

Мастер-класс для педагогов

«Арт-терапия в работе с дошкольниками»

Цели: повысить профессиональное мастерство педагогов с помощью арт-терапевтических технологий; сформировать эмоциональную стабильность 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.

Оборудование: по количеству педагогов ½ альбомного листа, карандаши, трубочки, листы формата А4; кисточки, ватные палочки, зубочистки, салфетки, пипетки, пена для бритья, линейки, музыкальные инструменты; полоски цветной бумаги.

В каждой группе есть дети, которые испытывают трудности в общении, тревожность или проявляют гиперактивность, раздражительность, агрессию, вам приходится уделять им повышенное внимание. Чтобы повысить вашу профессиональную компетентность в вопросах взаимодействия с такими детьми в повседневной деятельности, мы поговорим сегодня об арт-терапевтических техниках. Тема нашего мастер-класса звучит - "Арт-терапия в работе с дошкольниками".

Термин «арт-терапия» (Art Therapy) был введен художником Адрианом Хиллом в 1938 г. Работая с больными, он заметил, что творческие занятия отвлекают пациентов от переживаний и помогают справиться с болезнью. Сочетание слов «арт-терапия» (art (англ.) - искусство, therapeia (греч.) - забота, лечение) понимают как заботу о психологическом здоровье и эмоциональном самочувствии человека посредством творчества.

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 повышает адаптационные способности к повседневной жизни; снижает утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления.

В работе с детьми применяют **арт-терапевтические техники**. Сегодня мы попробуем некоторые из этих техник с вами.

1. Организационный момент

Цели: активизировать участников, создать положительный эмоциональный настрой.

Немного поиграем. **Музыкальная игра «Все друзья»**

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

В отличие от занятий изобразительным искусством, как организованной деятельности по обучению 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.

Для изотерапии подходят все материалы для изобразительной деятельности: краски, карандаши, восковые мелки, пастель, бумага различной фактуры, цвета и размера, кисти разных размеров и жесткости, грим, уголь, соленое тесто, глина и т. д.

Техника «Марания». В буквальном понимании «марать» - значит «пачкать, грязнить». В данном случае, в условиях арт-сессии, речь идет о спонтанных рисунках детей дошкольников, выполненных в абстрактной манере, имеющих схожесть с рисунками доизобразительного периода. В технике «марания» отсутствуют структурированные изображения и сюжеты, зато есть самые различные сочетания отвлеченных форм и цветовых пятен. Достаточно широк выбор способов создания рисунков: это могут быть и ритмичность движения руки, и композиционная случайность нанесения мазков и штрихов, и размазывание и разбрызгивание красок, и нанесении множества слоев и смешивании цветов.

Здесь нет категорий «правильно — неправильно».

Не все дети старшего возраста по собственной инициативе переходят на такое рисование. Для кого оно прежде всего предназначено? Это дети, в которых родители видят «маленьких взрослых» и ждут от них зрелого поведения, сдержанности, разумности мнений. Для таких детей упражнение «Марание» служит профилактикой и коррекцией тревожности, социальных страхов, подавленности.

Техника «Каракули»

Для упражнения нам необходимы половина листа и карандаш. На половине альбомного листа простым карандашом «накарябайте» что-нибудь. Для этого проведите сначала длинную линию в любом направлении, а затем свободно «покружите» по бумаге, рисуя петли и изгибы, пересекая уже нарисованные линии новыми. При этом старайтесь не отрывать карандаша от бумаги. Когда вы почувствуете, что линий достаточно, остановитесь. У вас получились каракули!

Внимательно рассмотрите получившиеся каракули. «Включите» своё воображение и поищите среди линий морских животных, птиц, рыб. Если вам это не удаётся сделать, и вы не видите ни одного образа, переверните лист бумаги, и продолжите поиск. На одном листе бумаги вы можете найти только одну фигуру, а можете отыскать сразу несколько объектов. Чтобы найденные вами образы не потерялись среди линий, выделите их фломастером. Раскрасьте их! Не правда ли красиво получилось?

Мне удалось разглядеть дельфина, камбалу, рыбку с большим хвостом.

Можно скрепить карандаши резинкой то получится новый, неожиданный цветной след, он заворочит ребенка, вызовет желание экспериментировать.

Упражнение «Каракули» используют при коррекции истерических состояний.

Упражнение «Кляксография»

С помощью трубочки раздуваем каплю краски. У меня получилось вот такая ветка рябины. Прическа. Ежик. Попробуйте и вы «оживить» свои кляксы, додумать образ, задать нужное направление и силу выдоха при раздувании.

Используется чаще самый распространенный - **капельный метод**. Здесь потребуется широкая, объемная кисть. Ее следует тщательно напитать краской, и затем, расположив ее над листком бумаги начать разбрызгивать акварель. Если вы хотите чтобы капли оросили небольшой участок, постучите кисточкой о палец или руку. Когда же кистью просто встряхивают, область разбрызгивания увеличивается. Для точечного нанесения краски используют пипетку. Образец мой

Второй метод – метод растекания.

Для этого в угол листа с помощью кисти наносят большую кляксу. Важно, краска должна быть очень жидкой. Затем с помощью питьевой трубочки начинают раздувать краску по поверхности бумаги. Желательно направлять акварель в разные стороны. Теперь присмотритесь к полученному рисунку, что он вам напоминает? Образец мой

В качестве арт-терапии используйте это упражнение, когда видна повышенная возбудимость.

Техника «Рисунок на пене», аналог рисования техникой эбру (рисование на воде)

- Нанесите немного пены на плоскую основу слоем 1-2 см., разровняйте ее поверхность с помощью линейки.

- Капните на пену краски разных цветов.

- При помощи зубочистки растяните капли краски, нанесите хаотичные линии или создайте определенный рисунок, соответствующий вашему настроению.

- Когда изображение будет готово, приложите к нему лист бумаги и немного прижмите так, чтобы изображение отпечаталось на листе.

- Аккуратно, чтобы не испортить рисунок, снимите бумагу и положите ее рисунком вверх.

- Снимите с рисунка остаток пены, проведя по нему линейкой в одном направлении.

- Оставьте рисунок сохнуть.

- Какие эмоции вы испытывали во время рисования? Как вы назовете свой рисунок?

Если смешать пену, клей ПВА и гуашь, то можно будет рисовать цветной пеной на ватмане. Его можно красиво обрезать фигурными ножницами и приклеить на картон.

Эта техника помогает развитию фантазии, воображения, снимает напряжение. Рекомендуется для профилактики и коррекции тревожности и страхов.

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.

фоном звучит музыка Marconi Union — Weightless

МУЗЫКОТЕРАПИЯ используется при коррекции нарушения общения.

Чтобы занять внимание чада, взрослые нередко предоставляют бесконтрольный доступ к телевидению, а также к компьютеру. Ребенок смотрит фильмы ужасов, играет в «стрелялки». Его психика еще не адаптировалась полностью к реалиям взрослой жизни, поэтому агрессив-

ное поведение героев кинокартин, малыш проецирует на себя и начинает вести себя агрессивно.

В музыкотерапии для дошкольников используются две главные формы: пассивная, иногда ее называют рецептивной, и активная форма. При активной терапии с помощью музыки детишки принимают активное, непосредственное участие, путем использования различных музыкальных инструментов или пением.

Упражнение «Музыкальные диалоги»

- Выберите себе музыкальный инструмент. Сыграйте на нем свое имя. Подумайте, как оно может звучать.

Далее выбирают четырех человек для исполнения музыкальных композиций по темам:

«Я - хорошая»,

«Я - хорошая, когда мама хвалит»,

«Я - хорошая, когда папа хвалит»,

«Не хвалят, а как хотелось бы, чтобы хвалили».

«Мама и дочь, которая разбила любимую вазу». Обратите внимание на чувства, эмоции музыкантов.

Рецептивная музыкотерапия для детей - это сам процесс восприятия музыки с различных носителей.

- рисование, лепка из специального теста или пластилина под музыку;
- подвижные, активные игры с использованием музыки;
- пантомима;
- сочинение дошколятами историй, сказок после прослушивания музыки, изображение своего настроения с помощью красок или танца;
- хоровое или сольное пение.

В 2003 году музыкальная терапия была признана Министерством здравоохранения как официальная медицина. Если сравнивать музыку с лекарствами, то религиозная музыка – анальгетик в мире звуков, она облегчает боль. Пение веселых песен помогает при сердечных недугах, способствует долголетию. Но самый большой эффект на человека оказывают мелодии Моцарта. Этот музыкальный феномен, до конца ещё не объяснённый, так и назвали – “эффект Моцарта”.

Лечебное воздействие имеет не только классическая музыка. По источникам зарубежной печати, ученые после многих исследований установили, что песня рок группы „Маркони Юнион“ из Манчестера „Легкость“ является самой успокаивающей, расслабляющей и призывающей ко сну песней всех времен. Поэтому ее не рекомендуют слушать при вождении автомобиля.

Британская исследовательская компания Mindlab International изучила влияние музыки на человека. В рамках исследования 40 женщин решали сложные стрессовые головоломки под различную музыку. При этом фиксировалось их кровяное давление, сердечный ритм, частота дыхания и мозговая активность. В итоге выяснилось, что при фоновом прослушивании композиции «Weightless» группы Marconi Union, у большинства участников эксперимента на 65% снижался уровень гормона стресса — кортизола. Песня на 11% эффективнее снижала кровяное давление, частоту сердечных сокращений и скорость дыхания.

А вот некоторая современная поп-музыка может оказать отрицательное воздействие на людей с различными заболеваниями. Вспомним лишь некоторые «Вите надо выйти...» «Цвет настроения черный...»

Танцетерапия - для выражения чувств и эмоций в свободном движении и импровизации под музыку. Потанцуем немного. **Музыкальная игра «Идем по кругу».**

Песочная терапия

- Песок поглощает негативную энергию, успокаивает, наполняет гармонией. Именно поэтому малышам полезно взаимодействовать с песком (игры с песком, песочная анимация). Попробуем?

Особо хочется отметить **сказкотерапию**, которая развивает воображение, фантазию, творчество, позволяет метафорически выражать те или иные жизненные сценарии. Сказки подбираю разные: народные, авторские, а также мною сочиненные, коррекционные и многие другие. Сочинение сказок ребёнком и для ребёнка - основа сказкотерапии. **Сказкотерапия** - для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром. С помощью сказкотерапии разрешают внутренние конфликты и снимают эмоциональное напряжение, изменяют жизненную позицию и поведение. (Сказки о вредных привычках) БУКЛЕТЫ

Оригами «Звезды счастья»

Оригами – Это фокус, маленькое представление, когда из бумаги путём складывания появляется модель, которая радует своей красотой и изменяет в лучшую сторону эмоциональное состояние ребёнка.

Рефлексия

- Что вы почувствовали, когда выполняли упражнения?
- Какие техники арт-терапии будете использовать в своей работе?
- Что не понравилось?
- Ваши пожелания организаторам.

Вывод: Когда вы сочетаете в своей работе техники арт-терапии, вы можете быстро добиться положительных результатов. Такая деятельность необычна, интересна и увлекательна, что помогает участникам наладить взаимодействие и достичь желаемого эффекта.

Литература:

1. Цветной мир. Групповая арт-терапевтическая работа с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. М.: Генезис, 2007. 143 с.
2. Маслова Е.В. Использование арт-терапии в работе с дошкольниками //Детский сад от А до Я 2018№ 6 С. 58-65

3. Епанчинцева О.Ю. Роль песочной терапии в развитии эмоциональной сферы детей дошкольного возраста: Конспекты занятий. Карточка игр. – СПб.: ООО Издательство ДЕТСТВО-ПРЕСС», 2011. – 80 с.