

# **АРТ – ТЕРАПИЯ В ШКОЛЬНОЙ СРЕДЕ**

Сафонова И.В.

МКОУ Нововоронежская СОШ №3, г.о.г. Нововоронеж

## **Введение**

Арт-терапия представляет собой метод психологического воздействия, основанного на применении различных видов творческой активности (рисования, живописи, скульптуры, танца, театра, музыки). Ее основная цель заключается в создании условий для раскрытия внутреннего мира учащегося, помощи в осознании собственных эмоций и развитии личностных качеств.

Школа становится важной средой для реализации терапевтических практик, поскольку именно здесь ребенок проводит значительную часть своего времени, учится взаимодействовать с окружающими людьми и формирует собственную личность. Рассмотрим подробнее особенности и преимущества использования арт-терапии в образовательных учреждениях.

## **Основные формы арт-терапии в школах**

### **Изобразительное искусство**

Рисование и живопись являются наиболее распространенными формами арт-терапии среди школьников. Они позволяют ребенку визуализировать свои мысли и переживания, проработать внутренний конфликт и обрести душевное равновесие. Например, рисунки, выполненные карандашами или красками, отражают эмоциональное состояние ребёнка, позволяя педагогу лучше понимать потребности каждого ученика.

### **Декоративно-прикладное искусство**

Работа с различными материалами (глина, тесто, бумага, ткани) также используется в рамках арт-терапии. Эти виды творчества стимулируют сенсорное восприятие, формируют концентрацию внимания и дисциплину. Подобные упражнения оказывают положительное влияние на общее самочувствие ребёнка, особенно в условиях современного школьного стресса.

## **Театр и драматизация**

Театральные постановки представляют собой ещё одну форму арт-терапии, позволяющую ребёнку раскрыть свою индивидуальность, приобрести новые социальные навыки и преодолеть застенчивость. Театральная практика способствует формированию эмпатии, социальной ответственности и умения решать конфликты мирным путём.

## **Музыкальное направление**

Музыкальные инструменты и ритм создают особую атмосферу для снятия напряжения и нормализации эмоционального состояния ребёнка. Занятия музыкой способствуют снижению уровня агрессивности, тревожности и фрустрации. Как показывает опыт, музыка оказывает благотворное воздействие на память и внимание школьников.

## **Танец и двигательные практики**

Физическая активность, связанная с движением тела, играет важную роль в поддержании здоровья школьников. Современные исследования показывают, что танцы положительно влияют на мозговое кровообращение, снимают мышечное напряжение и укрепляют иммунитет.

## **Эффективность арт-терапии в образовательной среде**

Использование арт-терапии в школе имеет ряд преимуществ:

- Улучшается академическая успеваемость благодаря снятию стресса и эмоциональному расслаблению.
- Повышаются навыки коммуникации и сотрудничества, формируются положительные установки на общение.
- Становится возможным выявление индивидуальных особенностей каждого ребёнка, включая одарённых и талантливых учеников.
- Учителя получают дополнительные методы диагностики и поддержки детей с особыми потребностями.

## **Проблемы внедрения арт-терапии в школы**

Несмотря на очевидные плюсы, существуют некоторые препятствия, затрудняющие массовое применение арт-терапии в учебных заведениях:

- Недостаточная квалификация учителей в области психологических методик.

- Отсутствие специальных помещений и оборудования для организации творческих мастерских.

- Неравномерное распределение ресурсов и возможностей для включения инновационных методов в учебный процесс.

Для преодоления указанных трудностей рекомендуется повысить квалификацию преподавателей, организовать специализированные курсы подготовки и обеспечить доступ к необходимым материалам и технологиям.

### **Заключение**

Арт-терапия является эффективным инструментом для поддержания физического и психоэмоционального благополучия учащихся школ. Её использование способно существенно повлиять на качество образования, формирование здоровой среды и гармоничное развитие личности школьника.

### **Литература:**

1. Курбатова Т.Н. Арт-терапия в работе с детьми дошкольного возраста / Под ред. проф. О.С. Газман. – Москва: Юрайт, 2020. – 288 с.

2. Леонтьев А.Н. Основы детской психологии. Учебник для вузов. – СПб.: Питер, 2021. – 464 с.

3. Семёнова Э.Л. Методология оценки эффективности педагогических технологий в дошкольном и начальном общем образовании. – Новосибирск: Наука, 2022. – 320 с.

4. Якиманская И.С. Формирование учебно-познавательной компетентности обучающихся средствами искусства и культуры. – Екатеринбург: Издательство Уральского университета, 2023. – 256 с.