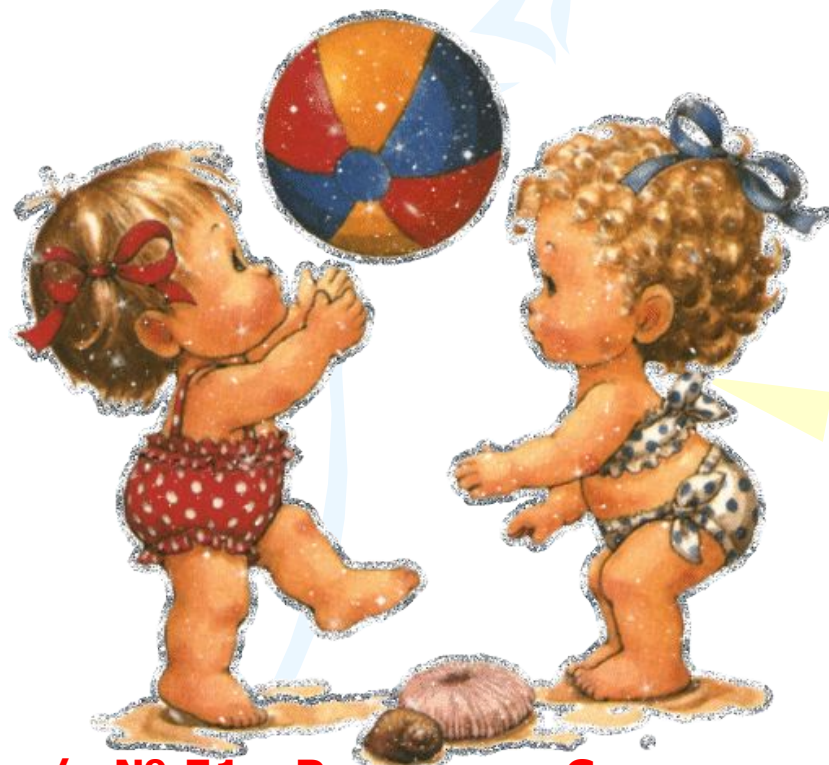




Арт -терапия как средство сохранения психологического здоровья детей



**Педагог-психолог МБДОУ ЦРР д/с № 51 «Росток» г. Ставрополя
Кулинская Светлана Владимировна**



Арт - терапия:



лат. ars — искусство, греч. therapeia — лечение
Представляет собой методику развития при помощи художественного творчества. Буквально означает «лечение искусством». Это стремительно набирающий популярность комплекс методов оздоровления и психологической коррекции при помощи искусства и творчества.

Арт-терапия сегодня считается одним из наиболее мягких, но эффективных методов, используемых в работе психологами, психотерапевтами и даже педагогами.

Формы арт-терапии:

- Игротерапия
- Песочная терапия
- Сказкотерапия
- Изотерапия
- Музыкаотерапия
- Фототерапия
- Вокалотерапия
- Драматерапия
- Библиотерапия
- Маскотерапия
- Куклотерапия
- Танцевально-двигательная



Игротерапия это:

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.

Использование игротерапии:

1. При проявлениях агрессии.
2. Помогает замкнутым детям.
3. Повышает самооценку.
4. Снимает эмоциональное напряжение.
5. Учит находить выход из конфликтных ситуаций.
6. Решает проблемы с адаптацией к ДОУ.



Игровая терапия – методика, спектр применения которой очень широк.

**Игра призвана помочь ребёнку
накопить душевный материал,
сформировать и уточнить представления
о жизненно – важных действиях,
поступках, ценностях.**



Песочная терапия это -

одна из форм естественной деятельности ребенка. Именно поэтому мы, педагоги, можем использовать песочницу в развивающих и обучающих занятиях. Строя картины из песка, придумывая различные истории, мы в доступной для ребенка форме передаем ему наши знания и жизненный опыт.

Сегодня все детские учреждения имеют песочницы. Но как оптимально использовать их, мало кто знает.





В чем сила песка?

Он обладает рядом совершенно особенных свойств в силу необычности самого материала:

- песок — очень податливый инструмент творчества, творения из него можно без особого сожаления изменять в любой момент;
- песок — демократичный материал, ведь позволяет работать с собой каждому и даже тому, кто не обладает особым художественным даром, а потому боится оценки и отказывается рисовать;
- песок — природный материал, поэтому наполняет любого, прикоснувшегося к нему, энергией, дает ощущение творца;
- песок успешно забирает в себя негативную энергию, более того, трансформирует агрессию в положительные заряды;
- песок состоит из мельчайших песчинок, работа с которыми активизирует чувствительные точки на кончиках пальцев и нервные окончания на ладонях;
- песок и работа с ним требует времени, а потому развивает у ребенка саморегуляцию и терпеливость.

Главная цель песочной терапии – не «переделать» ребенка, не научить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать возможность быть самим собой, любить и уважать себя таким, какой он есть.



Сказкотерапия это -

психотерапевтическое направление, использующее сказки для решения тех или иных психологических проблем ребенка.



В чем польза сказкотерапии?

Сказкотерапия отлично подходит как для младших, так и для старших дошкольников. В зависимости от задач, используют разные формы сказкотерапии.

Ее польза состоит в следующем:

- помогает найти выход из проблемной ситуации (сложности во взаимоотношениях с родителями, сверстниками и т.д.);
- расширяет знания ребенка о нем самом и окружающем мире;
- обогащает внутренний мир ребенка духовными ценностями;
- корректирует поведение и развитие речи;
- стимулирует психофизическое и эмоциональное развитие.

Суть сказкотерапии в том, что ребенок и взрослый составляют сказку, которая отражает трудности, возникшие перед ребенком, а затем находят пути их решения.

Схема терапевтической сказки:



- 1. Подбор героя (похожего на ребенка);**
- 2. Описание жизни героя;**
- 3. Помещение героя в проблемную ситуацию (по аналогии с проблемой ребенка);**
- 4. Герой ищет и находит выход.**

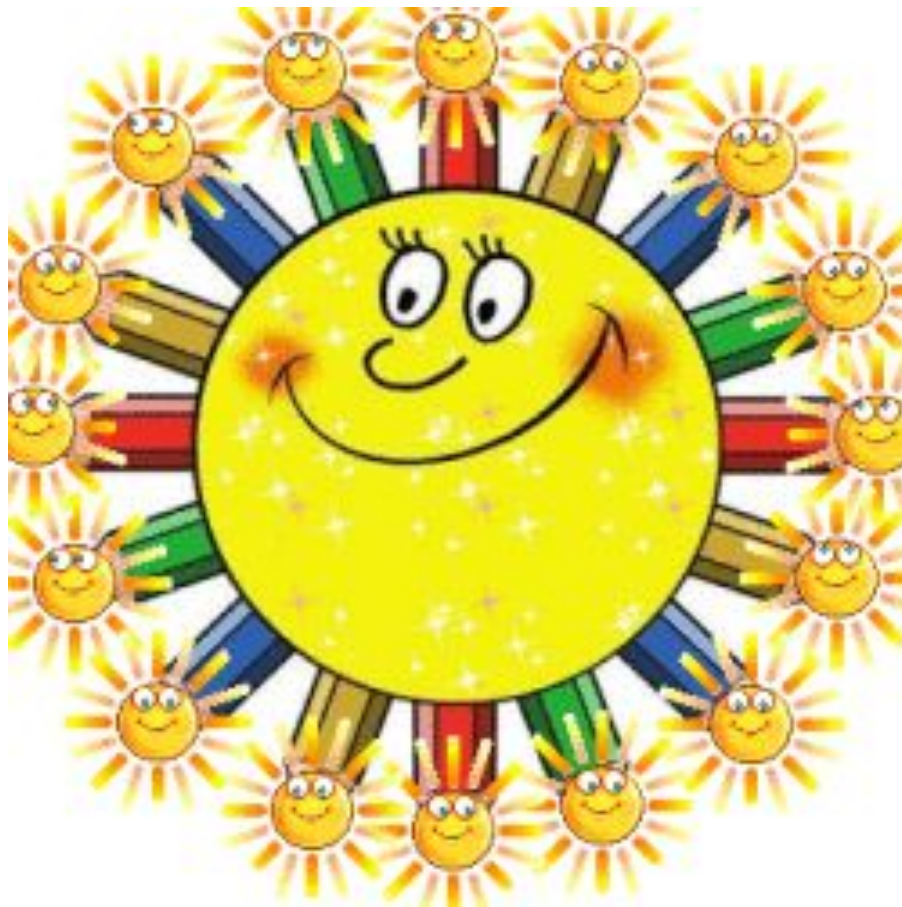
Со сказкой можно продолжать работу и после прочтения. Методов совместной увлекательной работы в сказкотерапии может быть очень много.



Варианты работы со сказкой:

- **нарисовать, слепить или выразить сказку в виде аппликации;**
- **изготовить своими руками куклу по мотивам сказки;**
- **сделать постановку сказки в виде настольного театра.**





**Сказкотерапия – прекрасный, увлекательный
путь, который поможет решить с детьми
возрастные проблемы. Удачи на сказочном
пути!**



Часто руки знают,
как решить загадку,
с которой интеллект
боролся напрасно.

К. Г. Юнг

