**Бубнова Анастасия Сергеевна**

**АРТ-ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА ДОУ**

В дошкольном возрасте закладывается база общего развития личности, где начинают формироваться те качества, которые будут проявляться на протяжении всей жизни. В дошкольном детстве развивается эмоционально-волевая сфера, идёт период творческой активности, игры, развития воображения и наглядно-образного мышления. И в данном возрастном периоде ребёнка, важно, что бы взрослые, а именно, воспитатели, психологи, родители, помогали ребёнку справиться с различными проблемами. А проблемы могут быть следующие: агрессивность, неадекватная самооценка, повышенная тревожность, сложность адаптации в коллективе, сложность в налаживании коммуникации. И одними из методов, которые могут применить педагоги для решения детских проблем, это методы арт-терапии. Даже в одной из статей, Л.Н Иваненко говорит: «Арт-терапия и детская психология – отличная пара!»

Сам термин арт-терапия (от англ. «art» - искусство, «therapy» – лечение) впервые использовал английский художник Адриан Хилл. «В 1938 году, находясь на лечении в туберкулезном санатории, в рамках трудотерапии он стал обучать других пациентов рисованию. В ходе занятий Хилл заметил, что творчество помогает пациентам справиться с душевными переживаниями и переносить физическую боль».

Б.Д. Карвасарский определяет арт-терапию, как «использование искусства как терапевтического фактора». **Арт-терапия** - это простой и эффективный способ психологической помощи, основанный на творчестве и игре. Арт-терапия подходит как для взрослых, так и для детей. То есть арт-терапевтические упражнения педагоги могут проводить в образовательных организациях и с детьми, и с родителями, и с другими педагогами, так же делясь опытом.

Арт-терапевтическая работа эффективна при работе с детьми. Вся творческая деятельность ребенка является важным элементом его развития, ведь ребенку в основном важен не результат, а сам процесс рисования, творения. Именно поэтому арт-терапия так эффективна при работе с детьми. Ребенок не задумывается о конечном результате, он получает удовольствие от самого процесса, вот почему этот процесс для него так терапевтичен. Это и является **основным принципом арт-терапии**, а именно одобрение творческой деятельности взрослого и ребёнка, безоценочное отношение и безусловное принятие.

Есть множество видов арт-терапии: рисуночная терапия, сказкотерапия, песочная терапия, танцевальная терапия, драматерапия, библиотерапия, имаготерапия (терапия образами), фототерапия.

**Задачи арт-терапии**

1. Диагностика.
2. Повышение осознанности ребёнка. Ребёнок должен понимать, что сейчас с ним происходит на занятии, чему он учится.
3. Использование средств искусства. Арт-терапия-это не просто создание работы, но и организация внутреннего диалога между ребёнком и ем, что он создал.
4. Построение арт-терапевтической программы с учётом возрастных особенностей. Психологу нужно понимать, какие должны быть у ребенка объективно выстроенные возрастные новообразования, и соответствует ли то, что он видит, этим возрастным особенностям.

**Виды и техники арт-терапии**

**1.Изотерапия** - одно из частых направлений арт-терапии. Рисование-это творческий акт, позволяющий ребёнку ощутить и понять самого себя. Ребёнок начинает выражать свои мысли, освобождаться от различных конфликтов. Детский рисунок рассматривается как символическое выражение его отношения к миру. В рисунке можно увидеть особенности межличностных отношений, например, в семье или в группе. Рисование-это возможность для развития воображения, мышления, зрительно-моторной координации. Достоинство рисования в том, что оно требует работы многих психических процессов.

*«Рисование страха»*

Цель: Снятие напряжения, проведение коррекции страхов и тревожности.

Инструкция: Попросить ребенка нарисовать «страшный рисунок, что-нибудь страшное». При отказе ребёнок рисует то, что хочет (это дополнительный диагностический фактор). После того, как дети нарисовали свои страхи, им предлагается разорвать свой рисунок или заштриховать (посадить в клетку и запереть на замок)

**2.Сказкотерапия.** Её главное отличие от других методов арт-терапии в том, что психологическое воздействие происходит на ценностном уровне. Сказки доносят до сознания ребёнка информацию о базовых жизненных ценностях. Главная цель сказкотерапии - способствовать личностному развитию детей и их социальной адаптации.

**3.Игротерапия.** Цель использования игротерапии состоит в том, что бы ребёнку дать возможность «прожить» в игре волнующие его ситуации при полном внимании и сопереживании взрослым.

*«Передаём рисунок по кругу»*

Цель: развивать тактильную чувствительность и умение взаимодействовать друг с другом.

Инструкция: Дети садятся в круг. Ведущий на ладошке одного ребёнка косметическим карандашом изображает какой-либо рисунок (круг, квадрат, ёлочка и т.д.). Затем этот рисунок ребёнок изображает на ладошке сидящего рядом участника, и так по кругу, пока не дойдёт до последнего. Последний ребёнок должен озвучить то, что ему нарисовали.

**4.Музыкотерапия**. Музыка - великое искусство, которое с древних времён является естественной формой выражения эмоциональных состояний человека. Занятия музыкотерапией способствуют развитию внимания, воображения, коммуникативных навыков. Многие методики музыкотерапии предусматривают и отдельное использование музыки в качестве основного лечебного фактора, и дополнение музыкальным сопровождением иных арт-терапевтических приёмов.

*«Дракон»*

Цель: помочь детям, испытывающим затруднения в общении, обрести уверенность в себе и почувствовать себя частью коллектива.

Инструкция; используется музыка И.Штрауса «Полька». Играющие становятся в линию и держатся за плечи соседей. Первый участник-«голова», последний - «хвост». «Голова» должна дотянуться до «хвоста» и дотронуться до него. «Тело» дракона неразрывно. Когда «голова» схватила «хвост», она становится «хвостом». Игра продолжается до тех пор, пока каждый участник не побывает в двух ролях.

В арт-терапии существует много различных упражнений, направленных на решение той или иной проблемы. Использование арт-терапевтических методов в работе с дошкольниками, это тот способ, благодаря которому ребёнок может сохранить своё психическое и физическое здоровье. Важно, что бы взрослый помогал детям и поддерживал их во время познания ими этого лечебного искусства.

Литература:

1) Иваненко Л.Н. Изотерапия как метод арт-терапии. [Электронный ресурс]. – URL: <http://ext.spb.ru/2011-03-29-09-03-14/89-preschool/11224-Izoterapiya_kak_metod_artterapii.html>)

2) Электронный научный журнал “Системная интеграция в здравоохранении” · №6(36) 2017 · [www.sys-int.ru](http://www.sys-int.ru) стр 71)

3) Карвасарский Б.Д. Психотерапевтическая энциклопедия [Тест] / Б.Д. Карвасарский. - СПб.: Питер, 2002. - 1024 с.)

4) Киселева М. В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. — СПб.: Речь, 2006. — 160 с

5) Тарарина, Елена Практикум по арт-терапии в работе с детьми. / Елена Тарарина — К., 2018. — 256 с.

6) Свистунова Е.В. Разноцветное детство: игротерапия, сказкотерапия, изотерапия, музыкотерапия.-М: Редкая птица.2019. 176 стр.