Арт-терапия в дошкольном образовании

Зданевич Галина Владимировна,

воспитатель,

МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №39»

Арт-терапия представляет собой методику лечения и развития при помощи художественного творчества. Сегодня арт-терапия считается одним из наиболее мягких, но эффективных методов, используемых в работе не только психологами, психотерапевтами но и педагогами. Существует педагогическое направление арт-терапии, задачи, которой развитие, коррекция, воспитание и социализация.

Словосочетание «арт-терапия» в научно-педагогической интерпретации понимается как забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, группы, коллектива средствами художественной деятельности.

Идея о необходимости взаимодействия педагогики и психотерапии была обоснована еще в 1927 г. немецким психиатром Артуром Кронфельдом в статье “Психогогика, или Психотерапевтическое учение о воспитании”.

Хотя приоритет теоретического обоснования арт-терапии принадлежит зарубежным специалистам, наша отечественная педагогическая наука и народная педагогика имеют давний опыт использования изобретательного творчества в воспитательных, развивающих и коррекционных целях.

По Михаилу Львовичу Либману, арт-терапия – это использование средств искусства для передачи чувств и иных проявлений психики человека с целью изменения структуры его мироощущения.

В Российской энциклопедии социальной работы указано, что арт-терапия – это способы и технологии реабилитации лиц средствами искусства и художественной деятельности. К средствам искусства относятся: музыка, живопись, литературные произведения, театр и т. д.

В основе современного определения арт-терапии лежат понятия экспрессии, коммуникации, символизации, с действием которых и связано художественное творчество.

Арт-терапия не ставит своей целью сделать человека художником или актером, а направлена, в первую очередь, на решение психологических и педагогических проблем. Она позволяет познавать себя, окружающий мир и является хорошим способом социальной адаптации, т. к. она в основном использует средства невербального общения. Это очень важно для людей, которым сложно выразить свои мысли в словах.

Методика рассматриваемого понятия базируется на убеждении, что внутреннее “Я” человека отражается в зрительных образах всякий раз, когда он спонтанно, не особенно задумываясь о своих произведениях, рисует, пишет картину, лепит. Принято считать, что образы художественного творчества отражают все виды подсознательных процессов, включая страхи, внутренние конфликты, воспоминания детства, сновидения. При их словесном описании у ребенка могут возникнуть затруднения. Поэтому именно невербальные средства часто являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний. Здесь можно говорить о некотором преимуществе арт-терапии перед другими формами психотерапевтической работы:

Если говорить о классической арт-терапии, то она включает в себя только визуальные виды творчества, такие, как: рисование, лепка, живопись, графика и фотография. Но современная арт-терапия насчитывает большее количество видов методик. К ней относят также игротерапию, изотерапию, сказкотерапию, оригами, маскотерапию, драматерапию, музыкотерапию, цветотерапию, песочную терапию, танцевально-двигательную терапию и т. д.

Изобразительные техники и способы должны быть нетрадиционными.

Во-первых, новые изобразительные способы мотивируют деятельность, направляют и удерживают внимание.

Во-вторых, имеет значение получение ребенком необычного опыта. Раз опыт необычен, то при его приобретении снижается контроль сознания, ослабевают механизмы защиты. В таком изображении присутствует больше свободы самовыражения, а значит, неосознанной информации. Маленькие дети с удовольствием включаются в создание изображений необычным способом, например, с помощью сухих листьев или ниток.

Арсенал способов создания изображений широк: акватушь, рисование сыпучими продуктами или засушенными листьями, рисование пальцами и ладонями, пульверизатором и т. д. Немного фантазии, и на песке, приклеенном к бумаге, расцветут цветы, в воздух взлетит фейерверк из мелких бумажек, кляксы превратятся в бабочек, пятна краски — в невиданных животных. Ребята почувствуют свой успех, ведь они смогут победить злых чудовищ, сжечь свои страхи, помирить игрушки.

Сейчас арт-терапия приобрела педагогическое направление. Использование данного термина не связано буквально с лечением заболевания. Имеется в виду “социальное врачевание” личности, изменение стереотипов ее поведения средствами художественного творчества. Педагогическое направление связано с укреплением психического здоровья ребенка и выполняет психогигиенические и коррекционные функции.

Достоинством арт-терапии является “язык” визуальной и пластической экспрессии. Согласно восточной мудрости, “картина может выразить то, что не выразит и тысяча слов”. По мнению Валерии Сергеевны Мухиной и других исследователей, рисунок для детей является не искусством, а речью. Им свойственно стремление рисовать. Это – своеобразное экспериментирование с художественными символами в качестве заместителей реальных объектов. Посредством рисования реализуется потребность личности в самовыражении.

Исследования, проведенные под руководством Людмилы Дмитриевны Лебедевой, показали, что арт-терапевтические занятия позволяют решать следующие важные педагогические задачи.

*Воспитательные.* Взаимодействие строится таким образом, чтобы дети учились корректному общению, сопереживанию, бережным взаимоотношениям со сверстниками и взрослыми. Это способствует нравственному развитию личности. Складываются открытые, доверительные, доброжелательные отношения с педагогом.

*Коррекционные.* Достаточно успешно корректируется образ “Я”, который ранее мог быть деформированным, улучшается самооценка, исчезают неадекватные формы поведения, налаживаются способы взаимодействия с другими людьми.

*Психотерапевтические.* “Лечебный” эффект достигается благодаря тому, что в процессе творческой деятельности создается атмосфера эмоциональной теплоты, доброжелательности. Возникают ощущения психологического комфорта, защищенности, радости, успеха. В результате мобилизуется целебный потенциал эмоций.

*Диагностические.* Арт-терапия позволяет получить сведения о развитии и индивидуальных особенностях ребенка. Это корректный способ понаблюдать за ним в самостоятельной деятельности, лучше узнать его интересы, ценности, увидеть внутренний мир, неповторимость, личностное своеобразие, а также выявить проблемы, подлежащие специальной коррекции.

*Развивающие.* Благодаря использованию различных форм художественной экспрессии складываются условия, при которых каждый ребенок переживает успех в той или иной деятельности, самостоятельно справляется с трудной ситуацией. В целом происходит личностный рост человека, обретается опыт новых форм деятельности, развиваются способности к творчеству, саморегуляции чувств и поведения.

В своей работе я использую следующие приемы:

Рисование пальцами

Этот прием не бывает безразличен ребенку. В связи с нестандартностью ситуации, особыми тактильными ощущениями, экспрессией и нетипичным результатом изображения, оно сопровождается эмоциональным откликом, который может иметь широкий диапазон от ярко отрицательной до ярко положительной.

Марания

В буквальном понимании «марать» — значит «пачкать, грязнить». Определение «марание» выбрано в связи с 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.

Дети не рисуют в том понимании, к которому они привыкли за годы обучения. У мараний нет категорий «правильно-неправильно», «хорошо-плохо», нет эталонов.

Рисование предметами окружающего пространства

Можно рисовать мятой бумагой, резиновым игрушками, кубиками, губками, зубными щетками, палочками, нитками, листьями, коктейльными соломинками, ластиками и чем-то еще. Детская инициатива использовать нетипичные предметы для создания изображений всегда приветствуется, если, конечно, не является вредительством в чистом виде.

Рисование сухими листьями (сыпучими материалами и продуктами)

Сухие листья приносят много радости детям. С помощью листьев и клея 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.

Так же можно создавать изображения с помощью мелких сыпучих материалов и продуктов: круп (манки, овсяных и других хлопьев, пшена, сахарного песка, вермишели и т. д.)

Данная техника создания изображений подходит детям с выраженной моторной неловкостью, негативизмом, зажатостью, способствует процессу адаптации в новом пространстве, дарит чувство успешности.

Трехмерные и плоскостные изображения из газет (бумаги)

Во время творческих действий с газетами и скотчем создается образ, вызывающий положительный отклик у ребенка. Даже деструктивные акты разрывания, комканья, стискивания бумаги нацеливаются именно на созидание Нового. Можно сказать, что из «мусора» возрождается «ценность», из Ничего создается Что-то, также как в процессе изотерапии из неуверенного, робкого, пугливого, затюканного постоянными придирками и нападками ребенка возрождается Личность.

Кроме описанных изобразительных техник и их вариаций, для детей 4-7 лет можно подбирать задания, которые предложены в книгах «Веселое рождество» и «Веселые игры» Рей Гибсон и Дженни Тайлер; «Игры на листе бумаги» Марии Григорьевны Дрезниной; «Рисуем без кисточки» Анны Александровны Фатеевой; «Развитие эмоционального мира детей» Надежды Леонидовны Кряжевой.

В учебном пособии Тамары Семеновны Комаровой и Александра Ильича Савенкова «Коллективное творчество детей» подробно раскрываются три основные формы организации совместной изобразительной деятельности.

• «Совместно-индивидуальная» форма — индивидуальные работы участников, создаваемые согласно единому сюжету или изобразительной технике, на завершающем этапе становятся частью общей композиции. Например, на общем листе пальцами и ладонями дети рисуют насекомых, изображения которых сплетаются в единую картину.

• «Совместно-последовательная» форма — работа по очереди, по принципу эстафеты. Вклад одного участника находится в тесной зависимости от результата действий предыдущего и последующего участников. Например, создание изображения «по кругу». Первый ребенок начинает, второй продолжает и так далее. Таких кругов может быть несколько, до получения результата, удовлетворяющего всех участников группы.

• «Совместно-взаимодействующая» форма — самая сложная в плане организации, когда работа выполняется всеми участниками одновременно, согласование их действий осуществляется на всех этапах. Например, создание на листе ватмана острова, на котором всем жителям будет уютно и интересно жить.

Конечно, необходимо учитывать готовность детей к той или иной форме совместной деятельности. Для того чтобы и процесс, и результат детской коллективной деятельности были успешными, следует начинать с более простой совместно-индивидуальной формы работы, постепенно переходя к более сложным.

Арт-терапия имеет широкие, большие возможности в работе с детьми-дошкольниками, у которых присутствуют различные эмоциональные проблемы, трудности в общении, негативные поведенческие реакции.

В своей работе я, преследую следующие цели:

* снизить эмоциональную тревожность,
* повысить самооценку,
* развить коммуникативные навыки,
* способствовать развитию самосознания,
* улучшить детско-родительские отношения,
* способствовать закреплению положительных поведенческих реакций.

Общее время я распределяю на этапы следующим образом:

Этап 1. Введение и “разогрев”. Предполагает приветствие и подготовку детей к работе, а также создание атмосферы доверия и безопасности.

“Разогрев” представляет собой разные виды физической активности и способы “настройки” на изобразительную работу: общая игра “по теме”, мини-беседа.

Этап 2. Представление и разработка темы, может быть и небольшая дискуссия. Данный этап целесообразно организовать в форме рассказывания или драматизации сказки, игры или путешествия. Можно предложить детям “прожить” образ в движении.

Обычно темы делятся на несколько основных групп. Опираясь на тематические группы Михаила Львовича Либмана (1987), я работала над следующими темами.

1. Темы, связанные с освоением материалов:

* кляксы веселые и грустные,
* добрая и злая клякса,
* пугающие линии,
* гномики-талисманы,
* освободим слона.

2. “Общие” темы, позволяющие исследовать широкий круг проблем и переживаний участников группы:

* нарисованная сказка,
* мишка в рисунке.

3. Темы, связанные с исследованием системы отношений и образа “Я”:

* мы люди – я человек,
* автопортрет,
* мое имя,
* я и моя семья.

4. Темы для парных работ:

* вместе веселее,
* наша бабочка,
* рукавички.

5. Темы, предполагающие совместную изобразительную деятельность участников группы:

* удивительное путешествие,
* семья динозавров,
* открытки на память.

Этап 3. Представляет собой рассказ или комментарии детей о своей изобразительной работе. Они не просто описывают то, что нарисовано, но обычно стараются сочинить сказку об изображенном персонаже.

На этом этапе занятия я могу дать собственные комментарии или оценку хода работы, ее результатов. Также могу задать вопросы детям, направленные на уточнение содержания их работы, а также их переживаний и мыслей. После занятия дети обязательно представляют свои произведения родителям.

Работа в группе ведется самыми разными изобразительными материалами. Наряду с акварельными красками, карандашами, восковыми мелками используются также уголь, специальные краски для работы руками, бумага разных форматов и оттенков, клей, скотч и т. д.

Хочу отметить, как проходило освоение детьми новых материалов. Замкнутые, стеснительные дети с осторожностью прикасались к краскам, но, глядя на остальных, преодолевали свою неуверенность и к концу занятия действовали свободней. От занятия к занятию взаимоотношения детей становились все активнее. Особенно это проявлялось в процессе создания парных и коллективных работ.

Сравнивая высказывания детей при обсуждении в начале и конце цикла, могу отметить, что они стали более развернутые и осознанные. Большинство детей не испытывали затруднений в сочинении сказок по собственным произведениям. Даже те, кто по началу не мог вообще ничего сказать, сочиняли короткие рассказы и могли ответить на вопросы по своему рисунку.

Итак, детская арт-терапия основана на развитии креативности, и помогает ребенку обрести гармонию, а также справиться со многими психологическими проблемами. Арт-терапия для детей помогает проявить скрытые возможности ребенка, не имеет каких-либо ограничений или противопоказаний и является вполне безопасным методом. Творчество, как известно, само по себе обладает целительной силой.