**МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОКРУГ ТАЗОВСКИЙ РАЙОН**

**ЯМАЛО-НЕНЕЦКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА**

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение**

**Детский сад «Северяночка»**

**СЕМИНАР-ПРАКТИКУМ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ**

**«Арт-терапия как метод работы педагога с дошкольниками»**

**(ИЗ ОПЫТА РАБОТЫ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА)**

**Дудлинг и зентангл: как справиться со стрессом с помощью рисования каракуль?                                          
**

**Выполнил:**

**Педагог-психолог**

**Кастрюлева О.А.**

**С.Гыда**

**2022**

***Цель:***

Познакомить с теоретическим и практическим материалом по арт-терапии. Расширение и овладение практическими навыками применения арт-терапии в работе с дошкольниками.

***Задачи:***

* Раскрыть теоретические основы арт-терапии.
* Дать общее представление о методах арт-терапии.
* Освоение навыков и умений применения арт-техник при работе с детьми в ДОУ.

***Форма:*** групповая

***Материалы и оборудование:***

Лист бумаги формат А4, цв.карандаши, цв.мелки, акварельные краски, кисти, стаканчики с водой, песочница, набор игрушек, ТСО ноутбук, телевизор, слайд презентация.

План

1. Вводная часть (приветствие)
2. Основная часть (теоритическая часть)
3. Методика «Мой мир» или упражнение (изо-терапия)
4. Заключительная часть (рефлексия)
5. ***Вводная часть.***

Современная образовательная программа дошкольного образовательного учреждения рассматривается как модель организации образовательного процесса, ориентированного на личность воспитанника, а педагогический процесс детского сада должен быть ориентирован на обеспечение развития каждого ребёнка, сохранение его уникальности и самобытности, создание возможностей раскрытия способностей, склонностей.

В образовательных учреждениях разных стран в настоящее время всё более активно применяется такой инновационный здоровьесберегающий подход, как терапия искусством.

На современном этапе данный метод приобрел **особую актуальность, и педагогическую целесообразность,** которая заключается в том, что арт-терапия:

-позволяет в скрытой символической форме реконструировать конфликтную травмирующую ситуацию и найти силы для ее решения;

-мягко и безболезненно помогает решать такие проблемы, которые невозможно решить через прямые указания, повторения, внушения и тому подобное;

-позволяет каждому человеку реализовать свой потенциал и прийти в результате к гармонии с собой;

-ориентирована на эмоциональное благополучие каждого ребенка, развитие уверенности в себе, создание чувства защищённости;

-решает широкий спектр межличностных и внутриличностных проблем, а также вопросов, касающихся как психологического, так и физического здоровья;

-является эмоционально – развивающей;

-использует художественное творчество как способ психологической работы и психологической поддержки детей.

***2. Основная часть. (теоритическая)***

Арт-терапия (от англ. art - искусство; therapy - терапия, лечение) - диагностика и коррекция нервных расстройств с помощью рисования, прослушивания музыки и т.д. **Арт-терапия** - это метод оказания психологической поддержки посредством художественного творчества. Арт-терапия - один из самых «мягких» и в то же время глубоких методов. **Арт – терапию часто называют исцеляющим творчеством,** потому что оно приносит удовольствие, обучает выражать свои переживания как можно более спонтанно и произвольно. **Арт-терапия** не имеет ограничений и противопоказаний.

***Цель использования арт-терапии:***

- формирование психологического здоровья детей;

- психологическая поддержка и сопровождение детей дошкольного возраста;

- привлечение детей к активной продуктивной деятельности, способствующей развитию всех психических процессов.

***Основные задачи:***

- способствовать самопознанию ребенка, осознанию своих характерных особенностей и предпочтений;

- обучать ребенка положительному восприятию себя и других людей;

- развивать у ребенка социальную и коммуникативную компетентность;

- учить ребенка выражать свою любовь;

- вырабатывать у ребенка положительные черты характера, способствующие лучшему взаимопониманию в процессе общения;

- корректировать нежелательные черты характера и поведения;

- обучать ребенка рефлексивным умениям;

- формировать у ребенка потребность в саморазвитии.

**Методы арт-терапии.**

* Музыкотерапия – одно из направлений арт-терапии, реализуется при помощи музыки. Использование музыки может быть активным и пассивным. При активной использовании дети получают возможность поиграть на музыкальных инструментах. При пассивном – при помощи прослушивания специально подобранной музыки достигается необходимый психотерапевтический эффект. Музыкотерапия помогает преодолеть внутренние конфликты и достичь внутренней гармонии. Музыкотерапия применима ко всем независимо от возраста, здоровья или музыкальных способностей. Создание зоны музыкальной терапии, основанный на целительном воздействии музыки, на психологическое состояние ребенка, способствует установлению эмоциональной гармонии в группе детей, развитию коммуникативных навыков, выражению подавленных или «трудных» для выражения чувств. Музыка имеет психологическое воздействие на детей с проблемами поведения, речи и врожденными дефектами, так как музыка облегчает понимание и развивает внимание, умение сосредоточиваться и память.
* **Цветотерапия** – метод психологической коррекции и поддержки при помощи цвета. В рамках традиционной психологии неоднократно проводились исследования по воздействию того или иного цвета на психологическое состояние. Цветотерапия использует данные этих исследований в практических целях для формирования гармоничного состояния каждого в ходе занятий цветотерапией.
* **Игротерапия** — Под влиянием телевидения и социума дети перенимают неуместные способы поведения и грубое выражение чувств посредством подражания. Становятся забытыми важные нравственные категории: любовь, добро, сострадание, помощь ближнему и сочувствие. Появляются черствые, бедные душой дети — а затем и взрослые.

Негативные способы поведения дети переносят в игру. А ведь вся жизнь — игра! Игра самоценна. Она, вызывает положительные эмоции, дарит радость, создает «зону защиты» для ребенка. «Я в домике», — часто произносят дети, испытывающие страх или усталость. Игра — самый органичный способ выразить свои переживания, исследовать мир, выстроить отношения.

Игра для ребенка — естественный способ рассказа о себе, своих чувствах, мыслях, о своем опыте. «Очевидно, что игрушки для детей — слова, а игра — речь.

Детям бывает очень непросто поделиться со взрослым, да и друг с другом, своими переживаниями и чувствами. Но все свои чувства, весь свой опыт они легко, непринужденно и естественно могут прожить в игре, выбрав определенный игровой материал, действуя с ним определенным образом, разыгрывая и тем самым вновь и вновь проживая определенные ситуации. Все это дает возможность чуткому и мудрому взрослому постичь «ландшафт детской души». Игра предоставляет уникальную возможность ребенку реорганизовывать, преображать свой опыт, свой личный мир.

* **Сказкотерапия**. Волшебный сказочный мир, наполненный чудесами и тайнами, будоражит воображение детей и взрослых. Это проживание и осмысление какой-либо жизненно важной ситуации, в заданной игровой форме. Это процесс сотворчества, содействия, сопереживания, в котором ребенок и взрослый вместе идут по дороге откровений, открытий и побед. Войти в этот мир, принять его всем сердцем, ощутить себя в нем творцом и создателем – значит внести реальные изменения и в реальную физическую жизнь.

Основной принцип сказкотерапии – целостное развитие личности ребенка. По этому в данной зоне в работе со сказкой, которая позволяет решить несколько задач одновременно развивать речь, внимание, память, воображение, активизировать ценностно-смысловой компонент сознания и личности детей, побудить их к осмыслению общечеловеческих ценностей, к собственной внутренней позиции, формированию собственных ценностных ориентаций. Сказка позволяет развить у детей умение чувствовать и понимать другого, воспитать желание помочь, поддержать, посочувствовать, порадоваться за другого, а также повышает самооценку детей, их уверенность в себе.

* **Изотерапия** – одно из направлений арт-терапии; развивающая работа с использованием методов изобразительного искусства. Изотерапия опирается на психологию творчества и применяет благотворное воздействие рисования в развивающих и коррекционных целях. Щадящая методика такой практики позволяет успешно использовать изотерапию в работе и с маленькими детьми.

Изотерапия может способствовать достижению следующих целей:

1. Дать социально приемлемый выход агрессивности и другим негативным чувствам.
2. Облегчить процесс коррекции. Неосознаваемые внутренние конфликты и переживания часто бывает легче выразить с помощью зрительных образов, чем высказать их в процессе вербальной психотерапии.
3. Получить материал для интерпретации и диагностических заключений.
4. Проработать мысли и чувства, которые ребенок привык подавлять. Иногда невербальные средства являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний и убеждений.
5. Наладить отношения между педагогом и воспитанником. Совместное участие в художественной деятельности может способствовать созданию отношений эмпатии и взаимного принятия.
6. Развить чувство внутреннего контроля. Работа над рисунками и картинами или лепка предусматривают упорядочивание цвета и форм.
7. Сконцентрировать внимание на ощущениях и чувствах. Занятия изобразительным искусством создают богатые возможности для экспериментирования с кинестетическим и зрительными ощущениями, развивают способности к восприятию.
8. Развивать художественные способности и повысить самооценку. Побочным продуктом изотерапии является чувство удовлетворения, которое возникает в результате выявления скрытых талантов и их развития.
9. ***Методика «Мой мир»***

**Материалы:** листы ватмана по количеству подгрупп, пастель, краски гуашевые, акварельные, кисти, стаканчики с водой, салфетки.

**Организация.** Участники разбиваются на подгруппы по 4-5 человек.

**Инструкция.** Во время выполнения задания нельзя разговаривать (как один из вариантов). Тема для всех подгрупп: «Мир, в котором я хочу жить».

**Анализ.** Вывешиваются все картины. Картины рассматриваются последовательно.

Какие чувства у Вас вызывает этот рисунок?

Как вы считает, что привлекает в этом мире, почему они хотят в нем жить?

Как бы вы назвали (м.б. метафорично) этот мир?

Глядя на картину, можно предположить как участникам было рисовать вместе.

**Вопросы к авторам рисунка:**

Что было главным, важным для вас, во время рисования?

Как вам работалось в вашей команде при выполнении задания? Что вы можете сказать о взаимодействии в подгруппе при выполнении рисунка?

Вы слышали мнения других участников, они разные. Это видение со стороны. С чем вы согласны, а с чем нет?

«Как бы вы назвали этот мир?»

**Обращаемся ко всей группе:**

Какие звуки могут присутствовать в этом мире?

Давайте все вместе изобразим как звучит этот мир.

Поднимите руки те, кто хотел бы в этом мире жить.

Поднимите руки те, кто не хотел бы в этом мире жить.

Поднимите руки те, кто хотел бы там побывать.

Поднимите руки те, кто не хотел бы там побывать.

**Техника используется для:**

Исследования взаимодействия в группе.

Прояснения групповых ролей.

Исследования феноменов лидерства.

Исследования умения работать в группе для достижения общей цели.

Умения сочетать индивидуальные цели и цели команды.

Командообразование.

Прояснения актуальных потребностей, желаний, чувств.

Прояснение картины желаемых изменений.

Налаживания взаимодействия в группе.

Освоение социально приемлемых способов взаимодействия в группе.

Используется для прояснения особенностей коммуникаций в семье.

* **Песочная терапия**

*К. Д. Ушинский писал: «Самая лучшая игрушка для детей — кучка песка».*

Игра с песком – это самый органичный для ребенка способ выразить свои переживания, исследовать мир, выстраивать отношения – и способ привычный, хорошо знакомый. За основу создания зоны работы с песком были взяты элементы песочной терапии, где ребёнку или целой группе детей дается уникальная возможность исследовать свой внутренний мир с помощью множества миниатюрных фигурок, подноса с песком, некоторого количества воды – и ощущения свободы и безопасности самовыражения в трехмерном пространстве, возникающей в общении с психологом. Основными задачами таких занятий с песком являются: развитие познавательных психических процессов; обучение искусству расслабления; коррекция эмоциональных и поведенческих нарушений.

Главное достоинство песочной терапии в том, что она позволяет реально создавать картину мира в живом трёхмерном пространстве. Ребёнку предоставляется возможность строить свой личный мир, модель своего микрокосма, ощущая себя его творцом.

Первые контакты детей друг с другом происходят в песочнице: на песке строится дом, высаживается дерево, создается семья. Работа в песочнице ориентирована на эмоциональное благополучие ребёнка – уверенность в себе, чувство защищённости.

**Чем полезны игры с песком? Что происходит, когда наши пальцы касаются песка?** Через нервные окончания в мозг поступают сигналы, стимулирующие его работу. Игры с песком развивают мелкую моторику, улучшается память, воображение, координация. Песок – это уникальная возможность исследовать свой внутренний мир, ощутить чувство свободы, безопасности и самовыражения. Это возможность выразить то, для чего трудно подобрать слова, соприкоснуться с тем, к чему трудно обратиться напрямую, увидеть в себе то, что обычно ускользает от сознательного восприятия. Песок пропускает воду и по утверждению парапсихологов он поглощает и негативную энергию человека, стабилизирует его эмоциональное состояние. Кроме того, сам материал – песок, - обладает уникальным свойством: он замедляет негативные эмоции, которые «уходят сквозь песок», помогает рассыпать на мельчайшие песчинки образ, пугающий и травмирующий ребенка. Как только дети видят песок, у них сразу же возникает естественное желание – погрузить в него руки, ощутить прохладу, пропустить его между пальцев, чувствуя при этом тепло собственных рук. Приятные ощущения охватывают детей: солнце, река, лето и ожидание Чуда.

Игры с песком - одна из форм естественной активности ребенка, но традиционно песок используется для игр в короткий летний период. Чтобы песочная терапия решала важные задачи развития круглый год, необходимо изготовить комнатную, или как ее правильно называют, психологическую песочницу.

**Основные принципы:**

* Создание естественной стимулирующей среды, в которой ребенок чувствует себя комфортно и защищенно, проявляя творческую активность. Для этого мы подбираем задание, соответствующие возможностям ребенка; формулируем инструкцию к играм в сказочной форме, исключаем негативную оценку его действий, поощряя фантазию и творческий подход.
* «Оживление» абстрактных символов: букв, цифр, геометрических фигур и пр. Реализация этого принципа позволяет сформировать и усилить положительную мотивацию к занятиям и личностную заинтересованность ребенка в происходящем.
* Реальное «Проживание», проигрование всевожможных ситуаций вместе с героями сказочных игр. На основе этого принципа осуществляется взаимный переход воображаемого в реальное и наоборот.

Песочная терапия используется многими **современными образовательными технологиями:**

**1.** Технология исследовательской деятельности: экспериментирование с песком, поиск спрятанных предметов, наблюдение и опытническая работа с песком.

**2**. Игровая технология: игра «Синоптики», «Зоопарк», «Страна дружбы», «Животные пустыни», «Поиск воды», «Загадочное место» и др.), пальчиковые игры, физминутки, игры с предметами, игры на внимание и т.д.

**3**. Здоровьесберегающие технологии: Юнг утверждал, что процесс “игры в песок” высвобождает заблокированную энергию и “активизирует возможности самоисцеления, заложенные в человеческой психике”.

**4**. Технология личностно-ориентированного обучения: в центре внимания педагога-уникальная целостная личность ребенка, открытая для восприятия нового опыта, способная на осознанный и ответственный выбор в разнообразных жизненных ситуациях.

**5**. Технологии проблемного обучения: (игра «данетки»: животные в зоопарке - это хорошо или плохо? Мокрый песок – это полезно или вредно?)

**6.** Технология развивающего обучения: (как вы думаете почему в пустыне ничего не растет? Как можно попасть на другой берег реки? Моря?…какие свойства мокрого песка? . . . )В соответствии с «зоной ближайшего развития» ребенка в задачи входит развитие и формирование у детей следующих навыков:

* самостоятельного поиска и нахождения необходимой информации.
* анализа, сравнение, обобщение, классификации, рассуждения по аналогии.
* ориентации в окружающем мире.
* развитие различных видов памяти (механической, тактильной, словесно-логической и т.д.).
* развитие логического мышления.
* формирование и развитие всех видов восприятия: восприятие предметов, пространства, времени, цвета.
* развитие связной речи, обогащение словаря, слуха.
* развитие коммуникативных навыков.

Для общей активизации и **развития сенсорно-моторной сферы** детей я использую следующие упражнения:

1. свободные движения по песку сверху вниз, слева направо,
2. правильно брать песок, открывать и закрывать ладошку, просто сыпать песок через кулачок;
3. «Трудная дорога». Нужно провести пальцем по песку волнистую линию (трудность в том, что ребенок пальчик не ослабевает, а напрягает и держит крючком).
4. «Опасный поворот». Нужно провести по песку пальцем, закручивая в спираль (изображают спиралевидный знак).
5. «Молния». Надо пальцем по песку нарисовать кривую линию, т.е. молнию
6. «Чудовище на острове». Надо обойти чудовище и не коснуться его – оно может проснуться (поставить или закопать в песок игрушку).
7. «Следы на песке». Сухой и мокрый песок, оставляем следы, делаем выводы.
8. «Радуга». Четырьмя пальцами нарисовать по песку полукруг – радугу. А потом добавить солнце.
9. «Грустное дерево». Нарисовать ствол, опустившиеся ветки, которые или засохли, или потеряли свою листву.
10. «Легкий ветерок». Потихоньку дуем через трубочки для сока. Наблюдаем за песчинками.

***Развитие эмоциональной сферы:***

* Моделирование бытовых сцен, позволяющих изучать взаимоотношения в семье.
* Работа в подгруппах, в парах, направленная на развитие коммуникативных возможностей.

1. ***Заключительная часть.***

Встречи с детьми, совместная работа с воспитателями постепенно приносят свои плоды и дают **ожидаемые результаты**:

* развитие коммуникативных навыков;
* развитие моторных способностей детей, через овладение

ручными многообразными операциями, влияющими на их

психофизиологические функции;

* снижение эмоциональной тревожности;
* повышение самооценки;
* развитие самосознания;
* осознание внутренних ресурсов
* улучшение детско-родительских отношений;
* закрепление положительных поведенческих реакций
* позитивные изменения в психологическом состоянии детей, и

образе Я.

Процесс познания ребенком окружающего мира и собственных возможностей в нем подобен сказочной дороге, полной неожиданных находок и приключений. А проводник на этой дороге чуткий и понимающий взрослый. Таким образом, арт-терапия в дошкольных образовательных учреждениях – это не просто метод коррекции и развития посредством художественного творчества, а это процесс от которого он получается удовольствие, а так же является одним из эффективных способов достижения лучшей социальной адаптации. Именно поэтому арт-терапия так эффективна при работе с детьми.

***Используемая литература***

Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по песочной терапии.СПб., 2002

Копытин А.И. Основы арттерапии. СПб, 1999

Хрестоматия. Арттерапия. СПб., 2001.

Колошина Т.Ю. "Арт-терапия" Методические рекомендации

Киселева М.В Арт-терапия в работе с детьми. Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми

Щербакова Ирина Юрьевна, учитель – логопед. «Сказкотерапия в коррекционной деятельности с детьми дошкольниками».

Грабенко Т.Н., Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Коррекционные, развивающие и адаптирующие игры. Методическое пособие для педагогов, психологов и родителей.- Спб.: Изд-во: Детство-Пресс, 2004.-64 с.

Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии.- СПб.: Издательство «Речь», 2005.

Информация из интернета.