

Использование методов арт-терапии в работе с детьми дошкольного возраста с ОВЗ

*Ярославцева Наталья Алексеевна
МБДОУ № 1 «Детский сад Будущего», воспитатель
(Богданович, Россия)*

Потребности современного мира в области педагогики построены не на формирование у ребенка знаний, умений и навыков, а, прежде всего, на развитие ребенка. В связи с этим, арт-терапевтические методы работы особо актуальны, суть работы которых заключается не в обучении рисованию, а в том, что дети через различные техники, используя специально подобранные материалы, получают возможность выразить себя, выплеснуть накопившиеся эмоции, поделиться своими переживаниями и, таким образом, улучшить свое эмоциональное состояние.

Как известно, эмоциональные переживания – неотъемлемая составляющая внутреннего мира любого человека. Поскольку каждая эмоция имеет физиологическую составляющую, а многие болезни носят психосоматический характер, работа с эмоциональным состоянием ребенка направлена на укрепление его психологического ресурса соматического здоровья. Она важна для всех детей, но особенно для тех, у кого имеются нарушения в развитии, поведении и здоровье.

Термин арт-терапия ввел в употребление в 1938 г. Адриан Хилл. Пионеры арт-терапии опирались на идею Фрейда о том, что внутреннее «Я» человека проявляется в визуальной форме всякий раз, когда он спонтанно рисует и лепит.

Использование арт-терапевтических технологий особенно показано в работе с детьми дошкольного возраста, имеющими различные виды нервно-психических нарушений, таких как, гиперактивность, быстрая утомляемость, импульсивность, раздражительность, агрессивность, страхи, плохая концентрация внимания, и др. Арт-терапия является одним из самых действенных способов для коррекции подобных состояний и улучшений самочувствия ребенка, а также средством развития его творческих и когнитивных способностей.

Арт-терапия не имеет ни ограничений, ни противопоказаний, являясь мягким и безопасным методом при работе с психоэмоциональным состоянием любого ребенка.

Понятие «арт-терапии». Арт-терапия (лат. ars - искусство, греч. therapeia - лечение) представляет собой методику лечения и развития при помощи художественного творчества, при которой происходит выражение эмоциональных переживаний и чувств ребенка посредством специально подобранных техник (кисточка, краски, пластилин, глина и др.).

Арт-терапия – прекрасный способ безболезненно для других выразить свои эмоции и чувства. Дети еще не умеют ясно выражать свои мысли, зато умеют рисовать, лепить, фантазировать. Именно, методы арт-терапии позволяют ребенку выразить свое состояние через рисунок, танец, сказку, игру. Чувства и эмоции нередко находят выражение с помощью используемых детьми символов. Происходит смешение внутренней и внешней реальности. В своем творчестве дети, не задумываясь, рисуют, изображают, воспроизводят то, что чувствуют. Именно «арт-терапия» позволяет добиться положительного развивающего эффекта в работе с детьми и подобрать ту форму, которая наиболее близка и интересна ребенку. Использование художественного творчества оказывает помощь в повышении самооценки и адекватного принятия себя в социуме. В процессе творчества на поверхность выходят многие проблемы, которые были глубоко скрыты и решаются они безболезненно. Использование арт-терапевтических методик успешно проходит при коррекции неврозов и неврозоподобных состояний. Высвобожденные внутренние переживания и чувства находят свое выражение в творческих работах. В ходе терапии характер работы, как правило,

меняется: образы становятся более позитивными, красочными, гармоничными. Этот показатель является одним из критериев эффективности терапии.

Методы арт-терапии успешно применяются с детьми дошкольного возраста, имеющими различные поведенческие и эмоциональные проблемы, нарушения физического развития, соматические заболевания. Эти методы включают индивидуальную и групповую арт-терапию. Хорошие результаты наблюдаются, когда ребенок сначала проходит курс индивидуальной коррекции эмоционально-личностных особенностей, а потом включается в группу.

Арт-терапевтические занятия рекомендуется проводить 1 раз в неделю, длительностью от 15 минут и более, в зависимости от возраста ребенка и сложности запроса. Курс занятий обычно от 3–5 до 12 недель.

Арт-терапия включает в себя такие виды как:

- музыкотерапия – это вид арттерапии, где музыка используется в коррекционных целях;
- куклотерапия – изготовление и применение различных кукол;
- фототерапия – использование фотоматериалов и слайдов в работе с детьми;
- игровая терапия – метод коррекции посредством игры;
- изотерапия – коррекция посредством изобразительной деятельности;
- песочная терапия – сочетание невербальной формы психокоррекции, где основной акцент делается на творческом самовыражении ребенка (композиции из фигурок) и вербальной (рассказ о готовой работе) и др.

Изотерапия как метод арт-терапии. Изотерапия является универсальной технологией, её можно использовать как для отдельной работы с проблемными детьми, так и для совместного детского и детско-родительского творчества.

Изотерапия, с одной стороны, метод художественной рефлексии, позволяет: обогатить и развить внутренний мир ребенка, с другой стороны, технология, позволяющая раскрыть художественные способности ребенка, развивает мелкую моторику, с третьей стороны - это метод психокоррекции, с помощью которого можно корректировать эмоциональное состояние ребёнка и помогать решать его внутренние психические проблемы.

Изотерапия - терапия, в первую очередь, рисованием. Занятия не должны ограничиваться обычным набором изобразительных средств (бумага, кисти, краски) и традиционными способами их использования. Для изотерапии подходят все виды художественных материалов: краски, карандаши, восковые мелки, пастель, бумага различной фактуры, цвета и размера, кисти разных размеров и жесткости, грим, уголь, соленое тесто, глина, сыпучие продукты (крупы, горох, фасоль, макароны) засушенные листья. В последнее время особенно популярны рисование пальцами и ладонями, пульверизатором, губкой или ватными палочками; рисование на стекле, аппликации и т. д.

Итак, остановимся на некоторых техниках изотерапии подробнее.

Техника «Марания». В буквальном понимании «марать» - значит «пачкать, грязнить». В нашем случае, в условиях арт-терапии, речь идет о спонтанных рисунках дошкольников, выполненных в абстрактной манере. 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. Марания могут проходить не только в виде непосредственных раскрашиваний, размазываний.

Марания эффективны для помощи ребенку или родителям выразить свои эмоции. Наиболее насыщенными по воплощению и эмоционально яркими являются гуашевые или акварельные изображения. При помощи мараний можно рисовать такие вещи, как страхи, гнев, в дальнейшем преобразовывать их во что-то позитивное. Их можно облечь в привлекательную для детей форму: они могут замазывать краской вход в пещеру; брызгами, пятнами, разнообразными линиями создавать города, явления природы, сказочных существ; закрашивать цветными мелками собственный силуэт, нарисованный на полу.

У мараний нет категорий «правильно-неправильно», «хорошо-плохо», нет эталонов. Отсутствие критериев оценки мараний исключает и саму оценку, т.е. это снимает тревожность и помогает выплеснуть агрессию, страх и пр.

Техника «Штриховка или каракули». Штриховка – это графика. Изображение создается без красок, с помощью карандашей и мелков. Под штриховкой и каракулями в нашем случае понимается хаотичное или ритмичное нанесение тонких линий на поверхность бумаги, пола, стены, мольберта и пр.

Линии могут выглядеть неразборчивыми, небрежными, неумелыми, либо, наоборот, выверенными и точными. Из отдельных каракулей может сложиться образ, либо сочетание предстанет в абстрактной манере.

Штриховки или каракули могут иметь различное воплощение: заполнение пространства (тонирование, создание фона, закрашивание штрихами выделенной поверхности);

рисование отдельных линий или их сочетаний (передача «характера» и взаимоотношений линий, например, грустной, испугавшейся линии, ссоры; так же появляются волны, лучи солнца, ветер, языки огня, взрывы, препятствия);

изображение объектов и символов в ритмической манере, например, рисование под музыку.

Штриховки или каракули помогают расшевелить ребенка, дают почувствовать нажим карандаша или мелка, снимают напряжение перед рисованием. Штриховки просты в исполнении, занимают непродолжительное время, потому уместны в качестве зачина арт-занятия.

Штриховки и марания происходят в определенном ритме, который оказывает благотворное влияние на эмоциональную сферу ребенка. У каждого ребенка он свой, диктуемый психофизиологическими ритмами организма. Ритм присутствует во всех жизненных циклах, в том числе в режиме дня, чередовании напряжения и расслабления, труда и отдыха и т.д. Ритм создает настрой на активность, тонизирует ребенка.

Техника «Рисунок на стекле». Живопись на стекле (изотерапия) – лечебное воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, декоративно-прикладным искусством.

Коррекционные задачи при использовании «Прозрачного мольберта»:

- коррекция зрения, зрительного восприятия;
- развитие цветовосприятия и сенсорное развитие;
- развитие общей и мелкой моторики;
- развитие речи и мышления в процессе восприятия и отображения;
- преодоление недостатков развития личностных качеств, обусловленных личностной недостаточностью, таких как неуверенность, неумение преодолевать трудности, ранимость, робость, ощущение несостоятельности и др.

Перед тем как предложить ребенку стекло, надо обязательно обработать его кромку в мастерской (техника безопасности). А лучше взять прозрачный пластик или пластиковую доску для лепки.

В отличие от рисования по бумаге, стекло дарит новые визуальные впечатления и тактильные ощущения. Ребят захватывает сам процесс рисования: гуашь скользит мягко, ее можно размазывать и кистью, и пальцами, так как она не впитывается в материал поверхности и долго не высыхает.

Детям нравится рисовать на стеклах больших размеров, на них есть, где развернуться. Прямо в процессе рисования стекло можно промыть мокрой губкой, нанести новый рисунок, снова смыть. Так и поступают реактивные и тревожные дети.

Часто случается, что кто-нибудь выливает на стекло много воды, перегоняет ее из стороны в сторону, собирает губкой, смешивает с краской и т.д. Пространство активности ребенка расширяется за счет вытекания воды за пределы стекла. К тому же консистенция воды значительно отличается от краски. Меньшая плотность и текучесть увеличивают скорость манипуляций, убирают статику и конкретику изображений.

За счет того, что краска не впитывается, сколько бы разноцветных слоев ни наносилось, под ними всегда будет просвечивать прозрачная основа. Благодаря этим свойствам изображение на стекле воспринимается как сиюминутное, временное, лишенное монументальности и постоянства. Только наметки, игра, можно не нести ответственности за результат, так как результата и нет. Ребенок словно не рисует, а тренируется рисовать, и соответственно, имеет право на ошибки и исправления, без болезненных переживаний о свершившемся, которое уже не изменить.

Описанный прием используется для профилактики и коррекции тревожности, социальных страхов и страхов, связанных с результатом деятельности («боюсь ошибиться»). Подходит зажатым детям, так как провоцирует активность. Раскрывает детей, «задавленных и затюканных» замечаниями учителей и родителей, учебными неудачами, нагрузкой, непомерными требованиями. Совместное рисование на одном стекле как проблемная ситуация провоцирует детей устанавливать и поддерживать контакты, формировать умение действовать в конфликте, уступать или отстаивать позиции, договариваться.

Техника «Рисование пальцами». Даже никогда не рисовав пальцами, можно представить особенные тактильные ощущения, которые испытываешь, когда опускаешь палец в гуашь или в пальчиковую краску - плотную, но мягкую, размешиваешь краску в баночке, подцепляешь некоторое количество, переносишь на бумагу и оставляешь первый мазок. Это целый ритуал!

Ради достижения изобразительных эффектов нанесением краски непосредственно ладонями и пальцами от ребенка не требуется развитой мелкой моторной координации. Движения могут быть размашистыми, крупными, экспрессивными или наоборот, точечными, локальными, отрывистыми. Рисование пальцами и ладонями не подвержено влиянию стандартных шаблонов. Так рисовать детей не учат ни в детском саду, ни в школе. Поэтому такой способ создания изображений проективно представляет индивидуальность ребенка.

Рисование пальцами – это разрешенная игра с грязью, в ходе которой деструктивные импульсы и действия выражаются в социально принимаемой форме. Ребенок, незаметно для себя, может осмелиться на действия, которые обычно не делает, так как опасается, не желает или не считает возможным нарушать правила.

Рисование пальцами не бывает безразлично 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. Новый опыт эмоционального принятия себя в процессе рисования, пробы несвойственных ребенку характеристик поведения, расширяют и обогащают образ Я.

Техника «Мандала». Слово мандала означает - «магический круг». Мандала - это зеркало, отпечаток жизни здесь и сейчас.

В основе лежит рисунок в круге. Круг является символом планеты Земля, а также символом защищенности материнского лона. Таким образом, при создании круга очерчивается граница, защищающая физическое и психологическое пространство. Раскрашивать такой круг может каждый.

Шаблоны для раскрашивания можно найти повсюду в интернете и распечатать на принтере. Можно создать основу самому - для этого нужно на бумаге обвести по контуру тарелку, например.

Спонтанная работа с цветом и формой внутри круга способствует изменению состояния сознания ребенка, успокаивает и уравнивает, открывает возможность для духовного роста развитие творческих способностей.

Арттерапия - один из методов психологической работы, использующий возможности искусства для достижения положительных изменений в интеллектуальном, социальном, эмоциональном и личностном развитии детей с ограниченными возможностями здоровья. Творческий характер занятий помогает ребенку открывать в себе что-то новое, лучше понимать себя, развивать свои отношения с другими детьми и миром. В каждом ребенке

предполагается существование таких возможностей, которые можно освободить для самореализации личности. Творческий процесс способствует вытеснению комплексов в сознании и переживании отрицательных эмоций. Это особенно важно для детей с ограниченными возможностями здоровья.

Список источников:

1. 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.
2. Копытин А.И., Практикум по Арт-терапии. – СПб.: Питер, 2001. - 448с.
3. Мардер Л.Д. Цветной мир. Групповая арт-терапевтическая работа с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. М: Генезис, 2006.
4. Использование методов арт-терапии с работе с детьми дошкольного возраста // <http://www.moi-detsad.ru/konsultac/konsultac2714.html>