

# СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ АРТ – ТЕРАПИИ: ПРАКТИКА ИСЦЕЛЕНИЯ ТВОРЧЕСТВОМ

Коробова Н.А.

Муниципальное казённое дошкольное общеобразовательное учреждение

Подгоренского муниципального района Воронежской области

«Подгоренский детский сад №1» П.Г.Т. Подгоренский.

Арт - терапия включает в себя ряд направлений психологической работы, связанных с творчеством – это изо терапия, цвето терапия, фототерапия, сказко терапия, музыкотерапия, коллажирование, солевая арт- терапия, гарденотеропия, арт –методика «Шифоновая радуга». Психология творчества давно и успешно применяется в работе с детьми и взрослыми. Арт - терапия раскрывает многогранный внутренний потенциал человека и параллельно помогает бороться с рядом серьезных психологических проблем, в числе которых травмы, внутренние конфликты, страхи. Благодаря психологии творчества человек погружается в мир, где не нужно держать себя в рамках, можно снять стресс и обрести веру в себя.

Из многочисленных инновационных технологий в психологии , используемых в своей работе, я отдаю предпочтение арт- терапии, это сегодня считаю одним из наиболее мягких, но эффективных методов, используемых в работе психологами. Так как она даёт возможность дошкольнику раскрыть свои возможности через творчество.

В работе с воспитанниками применяю множество разновидностей арт - терапии, основанных на работе с разными видами искусства. Песочная терапия помогает ребёнку справиться со своими переживаниями. В песочной терапии песок заземляет негативную энергию, в песочнице ребёнок может выплеснуть свои переживания. Сказка - терапия избавляет ребёнка от страхов. Изо - терапия снимает напряжение, помогает справиться с проблемами ребёнка. Музыка - терапия успокаивает и заинтересовывает ребёнка. Солевая арт - терапия помогает ребёнку избавиться от негативной

энергии, отрицательных переживаний, потаённых страхов и беспокойства, она гармонизирует эмоциональное состояние детей.

В этом году в нашем детском саду внедряется технология эффективной социализации Гришаевой. Каждый месяц посвящен определенному событию. В конце каждой недели дети должны продемонстрировать продукт своей деятельности. И помогло нам в этом одно из направлений арт – терапии «коллажирование». Это одна из популярных и эффективных техник составления коллажа. Коллаж от французского означает «наклеивание»- это такой приём в изобразительном искусстве, который предполагает, что есть основа, на которую наклеиваются любые материалы, отличающиеся от неё по цвету и фактуре. Техника коллажа помогает мне раскрыть всех участников процесса, даже если некоторые из них не обладают художественными навыками. Овладев техникой коллажирования, у дошкольников развивается пространственное воображение, неординарное мышление и зрительно-моторная координация, ребёнок способен искать, думать, принимать самостоятельные решения, проявлять инициативу. Выявляются скрытые таланты, расширяются творческие возможности. У детей развивается умение работать в команде. Коллаж всегда даёт положительный результат, это повышает самооценку, ставит ребёнка в позицию успешного человека. Данную технику использую для выхода агрессивности и другим негативным чувствам, так как работа над коллажем является безопасным способом разрядить напряжение. Для усиления этой цели детям предлагаю разложить картинки по желанию. Материалом для коллажа служат глянцевые журналы. Разнообразные изображения, фотографии, бумага, природные материалы, предметы, ткани, нитки, крупы, бусы. Тема для создания коллажа, как правило, соответствует тематике событийного планирования. Например, событие к Международному женскому дню нашло отражение в детском продукте «Меню вкусняшек», где дети составили коллаж ингредиентов любимых блюд своих мам, а при проведении образовательного события «Планета земля – дом для всех»- был создан детский коллаж «Подводный мир». В совместной

деятельности ребёнку даю инструкцию подобрать картинку для заданной темы и оформить их в целостную композицию. С элементами ребятам разрешаю делать всё, что вздумается, дорисовывать элементы, закрашивать и декорировать пустоты. Работу над коллажем организую как индивидуальную, когда каждый ребёнок делает свой коллаж, так и групповую, когда группа из 4-6 человек делает единый коллаж на определённую тему. При выполнении коллажа включаю для участников в качестве фона умеренно быструю музыку, чередующуюся с более медленной. Музыка создаёт очень благоприятную для творчества атмосферу. При работе с коллажем ребёнок взаимодействует с картинками или с фрагментами картинок, а так же с другими готовыми объектами. Он оценивает и сравнивает картинки, обдумывает свои выборы, подбирает элементы. Далее ребёнок объясняет, как именно расположены элементы в его композиции. Детям это очень нравится. Фантазируя, они заменяют один материал на другой, содержание работ становится неповторимым и интересным. Техника коллажа приносит воспитанникам много радости и творческого удовлетворения.

Следующий метод, который я использую в работе с детьми – это гарденотерапия. Дети это цветы жизни, каждому ребёнку нужна забота, уход, внимание и тепло. Инновационная технология работы с детьми – гарденотерапия. В переводе с английского гарденотерапия означает лечение растениями. Гарденотерапия развивает познавательную активность у детей, способствует адаптации, формирует трудовые навыки. Дети ухаживают за цветами, развивают моторику рук. Ухаживая за цветами, дети могут увидеть окружающий мир. Природа развивает сенсорные особенности ребёнка слуха, зрения, осязания. Например, при проведении образовательного события «Зелёная планета» при самостоятельном выращивании растений в огороде, саду и на подоконнике ребята научились близко общаться с природой. Работая на свежем воздухе, дети получили позитивные эмоции и радость. От услышанной похвалы за свою работу от взрослого у детей появилась вера в себя, выросла адекватная самооценка. Важен правильный подбор растений и

цветов, за которыми нужен простой уход. Воспитанники понимают, что от них зависит жизнь растений, это делает их более ответственными.

Увидев на курсах повышения квалификации мастер – класс коллеги, которая представила арт – методику «Шифоновая радуга», решила тоже использовать в своей работе с детьми. С помощью ткани ребёнок проявляет своё творчество. «Шифоновая радуга» - набор, состоящий из плотного полотна - основы и набора шифоновых лоскутков разного цвета и размера, которые использую с детьми любой возрастной группы для игровой деятельности, на психолого- коррекционных и развивающих занятиях. Прозрачность ткани позволяет ребёнку комфортно чувствовать себя. Дети могут работать индивидуально, в парах или большой команде, помогая друг другу, они испытывают состояние успеха, что благоприятно влияет на эмоциональное состояние. Сухомлинский в своих работах писал: «Дети должны жить в мире красоты, игры, сказки, музыки, рисунка, фантазии, творчества... От того, как будет чувствовать себя ребёнок, поднимаясь на первую ступеньку лестницы познания, что он будет переживать, зависит весь его дальнейший путь к знаниям...

Работая педагогом - психологом в детском саду, я поняла и прожила эту истину своим сердцем. Поэтому самым значимым достижением для меня являются лёгкий переход ребёнка на следующую ступень образования, и умение находить пути решения в жизненных проблемных ситуациях.

Литература :

1.Н.В.Зеленцова- Пешкова «Элементы песочной терапии»

Санкт- Петербург,2015год

2. «Организация работы арт- терапевтической студии» Воронеж,2014год

3 «.Практикум по арт – терапии.»Под ред. А.И.Копытина.-СПб.:Питер,2001год.