**Арт-терапия - одна из форм здоровьесберегающих инновационных технологий в работе с детьми.**

В настоящее время в образовательном процессе в качестве основных приоритетов выступает личностно-ориентированное взаимодействие педагога с ребенком, принятие и поддержка его индивидуальности, забота о его психическом здоровье. Для этого необходимо осваивать новые эффективные методы и приемы, способствующие улучшению психического здоровья дошкольников. Одним из таких методов является арт-терапия. Через рисунок, игру, сказку, музыку арт-терапия помогает снять накопленное психическое напряжение, успокоиться, сосредоточиться

Детская арт - терапия – это простой и эффективный способ психологической помощи, основанный на творчестве и игре. Другими словами, это – лечение творчеством.

Посредством несложных, скорее напоминающих детские шалости, упражнений, можно не только диагностировать душевное состояние любого человека (и взрослого, и ребёнка), но и успешно бороться со многими нервными расстройствами.

Арт-терапия – естественный и бережный метод исцеления и развития души через художественное творчество, активно развивающийся как комплекс психотерапевтических методик. Для методов арт-терапии характерно то, что в центре внимания находится не столько произведение искусства (продукт творчества), сколько конкретная и уникальная личность автора с ее потребностями, мотивами, ценностями и стереотипами.

Арт-терапевтические занятия позволяют решать следующие педагогические задачи:

**Воспитательные.** Взаимодействие строится таким образом, чтобы дети учились корректному общению, сопереживанию, бережным взаимоотношениям со сверстниками и взрослыми. Это способствует нравственному развитию личности, обеспечивает ориентацию в системе моральных норм, усвоение этики поведения. Происходит более глубокое понимание себя, своего внутреннего мира (мыслей, чувств, желаний). 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 творческое деятельности создается атмосфера эмоциональной теплоты, доброжелательности, эмпатичного общения, признания ценности личности другого человека, забота о нем, его чувствах, переживаниях. Возникают ощущения психологического комфорта, защищенности, радости, успеха. В результате мобилизуется 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. В процессе занятий легко проявляются характер межличностных отношений и реальное положение каждого в коллективе.

**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. 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.

**Показания для проведения детской арт-терапии:**  
• упрямство;  
• агрессия;  
• страхи; тики, заикание, навязчивости и др.;  
• частая смена настроения;  
• задержки речевого и психического развития;  
• кризисные ситуации;  
• трудности в школе, общении со сверстниками и/или взрослыми;  
• возбудимости или апатичности;  
• изменение места жительства;  
• подготовки к детскому саду / школе и периоде адаптации;  
• потери родительского контроля над ребенком, непослушании.  
• застенчивости и неуверенности в себе;  
• агрессивность;  
• гиперактивность;  
**Основные принципы занятий арт-терапией:**

1.  Желание ребенка — основное условие занятия. Творчество без желания невозможно, и, конечно, невозможен доверительный диалог с ребенком.  
2. Поощрение и благодарность ребенку.  
3. Педагог должен быть  готов к тому, что при диалоге во время занятия на общие вопросы о себе или рисунке ребенок иногда отвечает «Не знаю», и предлагает ему варианты ответов.  
4. Важным условием успешной работы является непосредственное участие самого педагога  в той работе, которую он предлагает. Педагог вместе с ребенком говорит о своем настроении (в начале и в конце занятия), рисует, лепит, рассуждает о тех или иных произведениях, словом, выполняет все задания, которые дает и ребенку. Только тогда у ребенка формируется доверие к педагогу и к той необычной деятельности, которая ему предлагается.  
5. Нужно использовать яркий, красивый, добротный материал, с  которым идет работа на занятии. Краски, карандаши, пластилин, бумага имеют аккуратный вид, ведь ребенок чувствует к себе отношение и через материал, с которым ему предлагают работать. Для тех ребят, которые включаются в работу с неохотой, яркие красивые канцелярские принадлежности и другое оборудование могут стать привлекающим моментом.  
6. На многих занятиях педагог рассказывает  о том или ином явлении. Его монолог более всего полезен, если он содержит элементы гипнотического повествования, т.е. в какой-то степени речь педагога должна вводить в легкий транс с помощью повторения слов, предложений, использования эпитетов, метафор, изменения голоса. Это помогает создать атмосферу необычности, таинственности происходящего и помогает совершиться чуду спонтанного самораскрытия ребенка.  
7. Главное — получать  удовольствие от самого процесса рисования, когда даже каракули и черкания играют роль исцеления!

**Какие бывают виды арт - терапии**

**Изотерапия**- рисование цветным песком, марание, штриховка, каракули, рисование сухими листьями (сыпучими материалами и продуктами),рисование на мокрой бумаге, рисование мятой бумагой, резиновыми игрушками, кубиками, губками, зубными щетками, палочками, нитками, коктейльными соломинками, ластиками, пальчиками на зеркале , на стекле и на бумаге, пластилиновое рисование;

* **Цветотерапия** - (хромотерапия) - это направление, при котором используется воздействие цветовой гаммы на психоэмоциональное состояние дошкольника, на его самочувствие.;
* **Сказкотерапия** — это способ корректирования детских проблем психологического характера. Смысл заключается в том, что для ребенка рассказывается сказка, героем которой является он сам. При этом в самом повествовании сказки для главного героя продуманы определенные трудности, с которыми он должен непременно справиться;
* **Песочная терапия.** Игра с песком - это естественная и доступная для каждого ребенка форма деятельности. Ребенок часто словами не может выразить свои переживания, страхи, и тут ему на помощь приходят игры с песком. Проигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных фигурок, создавая картину собственного мира из песка, ребенок освобождается от напряжения. А самое главное - он приобретает бесценный опыт символического разрешения множества жизненных ситуаций, ведь в настоящей сказке все заканчивается хорошо;
* **Терапия водой.** Вода – первый и любимый всеми детьми объект для исследования. Первое вещество, с которым с удовольствием знакомится ребенок, это вода. Она дает ребенку приятные ощущения, развивает различные рецепторы, предоставляет практически неограниченные возможности развития познавательной активности. Ценность технологии заключается в том, что игры с водой один из самых приятных способов обучения. Это дает возможность использовать эту технологию для познавательно, речевого развития, обогащения эмоционального опыта ребенка, при трудностях с адаптацией;
* **Игротерапия**– воздействие на детей с использованием игр. Игра имеет сильное влияние на развитие личности ребенка, способствует развитию общения, коммуникации, созданию близких отношений, повышает самооценку. В игре формируется произвольное поведение ребенка, его социализация;
* **Музыкотерапия** – один из методов, который укрепляет здоровье детей, доставляет детям удовольствие. Музыка способствует развитию творчества, фантазии. Мелодия действует особенно эффективно для гиперактивных детей, повышает интерес к окружающему миру, способствует развитию культуры ребенка.

Занятия с помощью средств арт-терапии проводятся в индивидуальной и групповой форме, во время НОД, самостоятельной деятельности.

Важно, что для занятий арт - терапией не требуется специальной подготовки. Взаимодействие с детьми при помощи арт - терапии проходит очень плодотворно и интересно. Занятия строятся на игровом сюжете, где дети выполняют определенные задания педагога. Эта замечательная форма позволяет включить в него ряд речевых игр, упражнений, заданий на коррекцию речи, на развитие познавательных и психических процессов, сенсорных навыков.

**Рекомендации по применению методов арт – терапии**

**в работе с детьми**

Для некоторых из вас арт – терапия еще безызвестная область, про которую вы мало слышали и слабо доверяете, может быть некоторые из вас, уже знакомы с арт – терапией, ее методами и особенностями, и, возможно, Вас уже захватил спонтанный, творческий, несущий радость переживаний дух данного метода. Безусловно, кроме творчества у данного метода масса преимуществ – и мы еще раз подчеркнем их.

* Занимаясь с детьми, помните, что их руки еще недостаточно развиты, они неловкие и неуклюжие. Дети еще не умеют регулировать силу, точность, направление движений. Часто отсутствие или несформированность этих умений сердит и расстраивает, подскажите, помогите – как нужно правильно выполнять определенное действие, но, ни в коем случае не критикуйте.
* Если ребенок агрессивен — то в работе с ним стоит предпочесть — лепку. В этом случае рисунок будет только раздражать ребенка, а вот лепка, наоборот — успокоит.
* Всегда имейте самый широкий выбор цветовой палитры — карандашей, красок или фломастеров. Однако, предпочтительней краски. Потому что кисть более пластична и свободна. Усилие нажима и строгость линии, которых требует карандаш, менее способствуют раскрепощению, особенно на первых порах.

**Помните арт – терапия:**

* помогает развивать эмоциональную сферу ребенка, закрепляя доверие к миру;
* помогает легче прожить период адаптации – снимает негативные стрессовые состояния – гнев, тревогу, обиду, резкий уход матери на некоторый промежуток времени и т.д.;
* развивает сенсорные способности ребенка – ощущения, восприятие, интеллект, мелкую моторику, речь, воображение, творческие способности; обогащает социальный опыт ребенка, развивает коммуникабельность ребенка;
* арт – терапия помогает познавать мир, исследовать его, развивать опытную и экспериментальную деятельность;
* помогает развить гармоничную, духовно развитую личность;
* вскрыть проблемы и недостатки в развитии и воспитания ребенка, его переживания и состояния, отношения с миром.

**Список литературы**

**1.**Арт-терапия [Текст]: хрестоматия / сост. и общая ред.А.И.Копытина. - СПб.: Питер, 2001. - 320 с.

**2.**Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании [Текст] / учеб. для студ. сред. и высш.пед. учеб. Заведений / Е. А. Медведева, Л. Н. Комиссарова, Т. А. Добровольская – М.: Академия, 2001. – 248 с.

**3.**Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Практикум по креативной терапии [Текст]: учеб. пособие / Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. - СПб. : Речь, 2003. - 400 с.

**4.**Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Практикум по сказкотерапии [Текст] / Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. - СПб. : ООО "Речь", 2002. - 310 с.

**5.**Практикум по арт-терапии [Текст] / под ред.А.И.Копытина. - СПб. : Питер, 2001. - 448 с.

**6.**Копытин, А.И. Теория и практика арт-терапии [Текст] / Копытин А.И. - СПб. : Питер, 2002. - 368 с.