24.02.2014.

Консультация для воспитателей

**«Терапевтические возможности искусства в системе здоровьесбережения»**

Искусство всегда несет в себе нечто,

преодолевающее обыкновенное чувство.

Л.С. Выгодский

**Арттерапия как средство укрепления эмоционального здоровья дошкольников.**

  В условиях реформирования современного общества перед педагогами стоит задача создания адекватных условий воспитания и обучения каждому ребенку. Дети являются особой категорией, в работе с которыми очень важно использовать гибкие формы психотерапевтической работы. Одной из таких форм является арттерапия. На протяжении долгого времени арттерапия (буквально «терапия искусством) успешно используется в медицине, педагогике, психологии, в том числе и специальной. **Арттерапия** – технология лечения и развития при помощи искусства и творчества (музыки, танца, физических упражнений и др.)

 Цель арттерапии - развитие, коррекция, воспитание и социализация личности детей, - напрямую связаны с их физическим, умственным, психическим и социальным здоровьем.

  В последнее время арттерапия всё больше включается в коррекционно-развивающую работу с детьми с эмоциональными нарушениями и даёт положительные результаты.Поскольку арттерапия обеспечивается воздействием средствами искусства, то ее систематизация основывается, прежде всего, на специфике видов искусства (музыка – музыкотерапия, изобразительное искусство – изотерапия, танец, движение – кинезитерапия, театр – имаготерапия, литература – библиотерапия). В свою очередь каждый вид арттерапии подразделяется на подвиды. Однако основой для всех видов арттерапии является художественная деятельность субъекта, посредством активизации которой осуществляется коррекция тех или иных нарушений в развитии.

Виды арттерапии:

**музыкотерапия;**

**кинезитерапия** (танцевально-двигательная терапия), включающая хореотерапию, коррекционную ритмику, ритмотерапию, танцетерапию;

**изотерапия** – рисуночная терапия;

**имаготерапия** (куклотерапия, образно-ролевая драматизация и психодрама);

**акватерапия** – лечение водой;

**песочная терапия**

**игротерапия** как важнейшая игровая методика коррекции

**улыбкотерапия**

**цветотерапия** – лечение цветом

**сказкотерапия** (лечение словом)

**маскотерапия**, оригами и др.

 **Кинезитерапия.**

**А**ктивная музыкотерапия может выражаться форме танцтерапии, коррекционной ритмики, психогимнастики. Эти виды музыкально-двигательной терапии основаны на единстве музыки и движения, на активной деятельности ребенка под музыку и в последние годы все чаще рассматриваются как составляющие целого самостоятельного направления – **кинезитерапии.**

**Танец –** это особая форма движений, музыкально-пластическое искусство, отражающее жизнь в двигательных образах. Положительный эффект использования танцтерапии, двигательных ритмических упражнений в коррекции психоэмоциональных состояний подтверждается рядом исследователей (В.М.Бехтерев, А.М.Берштейн, В.А.Гиляровский и др.).

   **Коррекционная ритмика (**основатель метода – швейцарский композитор, педагог Э.Жак-Далькроз) – вид активной музыкотерапии, в основе которой лежит синтез музыко-ритмо-двигательного воздействия. Ритмические упражнения оказывают положительное воздействие на детей с повышенной возбудимостью, влияют на общий тонус, моторику, общее психоэмоциональное состояние, тренировку подвижности центральной нервной системы.

   **Психогимнастика (**авт. М.И.Чистякова) – метод, при котором участники проявляют себя и общаются без помощи слов. Психогимнастика включает в себя некоторые игровые варианты психотерапии, суггестивные (основанные на внушении), тренировочные, разъясняющие, активизирующие психомоторику этюды, игры, упражнения, направленные на развитие различных сторон психики ребенка, как познавательной, так и эмоционально-личностной сферы. Имитация детьми различных состояний имеет психопрофилактический эффект.

**Имаготерапия.**

**Имаготерапия** (от лат.imago – образ) занимает особое место в арттерапии. Её основой является театрализация психотерапевтического процесса. Достижение психокоррекционного эффекта обеспечивается путем развития и обогащения личности. Для этого используется творческая активность личности.

   Имаготерапия имеет различные подвиды: **куклотерапия, образно-ролевая драмтерапия, психодрама.**

**Куклотерапия** используется в работе с детьми и основана на идентификации с образом любимого героя (сказки, мультфильма, игрушки). Данная методика используется при различных нарушениях поведения, страхах, нарушениях в эмоционально-волевой сфере и т.д.

**Образно-ролевая драмтерапия** (разыгрывание по ролям и драматизация сюжета), где осуществляется «реконструкция поведенческой реакции». Проигрывание ролей направлено на разрушение старых патологических коммуникативно-поведенческих стереотипов.

**Психодрама** (основатель – психолог, психотерапевт Дж.Морено). Сущность метода состоит в том, что «актеры» - пациенты играют не готовые роли, а свободно разыгрывают импровизацию проблемной ситуации. Результатом психодрамы является катарсис, при этом катарсис распространяется как на «актеров», так и на зрителей психодрамы.

**Сказкотерапия.**

Наиболее приемлемой методикой для работы с детьми дошкольного возраста является один из видов библиотерапии – **сказкотерапия**. Эффективность использования сказкотерапии в период дошкольного детства обеспечивается спецификой деятельности ребенка в этом возрасте, а также притягательность этого жанра, позволяющего свободно мечтать и фантазировать. Сказка позволяет раздвигать рамки обычной жизни, сталкиваться со сложными явлениями и в доступной форме постигать мир чувств и переживаний. Посредством сказочных образов, их действий, ребенок может найти выход из различных сложных ситуаций, увидеть пути решения возникших конфликтов, усвоить моральные нормы и ценности, различать добро и зло.

**Изотерапия (рисуночная терапия).**

Один из наиболее распространенных видов арттерапии. Рисование – это творческий акт, позволяющий ребенку ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, освободиться от конфликтов и сильных переживаний, развить эмпатию. Рисуя, ребенок дает выход своим чувствам, желаниям, мечтам, перестраивает свои отношения в различных ситуациях и болезненно соприкасается с некоторыми пугающими, неприятными, травмирующими образами. Таким образом, рисование выступает как способ моделирования взаимоотношений и выражения различного рода эмоций, в том числе и отрицательных, негативных. Поэтому рисование широко используют для снятия психического напряжения, стрессовых состояний, при коррекции неврозов, страхов и т.д. «Художественное самовыражение» так или иначе, связано с укреплением психического здоровья ребенка, а потому может рассматриваться как значительный психологический и коррекционный фактор.

   Итак, психокоррекция с помощью разных видов арттерапии связана с рождением у человека новых креативных потребностей и способов их удовлетворения. Арттерапевтические методики в психокоррекции способствуют гармонизации личности детей, обеспечивают коррекцию нарушений в эмоционально-волевой сфере, их психоэмоционального состояния, психофизиологических процессов, способствуют эмоциональному  здоровью посредством соприкосновения с искусством.

*Все виды арттерапии совершенно безвредны и очень полезны, но помните – полезно и приносит добро всё то, во что мы искренне верим!*