

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение города Нижневартовска
детский сад №17 «Ладушки»

Мастер-класс

**«Арт-терапия как средство коррекции эмоционально-волевой сферы
у обучающихся с ОВЗ».**

Подготовил:
педагог-психолог Охременко А.А.

г. Нижневартовск

«Арт-терапия как средство коррекции эмоционально-волевой сферы у обучающихся с ОВЗ».

Цель:

- Повышение профессиональной компетентности педагогов в вопросах взаимодействия с детьми, которые испытывают трудности в общении, тревожность или проявляют гиперактивность, раздражительность, агрессию в повседневной деятельности;
- Знакомство с арт-терапевтическими технологиями, применяемыми в работе с детьми;
- Формирование эмоциональной стабильности у участников образовательных отношений.

Задачи:

- Познакомить с опытом использования арт-терапевтических технологий на практике;
- Создать положительный эмоциональный климат в коллективе при помощи методов арт-терапии;
- Развивать профессионально-творческую активность;
- Создать условия для индивидуальной и коллективной работы, раскрыть внутренний потенциал каждого педагога.

Тема моего самообразования: «Арт-терапия, как средство развития эмоционально-личностной сферы детей дошкольного возраста». Несколько слов, почему я считаю эту тему актуальной. Дошкольное воспитание в основном ориентировано на обеспечение познавательного развития детей. Однако в дошкольном возрасте ребёнок овладевает не только знаниями, умениями, навыками, но и происходит становление базовых свойств его личности: самооценки и образа Я, эмоциональной сферы, нравственных ценностей и установок. К сожалению, одной из актуальных для современного дошкольного образования является проблема ухудшения психологического здоровья детей: современные дети более интеллектуально развиты и вместе с тем более инфантильны, эмоционально равнодушны, у многих детей повышен уровень тревожности, агрессивности, занижена самооценка. И здесь нам, специалистам, на помощь приходит арт-терапия.

Большое преимущество арт-терапии заключается в том, что она не имеет противопоказаний и дает результаты при работе с детьми даже при наличии затруднений в коммуникации с социумом. Она предоставляет возможность проигрывать, переживать, осознавать конфликтную ситуацию наиболее удобным для психики детей способом. При арт-терапевтической работе с детьми применяются как индивидуальные, так и групповые занятия.

Арт-терапия — это метод воздействия на человека с помощью рисования, лепки, танцев, сказок. Все это близко детям и помогает им в самовыражении: застенчивым и нерешительным — избавиться от страха; гиперактивным, агрессивным — переключиться на более спокойный вид деятельности.

Арт-терапия позволяет проработать мысли и эмоции, которые ребенок привык подавлять; повышает адаптационные способности к повседневной жизни; снижает утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления.

В работе с детьми применяют **арт-терапевтические технологии**:

Музыкотерапия — при коррекции нарушения общения. Контакт с помощью музыки безопасен, ненавязчив, индивидуализирован, снимает страхи, напряженность.

Сказка-терапия — для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром. С помощью сказка-терапии разрешают внутренние конфликты и снимают эмоциональное напряжение, изменяют жизненную позицию и поведение.

Танце-терапия — для выражения чувств и эмоций в свободном движении и импровизации под музыку.

Песочная терапия — для того, чтобы ребенок получил опыт создания маленького мира, который является символическим выражением его способности и права строить свою жизнь, свой мир собственными руками.

Изо-терапия — для самовыражения, проявления чувств. Изо-терапия позволяет максимально реализовать творческие способности. Благодаря рисованию, ребенок легче воспринимает болезненные для него события.

В своей работе я использую такие технологии:

Изо-терапия - одно из направлений арт-терапии; психотерапевтическая работа с использованием методов изобразительного искусства. Изо-терапия опирается на психологию

творчества и применяет благотворное воздействие рисования в психотерапевтических целях. Щадящая методика такой психотерапевтической практики позволяет успешно использовать терапию в работе не только с взрослыми, но и с маленькими детьми.

Цветотерапия - метод психологической коррекции при помощи цвета. В рамках традиционной психологии неоднократно проводились исследования по воздействию того или иного цвета на психологическое состояние. Цветотерапия использует данные этих исследований в практических целях для формирования гармоничного состояния индивида в ходе занятий цветотерапией.

Песочная терапия — один из методов психотерапии, возникший в рамках аналитической психологии. Это способ общения с миром и самим собой; способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития. Песочная терапия дает возможность прикоснуться к глубинному, подлинному Я, восстановить свою психическую целостность, собрать свой уникальный образ, картину мира.

Практическая часть мастер-класса

1. Организационный момент

Цели: активизировать участников, создать положительный эмоциональный настрой.

Упражнение «Рисунок на спине»

Инструкция. поприветствуйте участников мастер-класса, предложите встать в круг друг за другом, на расстоянии чуть меньше вытянутой руки.

Педагог-психолог: сейчас, я расскажу вам сказку, которую мы нарисуем друг у друга на спине. Приготовим лист бумаги, разгладим его (*участники гладят ладошками спину впереди стоящего игрока*). Жила-была девочка (*рисуют пальцем человечка*). Она очень любила гулять в лесу (*рисуют деревья*). Однажды она пошла на прогулку (*пальцами изображают идущие ноги*), везде были большие сугробы, ноги проваливались в снег (*поднимают высоко пальцы-ноги*). Выглянуло яркое солнце (*рисуют солнце на спине партнера*). Солнечные лучи начали пригревать ее спину (*гладят ладошками спины друг друга*). Вдруг появились тучи (*рисуют тучи*). Начался сильный снегопад и град (*показывают, как падает снег*). Подул ветер (*волнообразные движения руками по спине*). Снег и ветер стихли. Сугробы стали еще выше, а на деревьях появились «ледяные зеркала» (*рисуются сосульки*). Любимым занятием девочки было смотреть на свое отражение в сосульку и улыбаться ему (*участники поворачиваются лицом в круг и улыбаются друг другу*).

Вопросы для обсуждения:

➤ Что вы испытывали, когда рисовали у вас на спине, и когда рисовали сами?

Упражнение «История из жизни цветов»

Педагог-психолог: Сегодня я расскажу вам одну интересную историю из жизни цветов. Но для начала давайте вспомним, какие цвета бывают. Я назову первый, а вы будете продолжать, договорились? Итак, красный... (*Участники называют известные им цвета.*) Выберите двух участников, которые будут рисовать сказку на стекле по моим словам.

История из жизни цветов

Жили-были два цвета: Желтый и Синий. Они не были знакомы друг с другом, и каждый считал себя самым нужным, самым красивым, самым-самым лучшим цветом. Но как-то они случайно встретились... Ой, что тут тогда началось! Каждый отчаянно пытался доказать, что именно он лучший. Желтый говорил: «Посмотри на меня! Посмотри, какой я яркий, лучистый. Я цвет солнца. Я цвет песка в летний день. Я цвет, который приносит радость и тепло.» Синий же отвечал: «Ну и что! А я цвет неба. Я цвет морей и океанов. Я цвет, который дарит покой.» — «Нет! Все равно я самый лучший!» — спорил Желтый. — «Нет, лучший это я!» — не сдавался Синий.

И так они спорили и спорили... Спорили и спорили... Пока не услышал их пролетавший мимо ветер. Тогда он ка-а-ак дунул. Все кругом закружилось, перемешалось. Перемешались и эти два спорщика... Желтый цвет и Синий... А когда ветер стих, то Желтый и Синий увидели рядом с собой еще один цвет — Зеленый! А тот смотрел на них и улыбался. «Друзья! — обратился он к ним. — Посмотрите, благодаря вам появился я! Цвет лугов. Цвет деревьев. Это настоящее чудо!» Желтый и Синий задумались на минутку, а потом улыбнулись в ответ, и сказали: «Да, ты прав! Это же действительно чудо! И мы не будем больше ссориться. Ведь каждый действительно красив и необходим по-своему. И есть небо и солнце, моря и луга, радость

и умиротворение. Благодаря нам всем мир становится ярким, интересным и разноцветным!» И взявшись втроем за руки, они весело рассмеялись. Так им стало хорошо.

Педагог-психолог: Предлагаю вместе сотворить чудо. Для этого разделитесь на пары и возьмите один альбомный лист, краски и две кисточки. Спросите своего партнера, каким цветом он хотел бы сейчас рисовать? После того как он выберет цвет, скажите ему о своем выборе. Вы помните, как получилось чудо в истории, которую я вам рассказала и показала? Да, правильно, там перемешались друг с другом два цвета: желтый и синий. И получился зеленый! Так и вы сейчас попробуете это сделать со своими цветами. Для этого один из вас начинает рисовать своим цветом с одного края листа и тихонько продвигается к середине. Второй рисует с другого края. А когда вы встретитесь — то произойдет чудо! Посмотрите, какой цвет у вас получился!

Вопросы для обсуждения:

- Сколько теперь всего цветов на листке бумаги?
- Из-за чего спорили Желтый и Синий?
- Почему потом Желтый и Синий решили больше не ссориться?

Примечание. Сопроводите рассказ фотографиями или картинками соответствующей тематики. Например, когда в истории идет спор между Желтым и Синим, покажите ребенку фотографии неба, солнца, песка, моря и т. д., когда появится Зеленый, — фотографии луга, растений.

3. Танцевальная терапия Упражнение «Круговые танцы»

Инструкция. Звучит спокойная музыка, участники кружатся в медленном темпе. Когда произносите: «Танцы в двойках», они объединяются в пары и продолжают кружиться. Далее объявляйте танцы в тройках и в общем круге.

4. Песочная терапия

Упражнение «Полушарное рисование песком»

Педагог-психолог: Наберите песок двумя руками так, чтобы он сыпался из кулачков. Теперь нарисуйте: одновременно два одинаковых круга; два одинаковых глаза; два одинаковых цветка; два разных цветка.

5. Упражнение «Каракули»

Инструкция. Для упражнения необходимы бумага и карандаш (ручка, фломастер). Участники свободно, не задумываясь о результате, рисуют на листе клубок линий, пробуют разглядеть в нем и описать какой-то образ. Каракули можно дорисовывать. Если рисовать цветными карандашами, которые скреплены резинкой или скотчем, или карандашом с трехцветным стержнем, то это заворочит ребенка, вызовет желание экспериментировать.

Примечание. Упражнение «Каракули» используют при коррекции истерических состояний. Штриховка и каракули помогают почувствовать нажим карандаша или мелка, снимают напряжение.

6. Рефлексия

Упражнение «Полянка настроения»

Коллективная картина на ватмане. (рисование красками из пены для бритья)

Что вы почувствовали, когда выполняли упражнения?

Какие техники арт-терапии будете использовать в своей работе?

Что не понравилось?