

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад № 5 «Ладушки» р.п. Шилово муниципального образования –  
Шиловский муниципальный район Рязанской области

**Семинар-практикум для педагогов ДОУ  
«Арт-терапия как метод работы с эмоциональными  
проблемами детей дошкольного возраста».**

**Провела: воспитатель  
1 квалификационной  
категории  
Кузина Ю.Е.**

**Шилово, 2019 г.**

## **Основная часть:**

**Арт-терапия** – не просто модное слово, а прежде всего, это современный метод положительного психологического воздействия, с целью поддержания и укрепления здоровья детей.

«Арт»-искусство, «Терапия»- лечение. В буквальном переводе это понятие означает терапия искусством.

Термин введён Адрианом Хиллом в 1938 году.

Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Суть его состоит в том, что через рисунок, игру, сказку, музыку арт-терапия даёт выход внутренней некомфортности и сильным эмоциям, помогает понять собственные чувства и переживания. Как говорила психолог Эдит Крамер - это метод, связанный с раскрытием творческого потенциала человека и познанием своего внутреннего мира.

Используя метод арт-терапии необходимо соблюдать следующие условия:

- творчество должно нести для ребёнка радость.
- не принуждать ребёнка.
- вовремя заканчивать работу, если ребёнку надоело.
- стараться поддерживать любое, даже самое слабое стремление к творчеству ребёнка и если оно возникло, обставляйте его как очень важное и радостное дело.
- стремитесь к тому, чтобы инициатива творчества исходила от самого ребёнка.

В настоящее время арт-терапия в широком понимании включает в себя:

**Изотерапия** - одно из направлений арт-терапии; психотерапевтическая работа с использованием методов изобразительного искусства. Изотерапия опирается на психологию творчества и применяет благотворное воздействие рисования в психотерапевтических целях. Цель изотерапии – повышать эмоционально-положительный фон, создавать благоприятные условия для успешного развития ребёнка.

**Сказкотерапия** – разнопланово использует потенциал сказок, открывающий воображение, позволяющий метафорически выражать те или иные жизненные сценарии. Сочинение сказок ребёнком и для ребёнка – основа сказкотерапии. Через сказку можно узнать о таких переживаниях детей, которые они сами толком не осознают, или стесняются обсуждать их со взрослыми.

Музыкотерапию – одно из направлений арт-терапии, реализует психотерапию при помощи музыки. Использование музыки может быть активным и пассивным. При активной музыкотерапии ребёнок получает возможность поиграть на музыкальных инструментах. При пассивной – при помощи прослушивания специально подобранной музыки достигается

необходимый психотерапевтический эффект. Музыкаотерапия помогает преодолеть внутренние конфликты и достичь внутренней гармонии.

**Игротерапия** – используется терапевтическое воздействие игры, чтобы помочь ребёнку преодолеть психологические и социальные проблемы, затрудняющие личностное и эмоциональное развитие.

Сегодня мы рассмотрим наиболее распространенный вид арт - терапии в оздоровлении дошкольников – это изотерапия. А точнее рисование. Изотерапия (рисование) – одна из основных техник арт-терапии.

Согласно восточной мудрости, «картина может выразить то, что не выразит и тысяча слов». По мнению В.С. Мухиной и других исследователей. Рисунок для детей является не искусством, а речью.

У каждой линии и у каждого цвета есть свой характер, своё настроение. С их помощью ребёнок передаёт всё, что у него внутри. Всё это указывает на то, что арт-терапия тесно связана с развитием эмоциональной сферы ребёнка, и является одной из разновидностей её улучшения. Рисуя, ребёнок попадает в сказку, наполненной радостью, взаимопонимания, успеха.

Рисуя, играя, ребёнок дает выход своим желаниям, мечам, чувствам, переживает свои отношения в различных ситуациях. Поэтому очень благотворно эти занятия сказываются на детях с особенностями в поведенческой и личностной сферах. В работе с детьми педагогическое направление рисование рассчитано на здоровую личность, и понимается как забота об эмоциональном сочувствии и психологическом здоровье личности, средствами художественной деятельности. Изотерапия оказывает развивающее воздействие и на познавательную сферу психики ребенка через сенсорное восприятие. Именно с сенсорного, в том числе тактильного восприятия начинается формирование и развитие мыслительных процессов. Неудивительно, что маленькие дети реагирует на всё: приятный свет, на красивую музыку и любые другие звуки, на ощущения от прикосновения к чему - либо. Если ребёнок весь этот многообразный мир постигает рядом с родителями и педагогами, он растет доброжелательным, спокойным и любознательным. Изодетельность для ребёнка возможность выплеснуть на бумагу свои чувства, главным является их успокаивающее и расслабляющее действие. Ребенку наиболее интересно работать с чем- то необычным, нестандартным, отличным от того, к чему он привык. Не стоит останавливаться на стандартном наборе: кисти, краски, карандаши и другое. Арсенал способов создания изображений очень разнообразен. Нужно лишь желание творить и фантазия, у детей она имеется. Ребята почувствуют свой успех, ведь они смогут победить злых чудовищ, сжечь свои страхи, помирить игрушки. Ниже приведены некоторые используемые в работе с детьми изобразительные техники в ДОУ.

1. Пальчиковая живопись (рисование ладошками, ступнями ног). Пальчиковая живопись – это разрешенная игра с грязью, в ходе которой деструктивные импульсы и действия выражаются в социально принимаемой форме. Рисование пальцами не бывает безразлично ребенку. Даже никогда не

рисовав пальцами, можно представить особенные тактильные ощущения, которые испытываешь, когда опускаешь палец в гуашь - плотную, но мягкую, размешиваешь краску в баночке, подцепляешь некоторое количество, переносишь на бумагу и оставляешь первый мазок. Для того чтобы достичь изобразительные эффекты нанесением краски ладонями и пальцами от ребенка не требуется развитой мелкой моторики, точной координации. Движения могут быть размашистыми, крупными, экспрессивными или наоборот, точечными, локальными, отрывистыми. Толщина пальцев уже сама по себе не предполагает создание тонких мазков, линий. Нанесение краски на стопы ног и их отпечатки также является необычным способом рисования и непередаваемыми сенсорными ощущениями, яркими эмоциями для детей. В связи с нестандартностью ситуации, особыми тактильными ощущениями, экспрессией и нетипичным результатом изображения, рисование сопровождается эмоциональным откликом.

2. Марания. В буквальном понимании «марать» - значит «пачкать, грязнить». Определение «марание» выбрано в связи с неструктурированностью изображений, отсутствием сюжета, сочетанием отвлеченных форм и цветовых пятен. Кроме внешнего подобия изображений, есть сходство в способе их создания: ритмичности движения руки, композиционной случайности мазков и штрихов, размазывании и разбрызгивании краски, нанесении множества слоев и смешивании цветов. Игра с красками очень увлекает и завораживает, тем более, если разрешено брызгаться и «пачкать» лист красками. Дети выполняют такие работы с особым удовольствием и интересом.

3. Рисование сыпучими материалами (песок, сухие листья, крупы и др.). Собираение листьев и работа с ними, доставляет детям огромное удовольствие. Сухие листья натуральный продукт, их запах приятен, также они шершавы, но приятны на ощупь. С помощью сыпучих материалов и клея ПВА можно создавать изображения. На лист бумаги клеим, наносится рисунок. Затем сухие листья растираются между ладонями на мелкие частички и рассыпаются над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Так же используется в работе песок, крупы овсянки, риса, сахарного песка, соли, вермишели и другие сыпучие материалы.

4. Штриховка, каракули. Штриховка – это графика. Изображение создается без красок, с помощью карандашей и мелков. Под штриховкой и каракулями понимается хаотичное или ритмичное нанесение тонких линий на поверхность бумаги. Линии могут выглядеть неразборчивыми, небрежными, неумелыми, либо, наоборот, выверенными и точными. Из отдельных каракулей может сложиться образ, либо сочетание предстанет в абстрактной манере.

5. Монотипия. Базовая графическая техника, заключается в следующем. На гладкой поверхности – стекле, пластмассовой доске, пленке, толстой глянцевой бумаге – делается рисунок гуашевой краской. Материал, на который наносится краска, не должен пропускать воду. Сверху

накладывается лист бумаги и придавливается к поверхности. Получается оттиск в зеркальном отражении. Он может быть менее четким по сравнению с оригиналом, более расплывчатым, могут стереться границы между разными красками. Этот способ рисования сложен для младших дошкольников, но старшие дети с удовольствием пробуют, экспериментируют с изображениями.

6. Рисование предметами окружающего пространства. Дети могут рисовать мятой бумагой, резиновыми игрушками, кубиками, губками, зубными щетками, палочками, нитками, коктейльными соломинками, ластиками, дно бутылок и чем-то еще. Нестандартное использование «бросового» материала потенциально помогает выйти за рамки стереотипов. Ребята с интересом используют подручный материал в новом качестве. Что создает почву для общего укрепления эмоциональной сферы, уменьшения зависимости - в частности, от ритуалов, - повышения настроения, развития воображения, адаптационных способностей, познания окружающего с разных сторон.

9. Рисование на мокрой бумаге. Необычная работа может получиться, если ее выполнить на заранее смоченной пульверизатором бумаге. Интересно наблюдать, как растекаются и смешиваются на мокрой бумаге краски, это своего рода экспериментальная работа, познавательный процесс. Это доставит ребенку особое наслаждение, подарит много положительных эмоций.

10. Кляксы. Если на одной части листа оставить кляксы разного цвета, а затем сложить лист вдвое и снова его раскрыть, то получится оригинальный рисунок. Попросите ребенка дать название своему шедевру.

Следовательно, можно сделать вывод: благодаря изотерапии у дошкольников снижается эмоциональное напряжение, тревожность, агрессивность, повышается адаптивность, коммуникабельность, улучшается их эмоциональный настрой, психологический климат в группе.

### **Практическая часть:**

#### **1. Упражнение «Лотерея» (игровая терапия)**

Цель: развитие мышления, моторных навыков, воображения.

Инструкция: Перед участниками появляется волшебный сундучок, в нём сюрприз.

Каждый участник достаёт записку с заданием, зачитывает и выполняет.

- отгадать загадку,
- спеть куплет любой песни,
- поздравить всех присутствующих с новым годом и т.п.

#### **2. Задание «Нарисовать два рисунка разными способами» (изотерапия).**

## **Заключение:**

Подводя итоги, можно сказать, что Арт-терапия – это волшебная страна. Там ребёнок научится быть самим собой, станет понимать чувства других, и использовать эмоции в качестве средства общения. Помогут нам справиться с трудностями: волшебство, юмор и справедливое отношение к добру и злу, живущих в сказках, завораживающие и удивительные звуки музыки, а так же богатство образов и красок произведений великих художников и самих малышей. К душе каждого ребёнка важно найти особый ключик. Наполняя внутренний мир малыша яркими впечатлениями, помогая ему овладеть разнообразием техники и приёмами рисования, радуясь каждой новой удаче вместе с ним. Все дети очень любят рисовать. В своих маленьких шедеврах они передают своё отношение к окружающему миру и дают возможность выплеснуться своему «Я».