

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 212»

Мастер-класс для педагогов ДОУ

"Использование элементов арт-терапии в
работе ДОУ"

Подготовила:
педагог-психолог
Зайцева И.Е.

Г. Кемерово

Цель: повысить профессиональное мастерство педагогов и психологов посредством использования арт-терапевтических технологий для формирования эмоциональной стабильности и восстановления психологического здоровья у участников образовательного процесса.

Задачи:

- познакомить участников мастер-класса с опытом использования арттерапевтических технологий и их применением на практике;
- создать положительный эмоциональный климат у участников, используя виды арт-терапии (изотерапию, музыкотерапию, танцетерапию) как одну из форм организации мастер-класса;
- способствовать развитию профессионально-творческой активности, раскрытию внутреннего потенциала каждого педагога, путем создания условий для индивидуальной и коллективной работы. **Ожидаемые**

результаты:

1. Практическое освоение педагогами методов и упражнений в арттерапии, предлагаемых на мастер-классе.
2. Повышение уровня профессиональной компетентности педагогов в области арт-терапии.
3. Рост мотивации участников мастер-класса к формированию собственного стиля творческой психологической деятельности.

Актуальность

Эмоциональное состояние участников образовательного процесса вызывает сегодня серьезную тревогу. У детей отмечается высокая тревожность, часты проявления общей апатии или, напротив, повышенной раздражительности или агрессивности. У педагогов наблюдается повышенная раздражительность на незначительные, мелкие события; переживание негативных эмоций, чувство неосознанного беспокойства, депрессивные состояния. Всё это приводит к тому, что на сегодняшний момент необходимо искать новые средства психолого-педагогической поддержки предупреждения негативных эмоций у участников образовательного процесса.

В качестве инструмента для обеспечения эмоционального благополучия и психолого-педагогической поддержки участников образовательного процесса, можно успешно использовать арт-терапию. Она напрямую связана с изобразительной деятельностью и включает в себя множество разнообразных форм и методов, поэтому уместно будет вести речь об инновационных техниках и приемах, которые могут использоваться участниками образовательного процесса.

Арт-терапия – это один из методов, использующий возможности искусства для достижения положительных изменений в интеллектуальном, социальном, эмоциональном и личностном развитии человека. Это метод воздействия на человека с помощью рисования, лепки, танцев, сказок. Все это очень близко детям. В этом одно из преимуществ арт-терапии для детей. Она способствует самовыражению: застенчивым и нерешительным в своих действиях она помогает избавиться от страха; гиперактивным, агрессивным – переключиться на более спокойный вид деятельности. И, что очень важно, позволяет любому быстро и просто научиться отображать воображаемый мир.

Во избежание смешивания терапевтических и образовательных компонентов некоторые авторы публикаций используют вместо слов «арт-терапия» такие понятия, как «арт-метод», т.е. «методы, основанные на творческой активности», «методы творческого самовыражения».

Арт-метод в научно-педагогическом понятии – это забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, группы, коллектива средствами спонтанной художественной деятельности. Арт-терапевтические методы работы с детьми и взрослыми – это безопасный способ разрядки разрушительных эмоций. Он позволяет проработать мысли и эмоции, которые человек привык подавлять, повышает адаптационные способности человека к повседневной жизни, снижает утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления, связанные с обучением у детей, работой у педагогов и воспитанием у родителей.

Современная арт-терапия включает множество направлений.

В работе с детьми и взрослыми можно успешно применять такие арттерапевтические методы как музыкотерапия, сказкотерапия, танцетерапия, фототерапия, изотерапия.

Музыкотерапия очень эффективна в коррекции нарушения общения, возникающее по разным причинам. Контакт с помощью музыки безопасен, ненавязчив, индивидуализирован, снимает страхи, напряжённость.

Сказкотерапия – метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром. Из всего многообразия художественных материалов для чтения – рассказы, повести, романы, стихи, поэмы – в решении проблем агрессивного, неуверенного поведения, принятия своих чувств, мы используем сказки и притчи. Это примеры живой образности речи, способствующие разрешению внутренних конфликтов и снятию эмоционального напряжения, изменению жизненной позиции и поведения.

Танцетерапия – выражение своих чувств и эмоций в свободном движении и импровизации под музыку.

Фототерапия – создание или восприятие фотографических образов, дополняемое их обсуждением и разными видами творческой деятельности, включая изобразительное искусство, движение, танец, сочинение историй, стихотворений.

Песочная терапия – один из основных механизмов позитивного воздействия песочной терапии основан на том, что ребёнок получает опыт создания маленького мира, являющегося символическим выражением его способности и права строить свою жизнь, свой мир собственными руками.

Изотерапия – это мощное средство самовыражения, облегчающее путь для проявления чувств. Терапия искусством позволяет максимально реализовать творческие способности, помогает познать своё предназначение. Благодаря рисованию, человек легче воспринимает болезненные для него события.

Упражнение «Волшебный рисунок»

– Предлагаю Вашему вниманию упражнение, которое называется "Волшебный рисунок". Это упражнение поможет Вам выразить эмоциональное состояние, научит видеть и чувствовать настроение своих партнеров

– Попрошу Вас разделить на две команды, придумайте название своим командам. Я Вам предлагаю выбрать эмоцию-смайлик, угадать, что это за эмоция и изобразить ее на рисунке в виде какого-то образа восковыми свечами. А теперь поменяйтесь своими рисунками-невидимками с другой командой. Чтобы проявить полученный рисунок-невидимку, нужно закрасить лист краской любого цвета по вашему выбору. Молодцы! Расскажите, пожалуйста, какие волшебные рисунки у Вас получились, дайте им название.

Сегодня мы уделим большее внимание **изотерапии**. В отличие от занятий изобразительным искусством, как организованной деятельности по обучению рукоделию или рисованию, при проведении изотерапии важен творческий процесс как таковой, а также особенности внутреннего мира творца. Важно не научить ребенка рисовать или лепить, а помочь научиться выражать собственные чувства средствами искусства, справиться с проблемами, вызывающими у него негативные эмоции, и дать выход творческой энергии.

Кроме этого, изобразительная деятельность выступает важнейшим инструментом коммуникации, позволяет восполнить дефицит общения и построить более гармоничные отношения со сверстниками и внешним миром.

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 и т.д.

Остановимся на некоторых техниках изотерапии.

Марание: рисование ладошками, ножками, пальчиками, кулачками.

В буквальном понимании «марать» – значит, «пачкать, грязнить». Здесь нет категорий «правильно – неправильно». Такой способ создания изображений проективно представляет индивидуальность ребенка, приводит детей к собственным маленьким открытиям.

Естественность такого рисования способствует тому, что ребенок «забывает» о социальных запретах и незаметно для себя может осмелиться на действия, которые обычно не делает. Далеко не все дети старшего возраста по собственной инициативе переходят на такое рисование. Как правило, это дети с жесткими социальными установками поведения, ориентированные на раннее развитие, а также те, в которых родители видят «маленьких взрослых», от которых ждут зрелого поведения, сдержанности, разумности мнений. *Именно для таких детей «игры с грязью» служат профилактикой и коррекцией тревожности, социальных страхов, подавленности.*

Штриховка, каракули

Это графика. Самое доступное упражнение, для которого необходимы только бумага и карандаш (ручка, фломастер). Человек свободно, не задумываясь о результате, рисует на листе бумаги клубок линий, затем пробует разглядеть в нем и описать какой-то образ, можно играть в дорисовки, когда каракули дорисовываются до образа.

Рисование цветными карандашами, скрепленными резинкой или скотчем, или карандашом с трёхцветным стержнем. Есть фломастеры, которые меняют цвет предыдущего рисунка. Это завораживает детей, вызывает желание экспериментировать. *Используется при коррекции истерических состояний. Взрослые часто интуитивно рисуют каракули, узоры во время совещаний. Штриховка и каракули помогают почувствовать нажим карандаша или мелка, снимают напряжение.*

Акватушь

Техника проста, необычна и близка детским играм с водой. Первым слоем на лист бумаги крупными мазками наносится гуашевый рисунок. После его высыхания, вторым слоем весь лист покрывается черной тушью, высушивается. Затем рисунок опускается в воду. В воде тушь почти смывается, а гуашь – лишь частично. В результате, на черном фоне остаётся тонированный рисунок с размытыми контурами. Каждый этап работы удерживает внимание и интерес ребенка.

Выполняя работу, дети с дефицитом внимания приобретают возможность получить радость от поэтапной деятельности с

отодвинутым результатом, а испытывающие негативизм получают побудительный мотив для включения в творческую деятельность.

Кляксография

«Кляксография» — довольно известный способ рисования, развивает воображение, выполняется раздуванием капельки краски в разных направлениях, трудности вызывает у детей, когда требуется оживить, додумать образ, задать нужное направление и силу выдоха при раздувании. *В качестве терапии используется при повышенной возбудимости.*

Монотипия (Практическая работа)

Пейзажная: на гладкой поверхности – стекле, пластмассовой доске, пленке, толстой глянцевой бумаге – делается рисунок гуашевой краской. Сверху накладывается лист бумаги и придавливается к поверхности. Снимать бумагу можно по-разному: рывком, боком, раскачиванием. Получается оттиск с разными эффектами в зеркальном отражении. На одной и той же основе можно делать несколько оттисков. Действия можно повторять до тех пор, пока процедура будет приносить удовольствие, или же до получения наиболее привлекательного результата. Прямо в процессе рисования стекло можно промыть мокрой губкой, нанести новый рисунок, снова смыть. Так и поступают гиперактивные 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. Это характерно для детей с проблемами аффективно-личностного плана. *Описанный прием используется для профилактики и коррекции тревожности и страхов.*

Это базовая графическая техника, не только развивает тактильные ощущения, воображение, снимает мышечное напряжение, но и доставляет радость.

Тестопластика

Полезна детям с алергопатологией, гиперактивным детям, со страхами, тревожностью, а также с агрессией. Пластичность материала позволяет вносить многочисленные изменения в работу, что положительно сказывается на эмоциональном состоянии. И, что важно, изделия из теста достаточно прочны и с ними можно играть.

Очень похожа на тесто глина. Работая с глиной, агрессивный ребенок находит выход своим чувствам, а неуверенный в себе, занимаясь лепкой, учится контролировать ситуацию. Неусидчивым глину помогает научиться концентрироваться. Во время лепки глину можно рвать, крошить, резать, ломать изделия, а потом все начинать сначала, создавая желаемый образ.

Рисунок на пене. (Практическая работа)

Пена для бритья – очень необычная поверхность для рисования. Краску на ней можно растягивать и закручивать красивыми виньетками, завитками и другими узорами. Процесс напоминает эбру (рисование на воде), а каждый новый рисунок получается уникальным.

При рисовании на пене для бритья используется принцип монотипии – рисование с помощью уникальных отпечатков. Бумагу с такими необычными узорами можно использовать для упаковки подарков, для создания открыток и панно, как фон для аппликаций и т.д. *Эта техника помогает развитию фантазии, воображения, оказывает удивительный успокоительный эффект. Рекомендуются для профилактики и коррекции тревожности и страхов.*

3D-рисунок (Практическая работа)

Многие дети обводят на бумаге контуры рук. Превратить такой контур в объемный рисунок совсем не сложно. Для этого понадобятся только разноцветные фломастеры и терпение. Как правило, дети выполняют работу индивидуально, каждый создает свой рисунок или трехмерное изображение. Но особое удовольствие доставляет создание коллективных работ.

В процессе коллективного выполнения задания обеспечиваются условия для развития умений договариваться, уступать, вносить собственный вклад в общее дело, проявлять инициативу, отстаивать собственное пространство. По завершении происходит процесс совместного любования общим продуктом.

Эффект техники: всегда зрителей привлекает то, что заставляет взглянуть на мир по новому или же что «ломает наш мозг».

Зрительномоторная координация, успокаивает.

Мандала

Рисование мандал является прекрасным лечением для тех детей, которые подвержены различным страхам. Во время рисования страхи, которые спят глубоко в подсознании, исчезают, так как появляется состояние полного расслабления.

Медитация с мандалами также является формой очень эффективного самолечения, как для детей, так и для взрослых.

Также в процессе рисования мандал оживает генетическая память и прорабатываются аспекты прошлых воплощений. Приятно наблюдать за изменениями, которые происходят с людьми при работе с мандалами.

Налаживаются отношения с детьми, в семье, на работе.

Это очень глубинная работа, и чем больше соприкасаешься с прекрасным миром мандал, тем больше понимаешь глубину знаний, и область их применения, а на работе, во время какого-нибудь собрания, можно нарисовать ее обычной шариковой ручкой, штрихами с разным направлением и с разной силой нажатия.

Интуитивное рисование (Практическая работа – рисование под музыку)

Почему же именно интуитивная живопись помогает обрести то комфортное, гармоничное состояние, о котором многие люди в суете дней уже успели позабыть? Дело в том, что интуитивное рисование не требует от человека никаких специальных художественных навыков, умений и знаний. Здесь нет канонов и четких правил. Единственное, что нужно понимать и к чему стремиться – это дать полную свободу и волю своим чувствам, эмоциям и интуиции. В процессе такого рисования Вы можете дать своей душе и сердцу место для творческого и нестандартного самовыражения, отправляясь в увлекательное путешествие в глубину своего внутреннего мира. Это дает просто потрясающие возможности для новых удивительных открытий, озарений и осознаний. Помимо того, что человек отлично отдыхает и расслабляется в процессе интуитивного рисования, он также может найти способы решения своих задач и проблем, которые ранее не получалось разрешить.

Объемная аппликация, трехмерные изображения из газет (фольги, бумаги)

Можно использовать всё, что под рукой, бросовый материал. Газеты, легко мнутся, склеиваются, окрашиваются. К газете надежно приклеивается скотч, на нее хорошо ложится гуашь.

Салфетки, фантики от конфет, вата, шерсть, пух, веточки, цветы и т.д. Во время творческих действий с газетами и скотчем создается образ, вызывающий положительный отклик у ребенка. Как правило, дети выполняют работу индивидуально, каждый создает свой рисунок или трехмерное изображение. Но особое удовольствие доставляет создание коллективных работ. В процессе коллективного выполнения задания обеспечиваются условия для развития умений договариваться, уступать, вносить собственный вклад в общее дело, проявлять инициативу, отстаивать собственное пространство. По завершении происходит процесс совместного любования общим продуктом.

Практическая работа – вместе строим арки из газет.

Итог выступления: Словом, материалы безграничны. Можно сказать, что из «мусора» возрождается «ценность». Работая, участники не задумываются о конечном результате. Они получают удовольствие от самого процесса. Поэтому арт-терапия так эффективна.

Рефлексия

– Что почувствовали, когда работали, что хотите взять в свой арсенал, что мешало? Ваши пожелания организаторам.

Вывод: сочетая в своей работе разнообразные техники арт-терапии, достаточно быстро можно добиться положительных результатов, так как

подобная деятельность является очень необычной, интересной и увлекательной, а это в свою очередь, помогает участникам педагогического процесса наладить взаимодействие и достичь желаемого эффекта.

– Спасибо за внимание!