***Арт-терапия-работа с эмоциями ребенка***

***Жерина А. Г.***

***педагог-психолог, МБДОУ «Детский сад№66 «Беломорочка», г.Северодвинск***

В Российской Федерации на сегодняшний день, так же, как и в некоторых других странах под арт-терапией принято понимать - лечение на основе использования изобразительного искусства. Это понятие общепринято.

Понятие арт-терапия ввел в употребление художник Адриан Хилл в 1938 году. Само слово вошло в научный оборот в англоязычных странах, в первую очередь в Великобритании и США. Арт-терапия сегодня в современном мире считается:

* инновационной технологией здоровьесбережения (Н.К.Смирнов, В.Ф. Базарный),
* одним из наиболее мягких, и эффективных методов, используемых психологами в своей работе.

Как вы знаете, арт-терапия многогранна. Исторически развивалась специалистами разных групп: художниками, психотерапевтами, психоаналитиками, психологами.

Современная арт-терапия включает в себя следующие направления:

* изотерапия — терапия изобразительным искусством, в первую очередь рисованием, работа с репродукциями.
* имаготерапия — воздействие через образ, театрализацию, драматизацию;
* песочная терапия - форма активного воображения, предполагающая игру с песком и миниатюрными игрушками;
* фототерапия - применение фотографий для развития и гармонизации личности;
* музыкальная терапия — это контролируемое использование музыки;
* сказкотерапия — воздействие посредством сказки, притчи, легенды;
* кинезитерапия — воздействие через танцевальные движения;
* игровая терапия.

Основными целями арт-терапии являются:

* развитие самовыражения чувств и эмоций
* гармонизация развития личности
* развитие самопознания
* внутренняя интеграция личности (всех аспектов и компонентов), раскрытие внутренних механизмов саморегуляции
* интеграция с внешней реальностью (социальной, этнической, культурной)

Арт-терапия в учреждениях образования - это метод коррекции и развития посредством художественного творчества. И имеет скорее профилактический или «развивающий» характер, как, например, в случае наличия у ребенка легких эмоциональных и поведенческих расстройств. Применительно к специальному образованию арт-терапию можно рассматривать:

* -как синтез нескольких областей (искусства, медицины, психологии)
* -как совокупность технологий, позволяющих с помощью стимулирования креативных (творческих) проявлений ребенка с проблемами, осуществить коррекцию нарушений психосоматических, психоэмоциональных процессов и отклонений в личностном развитии.

Привлекательностью арт-терапии для психологов и специалистов смежных специальностей образовательных учреждений является то, что арт-терапия предполагает: использование языка изобразительной экспрессии, непосредственное участие ребенка в изобразительном творчестве.

Это особенно актуально при работе с детьми в тех случаях, когда ребенок не может выразить словами свое эмоциональное состояние. Имеет возможность самовыражаться (Копытин А.И.). В арт-терапии не делается акцент на целенаправленное обучение и овладение навыками и умениями в каком-либо виде художественной деятельности.

Основные функции арт-терапии:

* катарсическая- очищающая, освобождающая от негативных состояний.
* регулятивная-снижение психофизического напряжения, регуляция психосоматических процессов, моделирование положительного психоэмоционального состояния.
* коммуникативно-рефлексивная-которая обеспечивает коррекцию нарушений общения, формирование адекватного межличностного поведения, самооценки.

Современная арт-терапия активно развивается. Сегодня востребовано интегративное направление, поскольку оно предполагает сочетание изобразительной работы с музыкальной терапией, песочной терапией.

В своей многолетней практике активно применяются мною в практической деятельности основные арт-технологии, которые показывают хорошие результаты: изотерапия, песочная терапия, музыкальная терапия, фототерапия, а также Sand-art и цветотерапия.

Изотерапия: широко используется в психокоррекционной практике, решая коррекционно-профилактические задачи. Дает положительные результаты при работе с детьми с нарушениями зрения, задержкой психического развития.

Активно используются следующие приемы изотерапии (работа с красками, карандашами и природным материалом). Наиболее распространенные приемы изотерапии, используемые на арт-занятиях.

Марания. В буквальном понимании «марать» — значит «пачкать, грязнить». В условиях арт-терапии, речь идет о спонтанных рисунках дошкольников, выполненных в абстрактной манере. При помощи мараний можно рисовать страхи, гнев, в дальнейшем преобразовывать их во что-то позитивное.

Рисование пальцами – это разрешенная игра с грязью, в процессе которой деструктивные импульсы и действия выражаются в социально приемлемой форме.

Рисование сухими листьями (сыпучими материалами и продуктами) С помощью листьев и клея ПВА можно создавать изображения. На лист бумаги клеем наносится рисунок. Затем сухие листья растираются между ладонями на мелкие частички и рассыпаются над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Изображение получается «лохматым», пушистым, но при этом эффектным и привлекательным. Так же можно создавать изображения с помощью мелких сыпучих материалов. Описанная техника создания изображений подходит детям с выраженной моторной неловкостью, негативизмом, зажатостью, способствует процессу адаптации в новом пространстве, дарит чувство успешности.

Рисование предметами окружающего пространства: на моем опыте дети рисовали мятой бумагой, резиновыми игрушками, палочками. Целенаправленное раскачивание двигательных стереотипов создает почву для общего укрепления эмоциональной сферы, повышения настроения, адаптационных возможностей.

Монотипия: базовая графическая техника. На занятиях по арт-терапии используется достаточно большое количество модификаций данного приема.

Структура группового арт-терапевтического занятия:

* Ритуал приветствия.
* Настрой, разогрев.
* Основное содержание.
* Любование детскими работами, нахождение образов, обозначение их ценности.
* Итог занятия (ритуал окончания занятия).

Как отслеживать изменения состояния ребенка:

* наблюдение за поведением и аффективными реакциями ребенка.
* анализ продуктов детского творчества, задания - «маркеры».
* психодиагностические методики и тесты (рисуночные проективные методики «Несуществующее животное» М.З.Дукаревича, «Дом-дерево-человек» Дж.Бука, «Рисунок семьи» Т.Хоментаускаса, «Мандала» (адаптированный вариат для детей) Дж.Келлогг, «Эмоциональные лица» М.М.Семаго, Цветовой тест отношений А.М.Эткинда
* диагностическое использование песочницы.{1}

В современном мире, все большую ценность приобретает умение креативно мыслить, находить неожиданные решения. Использование арт-технологий –универсального метода, который позволяет решить комплекс задач в работе педагога-психолога ОО, а также специалистов смежных специальностей.

Литература:

1. Л. Мардер «Цветной мир. Групповая арт-терапевтическая работа с детьми дошкольного и младшего школьного возраста» М. Генезис, 2007

2.Л.Д. Лебедева «Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий» Спб., Речь, 2008

3 Копытин А.И. «Практикум по арт-терапии», Спб, 2001

4. Копытин А.И. «Теория и практика арт-терапии», Спб, 2002

5.«В гостях у песочной феи» Кузуб, Э. Осипук. //Школьный психолог: газ. издательского дома "Первое сентября".-2006.-N 6. - С. 18-25.; Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. – СПб., 2006.

6.В.М.Элькин. «Релаксационная музыка для детей.» Спб., «Иматон» 2009