**Описание психолого-педагогической технологии, используемой в работе педагога-психолога Трушиной Е.А.**

**МАДОУ № 1 муниципального**

**образования город Горячий Ключ**

В настоящее время большинство детских садов реализует образовательную модель, направленную на разностороннее и целостное развитие ребенка, охрану и укрепление его физического и психического здоровья. В работе нашего детского сада наиболее значимой является деятельность психолога в области эмоционального благополучия ребенка, развития его положительного самоощущения на основе личностно-ориентированного взаимодействия с ним, психологическая подготовка ребенка к обучению в школе, психокоррекционное и консультативное направления.

Интенсивное изменение окружающей жизни, активное проникновение научно-технического прогресса во все сферы диктуют специалистам необходимость выбирать более эффективные средства обучения и воспитания. Ведущим из нетрадиционных направлений в моей работе стала- **арт-терапия**

рисование всеми видами художественных материалов ( гуашь, акварель, пастель, карандаши, ручки, фломастеры и даже пластилин), создание фигур с помощью пластилина, глины, песка. Так же арт-терапия включает в себя интуитивное рисование и рисование телом ( пальцы, ладони, ноги, колени).

У каждого человека, маленького или большого, есть своя история. В этой истории есть и веселые и грустные моменты. Есть и такие ситуации, которые очень хочется вспомнить, заново пережить, может быть по-новому осмыслить, есть и такие ситуации которые быстро забываются в силу того, что причиняют негативные эмоции и то и другое можно «воссоздать» или «проработать» с помощью арт-терапии. Эта тезника как влшебный ключик к самым хитроумным замочкам. Последние 10 лет стали в нашей стране временем бурного развития и освоения новых форм психокоррекции. Большой интерес вызвал метод раскрытия творческого потенциала, высвобождением его скрытых энергетических резервов и, в результате, нахождением им оптимальных способов решения своих проблем. В своей работе «Ребенок и общество» И.С. Кон пишет: «Мир детства — неотъемлемая часть образа жизни и культуры любого отдельно взятого народа и человека в целом». Однако феномен детства и детского искусства как особого типа творчества был открыт и стал привлекать внимание исследователей лишь в середине XX века. Свидетельством того, как менялось в истории культуры отношение к детству, к миру ребенка, является отражение образа ребенка в искусстве, представленное в картинах, на гравюрах, в скульптуре. Детей все чаще воспринимали как индивидуумов, входящих в состав семьи. К восемнадцатому веку такое отношение к детям получило широкое распространение среди высших слоев общества. Жан-

Жак Руссо был одним из первых, кто заговорил о самоценности детского мира. В его педагогических сочинениях главенствует один важный принцип: ребенок — это не взрослый, и взрослым не следует обращаться с ним по-взрослому. Руссо считал, что ребенка нужно воспитывать по-иному, вдали от влияния других людей и книг, дабы сохранить собственное чистое, незамутненное восприятие ребенка. И он, и затем Шиллер пишут о том, что нужно стремиться к наивному детскому восприятию, чтобы добиться гармонии с окружающим миром. Шиллер огромное внимание уделил игре, поскольку игра — наиболее очевидный признак детства, который продолжает иметь важное значение в жизни всякого взрослого человека, особенно когда речь заходит о его отношениях с искусством. По Шиллеру, детскость оказывается решающим признаком гениальности. Самый ранний из известных детский рисунок датируется одиннадцатым веком — это рисунок семилетнего мальчика, выполненный на бересте. Одним из первых обратил внимание на само детское творчество, представленное в графитти и случайных детских рисунках, женевский писатель и рисовальщик Родольф Тепфер. В своем труде «Размышления и мелкие замечания женевского художника» он писал, что, хотя многие рисунки неумелы и плохо нарисованы, они выражают намерение мысли, которое выражено лучше и удачнее именно благодаря графическому невежеству рисовальщика. Тепфер подчеркивает яркость и живость детских рисунков. В 1887 году была опубликована книга итальянского ученого Коррадо Риччи «Искусство детей», который первым занялся пристальным изучением детского изобразительного творчества, проанализировав сотни детских рисунков и выделив этапы развития детского рисунка и их особенности. Художественное творчество ребенка свидетельствует об изначальном синкретизме человеческой психики, что и объясняет высокую художественную ценность детских рисунков. В них выражены непосредственность и свежесть мировосприятия, его наивность и эмоциональность, искренность самовыражения и свободная игра фантазии, сознание своего права на любую деформацию жизненно-реальных форм, размеров пропорций, ассоциативный характер постижения мира, яркая метафоричность и безмерный гиперболизм творчества. Многие исследователи детского рисунка отмечают поэтапное его развитие. На каждом этапе у рисунка свои особенности. Каждому возрасту соответствуют свои открытия окружающего мира, и это находит выражение в рисунках. Фантазия играет важную роль в жизни как ребенка, так и взрослого человека. Именно в фантазии человек черпает силы для преодоления всего того, что есть, и — через свою собственную деятельность — для достижения того, что будет. У детей, в отличие от взрослых, существует теснейшая связь теле-сного и духовного. Взрослый постоянно контролирует свои аффекты. Ребенок же мгновенно демонстрирует свои чувства. Поэтому и в своем творчестве дети, не задумываясь, рисуют то, что чувствуют, не пытаясь проанализировать это с точки зрения эстетики или этики. Творчество естественно вплетается в жизнь ребенка, являясь неотъемлемой частью его развития. В творчестве ребенка отображается то, что его волнует, то, что для него важно. Как особую черту детского творчества психолог Л. С. Выготский отмечает синкретичность. Рисунок, драма, литература, творчество в детском творчестве идут бок о бок. Например, принимаясь рассказывать какую-нибудь историю, ребенок тут же начинает изображать, драматизировать ее. Открывая мир, ребенок отображает свои открытия в творчестве. Ребенок без устали наблюдает, накапливает запасы образов и сведений, пытается размышлять, систематизировать свои знания, творчески их перерабатывать. Часто, взаимодействуя с внешним миром, дети чувствуют свою беспомощность, а реакция взрослых лишь только сбивает их с толку и запутывает еще больше. Рисуя, они сами формулируют познаваемое и таким образом обнаруживают свое внутреннее знание и путь обращения к нему. Искусство соединяет первичный мир воображения ребенка с актуальным миром, в который он погружается.

Арт-терапия— терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием, используется в настоящее время для психологической коррекции клиентов с невротическими, психосоматическими нарушениями, детей и подростков с трудностями в обучении и социальной адаптации, при внутрисемейных конфликтах. Изобразительное творчество позволяет клиенту ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, быть самим собой, свободно выражать мечты и надежды, а также —освободиться от негативных переживаний прошлого. Это не только отражение в сознании клиентов окружающей и социальной действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней. Рисование развивает чувственно-двигательную координацию, так как требует согласованного участия многих психических функций. По мнению специалистов, рисование участвует в согласовании межполушарных взаимоотношений, поскольку в процессе рисования активизируется конкретно-образное мышление, связанное, в основном, с работой правого полушария, и абстрактно-логическое, за которое ответственно левое полушарие. Будучи напрямую сопряжено с важнейшими функциями (зрение, двигательная координация, речь, мышление), рисование не просто способствует развитию каждой из этих функций, но и связывает их между собой. Изотерапия использует процесс создания изображений в качестве инструмента реализации целей. Это не создание произведения искусства, не часть занятий по изобразительному искусству. Психокоррекционные занятия с использованием изотерапии служат инструментом для изучения чувств, идей и событий, для развития межличностных навыков и отношений, укрепления самооценки и уверенности в себе. Для изотерапии подходят все виды художественных материалов. Можно проводить упражнения скромно, только с помощью карандаша и бумаги, а можно использовать большой набор художественных материалов. Художественные материалы оказывают непосредственное воздействие на художественную работу клиента. Они побуждают его видеть и осязать. Они порождают эмоциональный подъем и осознание. Сами по себе являясь частицами реальности, эти материалы побуждают клиента к соприкосновению с реальностью. Таким образом, между творцом и художественным материалом происходит динамическое взаимодействие. Арт-терапевту особенно интересно выяснить, какой материал вызывает наибольшую экспрессивность клиента. Тем самым свободный выбор материала является важнейшей движущей силой в процессе художественной работы . Арт-терапевтическая работа предполагает большой набор различных изобразительных материалов: 1) краски, карандаши, восковые мелки, пастель; 2) для создания коллажей или объемных композиций используются журналы, газеты, обои, бумажные салфетки, цветная бумага, фольга, пленка, коробки от конфет, открытки, тесьма, веревочки,текстиль; 3) природные материалы — кора, листья и семена растений, цветы, перышки, ветки, мох, камешки; 4) для лепки — глина, пластилин, дерево, специальное тесто; 5) бумага для рисования разных форматов и оттенков, картон; 6) кисти разных размеров, губки для закрашивания больших пространств, ножницы, нитки, разные типы клеев, скотчКачество материалов по возможности должно быть достаточно высоким, так как в противном случае может снизиться ценность самой работы и ее результатов в глазах клиентов

Помимо практических соображений существует ряд серьезных моментов, касающихся выбора материалов в соответствии с целями занятий :

1. Выбор материалов влияет на то, как проходит занятие. Некоторые материалы, такие как карандаши, мелки и фломастеры, позволяют усилить контроль, в то время как другие — пастель, краска и глина — способствуют более свободному выражению. 2. Если клиент не уверен в себе или просто устал, он будет чувствовать

себя увереннее и спокойнее при работе с материалами, которые легче контролировать. 3. При индивидуальной работе с детьми или группами, чье поведение трудно контролировать, стоит начать с контролируемых материалов. 4. Многие чувствуют себя неуверенно в отношении своих художественных способностей. Вырезание картинок из журнала для создания коллажа уравнивает участников и позволяет даже очень неуверенным клиентам присоединиться к работе. 5. Как только все клиенты с удовольствием начнут участвовать в упражнении, такие материалы как краска или глина могут дать возможность более глубокого самовыражения, особенно при изучении чувств или реакций. 6. Работа с выразительными материалами может быть терапевтичной для многих клиентов. Она не только помогает выразить широкий спектр эмоций; работа с глиной или размазывание пастелей или красок — с безоценочной реакцией на конечный продукт— могут стать целительными сами по себе. Особенности восприятия продуктов творчества клиентов в изотерапии В соответствии с концепцией К. Юнга область бессознательного, коллективного или индивидуального может проявиться в искусстве через образы и символы. Содержание их берет свое начало в бессознательном, являющимся источником творчества. Материал бессознательного, рождающийся в душе, в ней же и остается, обнаруживая себя в виде проблем во внешнем мире. Эти проблемы и адаптация к ним символически выражаются в продуктах творчества, в частности, в изопродукции. Поэтому, ориентируясь по символу, можно найти путь к ｫпсихологически не переработанным в полной мере в прошлом событиям. Психологу необходимо чутко реагировать на движение энергии из области бессознательного клиента. Рисунки, коллажи, скульптуры являются прямыми сообщениями бессознательного, которые не могут быть закамуфлированы с такой же легкостью, как средства вербальной коммуникации . При восприятии продуктов изобразительного творчества арт терапевту необходимо обращать внимание на следующие аспекты:

1) какое чувство передает рисунок, коллаж, скульптура; 2) что выглядит странным; 3) чего не хватает у данного объекта. 4) что находится в центре. То, что в центре, часто указывает на суть проблемы или на то, что для этого человека является главным; 5) каковы размеры и пропорции изображенных объектов и людей. Непропорциональные объекты заставляют искать ответ на вопрос, что преувеличено; большие фигуры призваны усилить, а чрезмерно уменьшенные — принизить. Искажение формы, пропорции может символизировать проблемную область, большее внимание и более глубокое понимание, которые могут способствовать восстановлению нормального положения; 6) есть ли повторяющиеся объекты. Число объектов во многих случаях играет для клиента большую роль, поскольку имеет отношение к единицам отсчета времени или значимым событиям в прошлом, настоящем или будущем; 7) в какой перспективе выполнена работа и как она используется автором. Совмещение нескольких видов перспектив в одной работе может иметь отношение к наличию противоречий в жизни автора; 8) есть ли подписи на работах, так как они могут использоваться для того, чтобы внести ясность и уменьшить возможность неправильной интерпретации данной работы, что, возможно, отражает степень доверия к невербальному способу общения. 9) постарайтесь стать частью работы и привлеките к этому автора.

Интуитивное познание как процесс интенционального взгляда на художественное самовыражение — видение всего, что только можно увидеть. Арт-терапевт может сказать клиенту: Хорошенько посмотри на свою работу, сконцентрируйся на ней, молча пристально посмотри и найди то, что ты не видел раньше. В этом безмолвном процессе интуиции некоторые детали, невидимые сразу, с первого взгляда, могут выступить вперед, стать более важными, чем остальные детали зрительного поля. Вскоре детали приобретают значение, и наблюдатель начинает устанавливать связи со смыслами. Теперь понимание клиента становится более глубоким и обогащается новыми наблюдениями, которые дают звонок его разуму.

Одной из техник арт-терапии является создание циркулярных композиций — мандал. Слово мандала имеет санскритское происхождение и означает «магический круг». Понятие мандалы было внесено в западную психологию К. Юнгом. Он открыл ее, занимаясь собственным психоанализом. Круг является символом планеты Земля, а также символом защищенности материнского лона. Таким образом, при создании круга очерчивается граница, защищающая физическое и психологическое пространство. Спонтанная работа с цветом и формой внутри круга способствует изменению состояния сознания человека, вызывает разнообразные психосоматические феномены и открывает возможность для духовного роста личности.

Арт-терапевт строит свои отношения с ребенком таким образом, чтобы ребенок делился своими ощущениями, возникающими при изотерапии, чувствами, касающимися подхода к выполнению и решению задачи, к самой работе, к процессу творения. В результате ребенок начинает лучше осознавать себя . Самопознание ребенка углубляется благодаря обсуждению вопросов, относящихся к разработке частей картинки, их более четкому выделению, достижению большей ясности путем описания формы, цвета, образов, предметов, людей. Первый этап: свободная активность перед собственно творческим процессом — непосредственное переживание. На этом этапе изотерапии дети любят, как они это называют, пачкать, сначала используя один, затем другой материал, а потом смешивая их. Второй этап: процесс творческой работы — создание феномена, визуальное представление. Дети безмолвно уходят во взаимодействие со своим творческим самовыражением, вне зависимости от возраста (даже очень маленькие дети). Третий этап: дистанцирование, процесс рассматривания. На этом этапе необходимо расположить работу в таком месте, где на нее было бы легко смотреть. Детям предлагают поместить свое художественное произведение в удобном для них месте на вертикальной поверхности (стене, окне, на стенке шкафа, двери). Четвертый этап: вербализация чувств, мыслей, возникших в результате рассматривания творческой работы.

В МАДОУ я стараюсь реализовать эту технология, так как считаю, что это одна из лучших методик в работе со страхами и психосоматическими расстройствами. Дети с большой радостью включаются в занятия, с интересом реализуют новые техники, а так же продуктивно прорабатывают имеющиеся проблемы. Арт-терапия продуктивна не только в работе с детьми, но со взрослыми, одна из лучших расслабляющих техник в купе с музыкотерапией на педагогических советах- это « сад мечты» или «сад ресурсов», которое помогает за одно упражнение выявить ресурсное актуальное состояние, что позволяет облегчить дальнейшую работу с педагогом.