

Арт-терапия как средство решения коммуникативных проблем у ребенка

В качестве инструмента для развития коммуникативного поведения детей, обеспечения эмоционального благополучия и психолого-педагогической поддержки, я успешно использую элементы арт-терапии.

Суть ее состоит в том, что через рисунок, игру, сказку, музыку арт-терапия дает выход внутренней некомфортности и сильным эмоциям, помогает понять собственные чувства и переживания других.

Музыкотерапия – одно из направлений арт-терапии. Она очень эффективна в коррекции нарушений общения, возникающих по разным причинам. Музыкотерапия (активная и пассивная) – помогает преодолеть, внутренние конфликты и достичь внутренней гармонии.

Игротерапия - самый органичный способ выразить свои переживания, исследовать мир, выстроить отношения.

Сказкотерапия – проживание и осмысление какой-либо жизненно важной ситуации, в заданной игровой форме.

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

Изотерапия - благотворное воздействие рисования в развивающих и коррекционных целях.

Песочная терапия – способ снятия внутреннего напряжения, воплощения его на бессознательно-символическом уровне, что повышает уверенность в себе и открывает новые пути развития.

В работе с детьми использование элементов арт-терапии эффективно лишь тогда, когда на первое место поставлен сам процесс, а не его результат. Когда можно использовать различные материалы, техники исполнения, а также возможность комбинировать их друг с другом. И, конечно же, работы детей не должны оцениваться.

Что дает использование элементов арт-терапии?

1. Можно в игре проиграть какую-либо негативную ситуацию.
2. В рисунке, в танце, в пении, слушании музыки проявить свои эмоции.
3. В работе с детьми - использовать проективные методики, такие как «Рисунок семьи», «Несуществующее животное»,

«Кактус». Они являются доступным материалом для диагностики эмоциональных состояний ребенка в семье, в детском саду.

4. Дети овладевают коммуникативными навыками. Они учатся общаться друг с другом.

5. У детей развивается самостоятельность, творческие способности, воображение, мелкая моторика.

6. И, наконец, ребенок может описать свои ощущения.

Наиболее близкий мне вид арт-терапии – изо-терапия. Он основан на использовании изобразительного искусства, чаще всего рисования, но также включает в себя лепку из пластилина и аппликации, да и все виды изобразительного творчества.

Главной целью изо-терапии является отреагирование внутренних процессов в виде изображений на бумаге (картоне, в виде поделки).

Очень часто ребёнок не может вербально выразить то, что его угнетает. В изо-терапии можно предложить ему нарисовать свое состояние, свои чувства, ощущения, боль, обстоятельства, переживания.

Таким образом, изо-терапия дает ребёнку все возможности для самовыражения и самореализации в продуктах творчества. Положительное эмоциональное возбуждение при рисовании усиливает внимание, тонизирует центральную нервную систему, облегчает установление контакта с людьми.