ГОСУДАРСВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ «СРЕДНЯЯ ШКОЛА Д.ТОМАШОВКА»

ОПИСАНИЕ ОПЫТА ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

«АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ТЕХНИКИ В РАБОТЕ ШКОЛЬНОГО ПСИХОЛОГА»

Голянтич Оксана Александровна,
педагог-психолог,
oksana.goliantich@mail.ru
+375 29 800 88 51

Внутренний мир ребенка с проблемами в развитии сложен. Как помочь таким детям увидеть, услышать, почувствовать все многообразие окружающей среды? Как помочь им познать свое «Я», раскрыть его и войти в мир взрослых, полноценно существовать и взаимодействовать в нем?

* ***Актуальность:***

* В нашей стране последние годы стали временем бурного развития психотерапии и активного освоения её новых форм и моделей. Арт-терапия вызывает большой интерес специалистов и потенциальных клиентов.

Основная цель:

* Гармонизация развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Задачи арт-терапии:

* Дать социально приемлемый выход агрессии и другим негативным чувствам.
* Получить материал для психодиагностики.
* Проработать подавленные мысли и чувства.
* Установить контакт с ребёнком.
* Развить самоконтроль.
* Сконцентрировать внимание на ощущениях и чувствах.
* Развить творческие способности ребёнка и повысить его самооценку.

* **Арт-терапия** (от англ. *art*, искусство) — направление в психотерапии и психологической коррекции, основанное на искусстве и творчестве. В узком смысле слова, под арт-терапией обычно подразумевается терапия изобразительным творчеством, имеющая целью воздействие на психоэмоциональное состояние пациента.

Суть и подходы арт-терапии

Современная арт-терапия включает в себя следующие направления:

- изотерапия — лечебное воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и т. д.;
- имаготерапия — воздействие через образ, театрализацию, драматизацию;
- музыкотерапия — воздействие через восприятие музыки;
- сказкотерапия — воздействие посредством сказки, притчи, легенды;
- кинезитерапия — воздействие через танцевально-двигательную;
- коррекционную ритмику (воздействие движениями);
- игровая терапия и т. д.

Применение арт-терапии в работе с детьми

В структуре арт-терапевтического занятия выделяются две основные части:

- **невербальная**, творческая, неструктурированная часть. Основное средство самовыражения — изобразительная деятельность (рисунок, живопись). Используются разнообразные механизмы невербального самовыражения и визуальной коммуникации.
- **вербальная**, апперцептивная и формально более структурированная часть. Она предполагает словесное обсуждение, а также интерпретацию нарисованных объектов и возникших ассоциаций. Используются механизмывербального самовыражения и визуальной коммуникации.

В арт-терапии используются **индивидуальные** и **групповые** формы работы.

*Изотерапия как метод арт-терапии

Изотерапия — это не просто уроки рисования, а свободное творчество, с применением различных методик, приемов, материалов которые помогают детям выплеснуть свои страхи, эмоции, снять напряжение, тревожность, создать собственные исцеляющие символы.

* Изотерапия может способствовать достижению следующих целей:

* Дать социально приемлемый выход агрессивности и другим негативным чувствам. Работа над рисунками, картинами, скульптурами является безопасным способом “ выпустить пар” и разрядить напряжение.
* Облегчить процесс коррекции. Неосознаваемые внутренние конфликты и переживания часто бывает легче выразить с помощью зрительных образов, чем высказать их в процессе вербальной психотерапии.
* Проработать мысли и чувства, которые воспитанник привык подавлять. Иногда невербальные средства являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний и убеждений.
* Наладить отношения между педагогом и воспитанником. Совместное участие в художественной деятельности может способствовать созданию отношений эмпатии и взаимного принятия.
* Развить чувство внутреннего контроля. Работа над рисунками и картинами или лепка предусматривают упорядочивание цвета и форм.

* Преимущества изотерапии перед другими формами работы:

- практически каждый ребёнок (независимо от своего возраста) может участвовать в изотерапевтической работе, которая не требует от него каких-либо способностей к изобразительной деятельности или художественных навыков;
- изотерапия является средством преимущественно невербального общения. Это делает ее особенно ценной для тех, кто недостаточно хорошо владеет речью, затрудняется в словесном описании своих переживаний;
- изобразительная деятельность является мощным средством сближения людей. Это особенно ценно в ситуациях взаимного отчуждения, при затруднении в налаживании контактов;
- продукты изобразительного творчества являются объективным свидетельством настроений и мыслей ребёнка, что позволяет использовать их для оценки состояния, проведения соответствующих исследований;
- изотерапия является средством свободного самовыражения, предполагает атмосферу доверия, терпимости и внимания к внутреннему миру человека;
- изотерапевтическая работа в большинстве случаев вызывает у детей положительные эмоции, помогает преодолеть апатию и безынициативность,

* Занятия по изотерапии позволяют решать следующие важные педагогические задачи:

1. ***Воспитательная***

- 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.

2. ***Коррекционная***

- Достаточно успешно корректируется образ “Я”, который ранее мог быть деформированным, улучшается самооценка, исчезают неадекватные формы поведения, налаживаются способы взаимодействия с другими людьми. Хорошие результаты достигаются в работе с некоторыми отклонениями в развитии эмоционально-волевой сферы личности.

3. Лечебная

- “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.

4. Развивающая

* Благодаря использованию различных арт-терапевтических приёмов складываются условия, при которых каждый ребенок переживает успех в той или иной деятельности, самостоятельно справляется с трудной ситуацией. Дети учатся вербализации эмоциональных переживаний, открытости в общении, спонтанности. В целом происходит личностный рост человека, обретается опыт новых форм деятельности, развиваются способности к творчеству, саморегуляции чувств и поведения.

5. Диагностическая

* Арттерапия 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, а также выявить проблемы, подлежащие специальной коррекции.

* Занятие с использованием изотерапии проводят в 4 этапа:

* **1. Введение и «разогрев»**
* Введение и “разогрев”. Предполагает приветствие и подготовку участников к работе, а также создание атмосферы доверия и безопасности. Педагог объясняет или напоминает основные правила поведения в группе.
* Последующий “разогрев” представляет собой разные виды физической активности и способы “настройки” на изобразительную работу: общая игра “по теме”, мини-беседа.

2. Этап изобразительной работы

Представление и разработка темы, может быть и небольшая дискуссия. Учитывая небольшой возраст участников, данный этап целесообразно организовать в форме рассказывания или драматизации сказки, игры или путешествия. Можно предложить детям “прожить” образ в движении (Представь, что в тебе зазвучала плавная, нежная музыка. Как ты будешь двигаться).

3. Этап обсуждения

* Обсуждение представляет собой рассказ или комментарии участников о своей изобразительной работе. Они не просто описывают то, что нарисовано, но обычно стараются сочинить сказку об изображенном персонаже.
* При рассказе участников о своих работах другие, как правило, воздерживаются от каких-либо комментариев или оценок, но могут задавать вопросы автору.
* На этом этапе занятия педагог может дать собственные комментарии или оценки хода работы, ее результатов, поведения отдельных участников и т. д. Педагог может также задать вопросы автору, направленные на уточнение содержания его работы, а также его мыслей.

* **4. Завершение**
* Завершение занятия. Предполагает подведение итогов, усиление положительного эмоционального переживания.
* Варианты завершения занятия:
* • «Подари улыбку»
* • «Я хочу подарить тебе…»
* • «Подари тепло своего сердца»
* • «Сви

Заключение

- Дети с удовольствием посещали занятия и бережно относились к своим произведениям. Так же уверенно они использовали и время, отведенное для работы и разделенное на этапы. Хотя не все работали одновременно.
- Дети преодолели коммуникативные барьеры;
- Интересно 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.
- Хочется отметить, что от занятия к занятию взаимодействие детей становилось все активнее. Особенно это проявлялось в процессе создания парных и коллективных работ. Работа в парах часто вызывала споры у дошкольников. Но в процессе детям удавалась найти общее решение, и они с удовольствием представляли результат на обсуждении.
- Сравнивая высказывания детей при обсуждении в начале и конце года, можно отметить, что они стали более развернутые и осознанные. Большинство 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.

Выводы: С помощью изотерапии дети преодолевают страхи и застенчивость, улучшается их эмоциональный настрой, снижаются эмоциональное напряжение, агрессивность, тревожность, и улучшается психологический климат в коллективе.

*Спасибо за внимание!