

Арт-терапия для дошкольников

Что такое арт-терапия?

Арт-терапия (лат. ars — искусство, греч. therapeia — лечение) представляет собой методику лечения и развития при помощи художественного творчества. Арт-терапия сегодня считается одним из наиболее мягких, но эффективных методов, используемых в работе психологами, психотерапевтами и даже педагогами. Так как, существует и педагогическое направление арт-терапии задачи, которой развитие, коррекция, воспитание и социализация.



Что нужно знать об арт-терапии

Показания для применения арт-терапии

- упрямство, непослушание;
- агрессия;
- страхи; тики, заикание, навязчивости и др.;
- частая смена настроения;
- задержки речевого и психического развития;
- кризисные ситуации;
- трудности в общении со сверстниками и/или взрослыми;
- возбудимости или апатичности;
- потеря родителя, развод;
- застенчивость и неуверенность в себе;
- агрессивность;
- гиперактивность и т.д.

Особенности арт-терапии

- Создает положительный эмоциональный настрой.
- Позволяет обратиться к тем реальным проблемам или фантазиям, которые по каким-либо причинам затруднительно обсуждать 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.

Виды арт-терапии

Если говорить о классической арттерапии, то она включает в себя только визуальные виды творчества, такие, как:

- рисование,
- лепка,
- живопись,
- графика,
- фотография.

Но современная арттерапия насчитывает большее количество видов методик. К ней относят также игротерапию, изотерапию, сказкотерапию, оригами, маскотерапию, драматерапию, музыкотерапию, цветотерапию, песочную терапию, танцеваль-двигательную терапию и т. д.

Основные принципы арт-терапии в детском саду

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!

Рисуночные сессии с дошкольниками и младшими школьниками 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. Перечислим условия подбора техник и приемов создания изображений, от которых зависит успешность арт-терапевтического процесса с детьми.

Особенности подбора техник и приемов для занятий

Простота и эффективность

Ребенок не должен испытывать затруднения при создании изображения с помощью предлагаемой техники. Любые усилия в ходе работы должны быть интересны, оригинальны, приятны ребенку.

Интересный процесс и привлекательный результат

Обе составляющие в равной мере ценны для ребенка, и это отвечает природе детского рисования, является его особенностью. Изобразительная техника не противоречит потребностям и возможностям детского возраста, если обладает указанной чертой. Создавать изображения в данной технике будет для ребенка также естественно, как рисовать.

Предпочтение необычному

Во-первых, новые изобразительные способы мотивируют деятельность, направляют и удерживают внимание. Во-вторых, имеет значение получение ребенком необычного опыта. Раз опыт необычен, то при его приобретении снижается контроль сознания, ослабевают механизмы защиты. В таком изображении присутствует больше свободы самовыражения, а значит, неосознанной информации. Маленькие дети с удовольствием включаются в создание изображений необычным способом, например, с помощью сухих листьев или ниток.

Можно сказать, что арттерапия строится на вере в творческую основу человека. Она не ставит своей целью сделать человека художником или актером. Она направлена, в первую очередь, на решение психологических и педагогических проблем. В арт-терапевтической работе может принимать участие практически каждый человек, независимо от своего возраста. Это не требует наличия у него способностей к творчеству.



Арт-терапия помогает устанавливать отношения между людьми. Посредством искусства человек не только выражает себя, но и больше узнает о других. Арт-терапия позволяет познавать себя и окружающий мир. В художественном творчестве человек воплощает свои эмоции, чувства, надежды, страхи, сомнения и конфликты. Происходит это на бессознательном уровне, и человек узнает о себе много нового. Через художественные образы наше бессознательное взаимодействует с сознанием.



Арт-терапия развивает творческие возможности. Во время занятий арттерапией человек может открыть в себе неизвестные ранее таланты. Арт-терапия является хорошим способом социальной адаптации, т. к. она в основном использует средства невербального общения. Это очень важно для людей, которым сложно выразить свои мысли в словах.

Арт-терапия развивает творческие возможности. Во время занятий арттерапией человек может открыть

Арт терапия в последние годы приобрела педагогическое направление. В школе и в детском саду она выполняет следующие функции: воспитательная, коррекционная, психотерапевтическая, диагностическая и развивающая.

Арсенал способов создания изображений широк: акватушь, рисование сыпучими продуктами или засушенными листьями, рисование пальцами и ладонями, пульверизатором и т. д. Немного фантазии, и на песке, приклеенном к бумаге, расцветут цветы, в воздух взлетит фейерверк из мелких бумажек, кляксы превратятся в бабочек, пятна краски — в невиданных животных.

Ребята почувствуют свой успех, ведь они смогут победить злых чудовищ, сжечь свои страхи, помирить игрушки.



И помните, что детская фантазия — это ценнейший ресурс для развития ребенка. Чем чаще ребенок задействует свое воображение,

старается по-новому

взглянуть на привычные вещи, нестандартно решить проблему, тем больше вклад в его дальнейшую успешность. Ведь человек, не только умеющий думать, но и сохранивший с детских лет чувство того, что он может быть успешен в незнакомой ситуации, будет чувствовать себя намного уверенней, сталкиваясь с различными ситуациями на своем жизненном пути.