

# ИЗОТЕРАПИЯ КАК МЕТОД АРТ-ТЕРАПИИ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Колесник Н.И., Прядко Е.Е.

МКДОУ ЦРР – детский сад №21 г. Россоши Воронежской области

Современные социальные изменения, происходящие в нашей стране, предъявляют новые требования к системе образования подрастающего поколения. Смена парадигмы образования, переоценка его концептуальных основ, переосмысление целей, задач нашли свое выражение в переходе к личностно-ориентированной модели работы с детьми. Потребности современного мира в области педагогики построены не на формирование у ребенка знаний, умений и навыков, а прежде всего на развитие ребенка. В связи с этим особо актуальными становятся арт-терапевтические методы работы с детьми. Суть данных методов заключается не в обучении искусству, а в том, что дети через различные техники, используя специально подобранные материалы получают возможность выразить себя, выплеснуть накопившиеся эмоции, поделиться своими переживаниями и таким образом улучшить свое эмоциональное состояние. Неотъемлемой сферой жизни ребенка является его эмоциональный мир. Эмоциональное состояние оказывает влияние на жизнедеятельность всего детского организма. Поскольку каждая эмоция имеет физиологическую составляющую, многие болезни носят психосоматический характер.

Детская арт-терапия – это современное направление арт-терапии, которое предполагает использование любых средств искусства для выстраивания терапевтических отношений с детьми или для оказания психологической помощи и развития детей.

Впервые методика лечения искусством была применена в США после второй мировой войны для помощи детям – узникам конц-лагерей. Неожиданно

оригинальные методы оказались весьма результативными, поэтому данный вид терапии был изучен более детально. Известно, что произведения искусства помогают избавиться от страха, отвлечься от проблем. Арт-терапия основана на спонтанном самовыражении и в известной мере игнорирует эстетические критерии в оценке результатов и профессионализма автора. Здесь более важен сам процесс творчества, а не результат. Показаниями для проведения детской арт-терапии будут упрямство, агрессия, страхи, тики, заикания, частая смена настроения, задержки речевого и психического развития, трудности в общении со сверстниками или взрослыми, застенчивость, неуверенность в себе. Целью детской арт-терапии является профилактика и коррекция негативных эмоциональных состояний детей дошкольного возраста. Задачами являются диагностика психологической проблемы, создание атмосферы психологической безопасности, гармонизация эмоционального состояния, развитие коммуникативных способностей, оптимизация межличностных отношений, развитие самооценки, формирование уверенности в себе, коррекция и профилактика поведенческих отклонений.

Чтобы арт-терапия принесла наилучший результат, следует грамотно подойти к организации занятий, сделать так, чтобы малыш чувствовал комфорт, безопасность, чтобы ему было интересно, весело. Арт-терапевтические занятия рекомендуется проводить один раз в неделю длительностью от 15 минут и более в зависимости от возраста ребенка.

Для работы с дошкольниками используются различные виды арт-терапии - изотерапия, сказкотерапия, песочная терапия, библиотерапия, фототерапия, светотерапия, музыкотерапия, имаготерапия и т.д.

Одним из наиболее востребованных видов арт-терапии в работе с малышами стала изотерапия. Изотерапия предполагает использование следующих методик:

*Свободное рисование.* Каждый рисует то, что он хочет. Рисунки выполняются индивидуально, обсуждение происходит в группе. Тема или задается или выбирается детьми самостоятельно.

*Коммуникативное рисование.* Группа разбивается на пары, у каждой пары свой лист бумаги. Пара совместно рисует на определенную тему, при этом как правило вербальные контакты исключаются. Дети общаются с помощью образов, линий, красок.

*Совместное рисование.* Здесь участвуют несколько человек или вся группа. Дети молча рисуют на одном листе. По окончании рисования обсуждается участие каждого члена группы, характер его вклада.

*Дополнительное рисование.* Рисунок посылается по кругу. Один начинает рисовать, другой продолжает, что-то добавляя и т.д.

В рамках изотерапии используются различные приемы и игры на релаксацию. Например, рисование под тихую музыку, пение птиц, игры-перевоплощения, игровой массаж, игры на тактильные ощущения (с комочком из бумаги, теста, пластилина и т.д.), рисунки на ладошке пальчиком и т.д.

Также используются приемы на снятие мышечного напряжения: рисование пальчиками, ладошками, украшение рисунков липкими блестками и т.д.

Широко используется в изотерапии упражнение «Нарисуй себя». Анализируя цветовую гамму рисунка, педагог может определить эмоциональное состояние ребенка. Также по характеру исправлений в процессе работы выявляются проблемы в восприятии самого себя. Детский рисунок может «поведать» о самооценке ребенка, его интеллектуальном уровне, возможном наличии скрытого конфликта.

Упражнение «Мое заветное желание», в процессе которого ребенок рисует свою мечту, дает эмоционально-положительный опыт, который запоминается в

подсознании, а в последующем может работать как базовая эмоция в реализации поставленных целей.

Одной из главенствующих в изотерапии является работа со страхами. Существует много заданий с использованием разных техник по выбросу негативного заряда на бумагу с последующим его изменением или разрушением. При изображении страха в конкретном значении (Баба Яга, Страшилище, монстр и другое) педагог помогает ребенку изменить полученный образ, играя с цветом или с внесением в объект страха деталей или элементов, изменяющих рисунок в смешной и позитивный. С помощью рисунка происходит трансформация образа, возможный диалог с ним, реализация избавления от него (закрашивание, размывание, изменение и другое). Такие терапевтические сеансы в сочетании с другими методиками дают возможность снизить уровень страха и избавиться от него.

В психологической работе по развитию эмоционального мира ребенка могут присутствовать задания на осознание и принятие своих чувств и эмоций. Такие упражнения как «Рисуем счастье, боль, радость, обиду и другое» можно выполнять индивидуальным и групповым методом. Педагог поддерживает ребенка в выплеске своих эмоций на бумагу. Помогая ребенку раскрыться через искусство рисования, педагог просит рассказать о пережитых эмоциях.

Главное правило, которого должны придерживаться взрослые – это ненавязчивость. Малыш должен творить, создавать свои собственные произведения, а не действовать по заранее определенному плану. Только в этом случае занятия окажутся полезными.

Подводя итог, заметим, что занятия по арт-терапии и в частности по изотерапии целительны для ребенка. Это та деятельность, которой дети занимаются непринужденно и с большим удовольствием. Как результат, малыши справляются с проблемами, комплексами, разбираются с чувствами, переживаниями, учатся выражать себя.

## Литература

1. Киселева М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. – Речь, 2007. 336 с.
2. Клокель Е.А., Бурдыко Н.А. Методы арт-терапии в работе с детьми и подростками. Академия образования. – Минск, 2025. 265 с.
3. Копытин А.И. Арт-терапия – новые горизонты. М.: Когито-Центр, 2006. 336 с.