальным проблемам или фантазиям, которые по каким-либо причинам затруднительно обсудить вербально.
- Дает возможность на символическом уровне экспериментировать с самыми разными чувствами, исследовать и выражать их в социально приемлемой форме. Работа над рисунками, картинками, скульптурами – безопасный способ разрядки разрушительных и саморазрушительных тенденций позволяет проработать мысли и эмоции, которые человек привык подавлять.
- Способствует творческому самовыражению, развитию воображения, эстетического

опыта, практических навыков изобразительной деятельности, художественных способностей в целом.

- Повышает адаптационные способности ребенка к повседневной жизни. Снижает утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления, связанные с обучением.

- Эффективна, в коррекции различных отклонений и нарушений личностного развития. Опирается на здоровый потенциал личности, внутренние механизмы саморегуляции и исцеления.

Основные принципы занятий арттерапией:

1. Желание ребенка - основное условие занятия. Творчество без желания невозможно, и, конечно, невозможен доверительный диалог с ребенком.

2. Поощрение и благодарность ребенку.

3. Педагог должен быть готов к тому, что при диалоге во время занятия на общие вопросы о себе или рисунке ребенок иногда отвечает «Не знаю», и предлагает ему варианты ответов.

4. Важным условием успешной работы является непосредственное участие самого педагога в той работе, которую он предлагает. Педагог вместе с ребенком говорит о своем настроении (в начале и в конце занятия), рисует, лепит, рассуждает о тех или иных произведениях, словом, выполняет все задания, которые дает и ребенку. Только тогда у ребенка формируется доверие к педагогу и к той необычной деятельности, которая ему предлагается.

5. Нужно использовать яркий, красивый, добротный материал, с которым идет работа на занятии. Краски, карандаши, пластилин, бумага имеют аккуратный вид, ведь ребенок чувствует к себе отношение и через материал, с которым ему предлагают работать. Для тех ребят, которые включаются в работу с неохотой, яркие красивые канцелярские принадлежности и другое оборудование могут стать привлекающим моментом.

6. На многих занятиях педагог рассказывает о том или ином явлении. Его монолог более всего полезен, если он содержит элементы гипнотического повествования, т.е. в какой-то степени речь педагога должна вводить в легкий транс с помощью повторения слов, предложений, использования эпитетов, метафор, изменения голоса. Это помогает создать атмосферу необычности, таинственности происходящего и помогает совершиться чуду спонтанного самораскрытия ребенка.

7. Главное - получать удовольствие от самого процесса рисования, когда даже каракули и черкания играют роль исцеления!

Задачи:

Арт-терапевтические занятия позволяют решать следующие педагогические задачи:

Воспитательные. Взаимодействие строится таким образом, чтобы дети учились корректному общению, сопереживанию, бережным взаимоотношениям со сверстниками и взрослыми. Это способствует нравственному развитию личности, обеспечивает ориентацию в системе моральных норм, усвоение этики поведения. Происходит более глубокое понимание себя, своего внутреннего мира (мыслей, чувств, желаний). Складываются открытые, доверительные, доброжелательные отношения с педагогом.

Коррекционные. Достаточно успешно корректируется образ «Я», который ранее мог быть деформированным, улучшается самооценка, исчезают неадекватные формы поведения, налаживаются способы взаимодействия с другими людьми.

Психотерапевтические. «Лечебный» эффект достигается благодаря тому, что в процессе творческой деятельности создается атмосфера эмоциональной теплоты, доброжелательности, эмпатичного общения, признания ценности личности другого человека, забота о нем, его чувствах, переживаниях. Возникают ощущения психологического комфорта, защищенности, радости, успеха. В результате мобилизуется потенциал эмоций.

Диагностические. Арт-терапия позволяет получить сведения о развитии и индивидуальных особенностях ребенка. Это корректный способ понаблюдать за ним в самостоятельной деятельности, лучше узнать его интересы, ценности, увидеть внутренний мир, неповторимость, личностное своеобразие, а также выявить проблемы, подлежащие специальной коррекции. В процессе занятий легко проявляются характер межличностных отношений и реальное положение каждого в коллективе.

Развивающие. Благодаря использованию различных форм художественной экспрессии складываются условия, при которых каждый ребенок переживает успех в той или иной деятельности, самостоятельно справляется с трудной ситуацией. Дети учатся вербализации эмоциональных переживаний, открытости в общении, спонтанности. В целом происходит личностный рост человека, обретается опыт новых форм деятельности, развиваются способности к творчеству, саморегуляции чувств и поведения.

Работать с детьми можно как в группе, так и индивидуально. Рисуночные сессии не должны ограничиваться обычным набором изобразительных средств (бумага, кисти, краски) и традиционными способами их использования. Ребенок более охотно включается в процесс, отличный от того, к чему он привык. Техники и приемы должны подбираться по принципу Простоты и эффективности. Арсенал способов создания изображений широк.

В работе с дошкольниками возможно использовать следующие арт-терапевтические техники:

Марания

В буквальном понимании «марать» — значит «пачкать, грязнить». Дети не рисуют в том понимании, к которому они привыкли за годы обучения. У мараний нет категорий «правильно-неправильно», «хорошо-плохо», нет эталонов. Отсутствие критериев оценки мараний исключает и саму оценку. Нестандартность процесса приводит детей к собственным маленьким открытиям. В ходе мараний дети отказываются от кисточек, губок и начинают рисовать пальцами и ладонями. Новизна мараний, необычность, и в то же время, естественность, родство детской природе способствуют тому, что ребенок «забывает» о социальных запретах и табу.

Штриховка,

каракули.

Штриховка – это графика. Изображение создается без красок, с помощью карандашей

и мелков.. Линии могут выглядеть неразборчивыми, небрежными, неумелыми, либо, наоборот, выверенными и точными. Штриховки и каракули помогают расшевелить ребенка, дают почувствовать нажим карандаша или мелка, снимают напряжение перед рисованием. Штриховки просты в исполнении, занимают непродолжительное время, потому уместны в качестве зачина арт-занятия.

Монотипия.

На гладкой поверхности – стекле, пластмассовой доске, пленке, толстой глянцевой бумаге – делается рисунок гуашевой краской. Материал, на который наносится краска, не должен пропускать воду. Сверху накладывается лист бумаги и придавливается к поверхности. Получается оттиск в зеркальном отражении. Он может быть менее четким по сравнению с оригиналом, более расплывчатым, могут стереться границы между разными красками

Действия можно повторять до тех пор, пока процедура будет приносить удовольствие, или же до получения наиболее привлекательного результата. Известная всем работникам детских садов «кляксография» — это тоже вариант монотипии. Лист сгибается пополам, и снова раскладывается на столе. С одной стороны от сгиба наносятся пятна краски (хаотично или в виде конкретного изображения). Сложенный лист раскрывается, и перед взором оказывается ЧТО-ТО!

Красивые необычные оттиски получаются с помощью ниток. Если нитку (длиной сантиметров 30–40) опустить в краску, затем выложить на листе по собственному усмотрению, оставив вне листа лишь кончик, а затем накрыть сверху другим листом, и придавив его рукой, вытянуть нитку из пространства между листами, то на обоих примыкавших к окрашенной нити поверхности останутся необычные отпечатки!

Рисование

пальцами.

Почти во всех перечисленных выше способах создания изображений имелись комментарии о спонтанном переходе детей на рисование пальцами и ладонями. Рисование пальцами и ладонями не подвержено влиянию стандартных шаблонов. Поэтому такой способ создания изображений проективно представляет индивидуальность ребенка. Рисование пальцами – это разрешенная игра с грязью. Ребенок, незаметно для себя, может осмелиться на действия, которые обычно не делает, так как опасается, не желает или не считает возможным нарушать правила. Рисование пальцами не бывает безразлично ребенку. Далеко не все дети по собственной инициативе переходят на рисование пальцами. Некоторые, заинтересовавшись и попробовав этот способ, возвращаются к кисти или губке как к более привычным средствам изображения. Некоторым ребятам сложно приступить к рисованию пальцами. Как правило, это дети с жесткими социальными установками поведения, в которых родители видят «маленьких взрослых», от которых ждут зрелого поведения, сдержанности, разумности мнений. Именно для этих детей «игры с грязью» служат профилактикой и коррекцией тревожности, социальных страхов, подавленности.

Рисование сухими листьями (сыпучими материалами и продуктами).

Каждую осень в конце сентября я собираю желтые, красные, рыжие листья, высушиваю их на подоконнике, складываю в картонную коробку с отверстиями для вентиляции. Сухие листья приносят много радости детям.. Сухие листья натуральны, вкусно пахнут, невесомы, шершавы и хрупки на ощупь. С помощью листьев и клея ПВА можно создавать изображения. На лист бумаги клеим, который выдавливается из тюбика, наносится рисунок. Затем сухие листья растираются между ладонями на

мелкие частички и рассыпаются над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Так же можно создавать изображения с помощью мелких сыпучих материалов и продуктов: круп (манки, овсяных и других хлопьев, гречи, пшена), сахарного песка, вермишели и т.д.. Рисование сухими листьями или сыпучими продуктами захватывает окружающее ребенка физическое пространство. Описанная техника создания изображений подходит детям с выраженной моторной неловкостью, негативизмом, зажатостью, способствует процессу адаптации в новом пространстве, дарит чувство успешности.

Рисование предметами окружающего пространства.

На моем опыте дети рисовали мятой бумагой, кубиками, губками, палочками, нитками, ластиками и чем-то еще. Детская инициатива использовать нетипичные предметы для создания изображений всегда приветствуется. Привлечение окружающих предметов по инициативе ребенка служит для психолога знаком вовлеченности в творческую деятельность, успешности адаптационного процесса, возрастания самооценки, появления сил для выдвижения и отстаивания собственных идей. И еще это просто весело!

Рисование пластилином.

Пластилином можно создавать различные изображения. Это трудоемкая техника, требует от ребенка усидчивости и длительного сосредоточения внимания. Хорошо данную технику использовать с гиперактивными детьми.

Рисование под музыку.

На музыку реагирует сердечно - сосудистая система, дыхательная система, музыка оказывает влияние на гормональный обмен и др. Предложите детям прослушать музыку, представляя ее цвет и движения звуков. Затем при повторном звучании предложите изобразить то, что они представляли изобразительными материалами, не создающими сопротивления на бумаге и не требующими мышечного напряжения при работе. Лучше использовать акварель или восковые мелки.

Кляксы.

Если на одной части листа оставить кляксы разного цвета, а затем сложить лист вдвое и снова его раскрыть, то получится оригинальный рисунок.

Рисование на мокрой бумаге.

Необычная работа может получиться, если ее выполнить на заранее смоченной пульверизатором бумаге. Интересно наблюдать, как растекаются и смешиваются на мокрой бумаге краски, это доставит ребенку особое наслаждение, подарит много положительных эмоций.

Цель занятий: 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.

Арт-терапевтическая работа с детьми одна из форм психологического сопровождения, позволяющая решать комплекс задач, включая гармонизацию эмоционального состояния ребенка и создание условий для оптимального развития различных психических функций и свойств личности. Арт-терапия является наиболее древней и естественной формой коррекции эмоционального состояния, какой можно пользоваться для снятия накопленного психического напряжения, для того, чтобы

успокоиться или просто сосредоточиться. Творчество, как ребенка, так и взрослого, реализованная в процессе арт-терапии, дает возможность выразить и воспроизвести внутренние чувства, переживания, сомнения, конфликты и надежды в символической форме, пережив еще раз важные события, ведь спонтанная изобразительная деятельность способна выражать скрытое содержание психической жизни.