

Арт-терапия в работе педагога-психолога и воспитателя в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста

(проект «Саморегуляция – искусство управления собой»)

ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ
СМИРНОВА ЮЛИЯ ВИКТОРОВНА

ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ РУДЕНКО
ОЛЬГА ВАСИЛЬЕВНА

Арт-терапия –



это терапевтическое направление, связанное с использованием различных изобразительных материалов и созданием визуальных образов, процессом изобразительного творчества отражающим особенности психического развития ребенка, способности, личностные характеристики, интересы, проблемы и конфликты

Арт-терапия (в переводе с английского) - терапия искусством.

Термин «терапия искусством» или «арт-терапия» ввел в употребление в 1938 г. британский врач и художник Адриан Хилл.



Функции арт-терапии:

- катарсическая;
- регулятивная;
- коммуникативно-рефлексивная.

Какие виды арт-терапии применяете вы в своей практике?

Виды и подвиды арт-терапии:

- изотерапия;
- цветотерапия;
- музыкотерапия;
- песочная терапия;
- видеотерапия;
- игротерапия;
- библиотерапия;
- сказкотерапия;
- маскотерапия;
- драматерапия;
- фототерапия;
- денс-терапия;
- арт-синтезтерапия.

Арт-терапия:

- помогает раскрыть творческий потенциал личности, развить способности и таланты;
- применяется в качестве вспомогательного метода лечения многих заболеваний;
- способ установить доверительные отношения между психологом и ребенком;
- предоставляет возможность сконцентрироваться на внутренних переживаниях и развить эмоциональный самоконтроль;
- является способом социальной адаптации (особенно это заметно когда арт-терапия проводится в группе);
- является прекрасным способом выразить чувства и мысли для тех, кто не умеет/не хочет/не имеет возможности сделать это на словах;
- применяется как воспитательная и развивающая педагогическая методика

Коррекция психоэмоционального состояния ребёнка:

- выразить негативные чувства и эмоции (агрессию, обиду, ревность, зависть и другие) в приемлемой форме;
- избавиться от стресса, иного рода напряжений и тревог;
- избавиться от страхов и фобий;
- избавиться от стереотипов и ограничений за счет появления более широкого, креативного взгляда на окружающий мир;
- повысить самооценку и уверенность в себе

Изотерапия



Изотерапия - терапия изобразительным творчеством, терапия рисованием.

Цель изотерапии:

- извлечь из подсознания ребенка наружу все скрытое, либо неосознанное;
- помочь ребенку выразить эмоции и чувства безопасным способом для себя и окружающих.

Особенности детей:



- Дети-инвалиды;
- С задержкой физического и психического развития;
- С нарушениями и расстройством психики;
- Имеющие физические особенности;
- Регулятивные дети;
- Дети с нарушениями эмоционально-волевой сферы;
- Дети, являющиеся изгоями в коллективе.

Изотерапия способствует:



- Дает детям возможность эмоционально разгрузиться и выпустить все отрицательные эмоции.
- Позволяет избежать агрессии со стороны ребенка, которая может еще больше его травмировать;
- Помогает понять душевное состояние ребенка.
- Помогает вывести ребенка на контакт, подружиться с ним и повысить его коммуникабельность;
- Учит терпению, усидчивости и аккуратности.

Показания к использованию изотерапии:

- тревожность, стрессы, депрессия;
- плохое настроение, эмоциональная неустойчивость;
- ощущение одиночества, заброшенности;
- конфликты со сверстниками, родителями, братьями и сестрами;
- трудные жизненные ситуации – развод родителей, смерть близкого человека;
- проблемы в семье, недостаток внимания со стороны родителей;
- страхи, фобии, панические состояния.



Особенности художественного материала:



- краски, карандаши, восковые мелки, пастель;
- журналы, газеты, обои, бумажные салфетки, цветная бумага, фольга, пленка,
- коробки от конфет, открытки, тесьма, веревочки, текстиль;
- природные материалы — кора, листья и семена растений, цветы, перышки,
- ветки, мох, камешки;
- глина, пластилин, дерево, специальное тесто;
- бумага для рисования разных форматов и оттенков, картон;
- кисти разных размеров, губки для закрашивания больших пространств, ножницы, нитки, разные типы клеев, скотч.

Техники изотерапии:

- «Марание»
- «Монотипия»
- «Мандалы»
- «Пластилиновая композиция»
- «Рисование историй»
- «Каракули»
- «Рисование пальцами»
- «Цветок»
- «Кляксография»
- «Рисование губкой»
- «Рисование музыки»



Песочная терапия — это направление арт-терапии, в котором используется песок и песочница, а в процессе терапии создаётся песочная композиция.

Песочная терапия — один из методов психотерапии, возникший в рамках аналитической психологии. Это способ общения с миром и самим собой; способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития.



В процессе песочной терапии могут корректироваться некоторые неадаптивные установки, иррациональные представления. Один из основных механизмов позитивного воздействия песочной терапии основан на том, что ребенок получает опыт создания маленького мира, являющегося символическим выражением его способности и права строить свою жизнь, свой мир собственными руками.



Применение песочной терапии предполагает следующие стадии игры с песком.

1. Хаос

2. Борьба

3. Гармония

Механизмы:

1. проработка травмирующей ситуации;
2. отреагирование негативного эмоционального опыта;
3. расширение внутреннего опыта;
4. изменение отношения к себе;
5. укрепление (или пробуждение) доверия к миру, развития новых, более продуктивных отношений с миром.

Противопоказания:

- эпилептические припадки;
- психиатрические болезни;
- повышенная тревожность;
- невроз навязчивых состояний;
- пылевые аллергические реакции;
- болезни лёгких;
- заболевания кожи и травмы кистей рук.

Оборудование для занятий:

- песочница;
- чистый песок, который во время определённых игр надо увлажнить;
- набор фигурок, символизирующих здания, людей, животных, машины;
- символические предметы, которые будут обозначать загаданные желания, сундуки с сокровищами, кладами;
- сказочные герои – добрые и злые;
- сувениры;
- естественные предметы – ракушки, веточки, шишки;
- домашняя утварь;
- болты, шурупы;
- пластиковые буквы и цифры, геометрические фигуры.

Занятие включает следующий план:

- Знакомим ребёнка с правилами игры с песком
- Знакомим ребёнка с песочницей, объясняем, что голубой бортик символизирует небо, что можно создать любой вид местности: горы, пустыни, а раздвинув песок – синее море.
- Даём возможность подержать в руках коллекцию геометрических фигур, животных, предметов быта.
- Фигуры, которые выбирает ребёнок, символизируют его состояние на сегодняшний день. Самое главное — попросить его рассказать, о чём он думает по поводу выбранных фигурок.
- Внимательно наблюдаем за ребёнком: как он входит в ситуацию, с кем он себя идентифицирует.
- Учим ребёнка бережному отношению к материалу.
- Формулируем тему в начале песочной терапии, занятия проводим, согласно плану, а после его окончания важно сделать вывод о проделанной работе, разложить все использованные предметы и игрушки по местам, убрать за собой.

Игры и упражнения с песком:

Игра «Здравствуй, песок!»;

Игра «Песочные прятки»;

Игра «Песочный дождик»;

Игра «Песочный ветер»;

Игра «Необыкновенные следы» ;

Игра «Узоры на песке»;

Упражнение «Портрет на песке»;

Упражнение «Песочный телеграф»;

Упражнение «Рисование фасолью»;

Упражнение «Обыкновенное чудо»;

Игра «Мы создаем мир»;

Игра «Победитель злости»;

Игра «Угадай, что спрятано в песке»;

Игра «Во саду ли, в огороде»;

Игра «Песочные фигуры»;

Игра «Нарисуй и вылепи».







Муниципальное бюджетное учреждение «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи № 7 «Способный ребенок».



г. Красноярск,
ул. Академика Вавилова, 86 Б

тел. 201-24-49

Сайт Центра: <https://7centr.ru/>

Группа в контакте:

https://vk.com/centr7_krasnoyarsk

e-mail: zppmcp7@mailkrsk.ru

QR-код сообщества

