

Педагогический аспект использования изо-терапии в образовательной деятельности ДОО

В статье рассматривается изо-терапия, возможности ее использования в ДОО, раскрывается здоровьесберегающий потенциал изобразительной деятельности детей дошкольного возраста.

Здоровьесберегающий педагогический процесс, здоровьесберегающие технологии, арт-терапия, изо-терапия, изо-терапевтические занятия, изобразительная деятельность.

L. G. Kasyanova,
Shadrinsk

Pedagogical aspect of the use of art therapy in educational activities kindergarten

The article discusses art therapy, the possibility of its use in the kindergarten, reveals the health potential of the artistic activity of children of preschool age.

Keywords: *Health-preserving educational process, health saving technologies, art therapy, art therapy, art therapy sessions, art.*

Использование здоровьесберегающих технологий в педагогике направлено на улучшение современной ситуации со здоровьем детей. Общеизвестно, что изобразительная деятельность способствует не только раскрытию потенциальных возможностей ребенка, формированию творческих способностей, но и созданию благоприятного эмоционального климата в образовательном пространстве ДОО. Это определяет значение детской изобразительной деятельности для организации здоровьесбережения детей дошкольного возраста в условиях ДОО.

Может ли изобразительная деятельность детей быть арт-терапевтическим процессом? Ответ однозначный – она должна быть таковой, поскольку в сегодняшнем образовании все больше осознается необходимость решения такой важнейшей проблемы как здоровьесбережение, детской изобразительной деятельности следует уделить особое внимание, наполнить ее новым содержанием.

Возможность обновления содержания процесса обучения изобразительной деятельности представляет феномен педагогической арт-терапии, научные основы которой разработаны Л.А. Аметовой, Л.Д. Лебедевой и др.

В этих работах изобразительное искусство рассматривается не только как фактор развития и формирования личности, но и как эффективное средство профилактики и коррекции нарушений, сохранения здоровья детей, защиты детской психики от агрессивных воздействий внешней среды. Известно, что искусство само по себе обладает целительным действием. Искусство позволяет человеку передать не только то, что он видит в окружающей его жизни, но и свои фантазии, дать волю воображению, почувствовать себя творцом, осознать и изменить эмоциональное отношение к тем или иным явлениям и событиям, воплощая их в образы.

В таком аспекте арт-терапия обладает возможностями мягкой гуманной поддержки ребенка, развивает его способности к самопознанию, а также способствует развитию изобразительной деятельности.

Термин «арт-терапия» (art therapy – исцеление искусством) означает исцеление посредством творчества с целью выражения человеком своего психо-эмоционального

состояния. В нее традиционно включают все виды рисунка (собственно рисунок, живопись, графика и др.), мозаики, туда же можно отнести работу с гримом и бодиарт (как вид живописи «по всему телу» или «по лицу»), все виды лепки, коллажи, художественное фотографирование (фототерапия) и еще огромное количество видов художественного творчества, где что-то делается непосредственно руками.

В настоящее время выпущено большое количество работ зарубежных и отечественных ученых по арт-терапии. Среди отечественных авторов особое место занимают труды А.И. Копытина [4], Л.Д. Лебедевой [2], Л.А. Аметовой [1], М.В. Киселевой [3].

Основоположником российской школы арт-терапии, по-праву, можно считать А.И. Копытина. В его трудах целью применения арт-терапии в образовании является сохранение или восстановление здоровья учащихся и их адаптация к условиям образовательного учреждения путем реализации психокоррекционного, диагностического и психопрофилактического потенциала.

Может ли воспитатель использовать в своей работе с детьми арт-терапевтические технологии?

Отвечая на этот вопрос, нужно рассмотреть проблему в контексте педагогики. Использование искусства как терапевтического фактора вполне доступно для педагога. При этом специальных знаний не требуется. Арт-терапевтические занятия можно рассматривать как одну из инновационных форм работы с детьми.

Так, последователи арт-терапевтической школы А.И. Копытина пытаются соединить психотерапевтические и образовательные технологии, предлагая интересные практические разработки.

Заслуживает внимания исследование Л.Д. Лебедевой, посвященное некоторым вопросам использования арт-терапии в образовании. Автор вводит в терминологический аппарат педагогики интересную трактовку понятия «терапия», переводя его не только как «лечение», но и как «уход, забота». На этом основании она считает допустимым применение арт-терапии педагогами и педагогами-психологами, не имеющими какой-либо специальной подготовки в области психотерапии и арт-терапии. Л.Д. Лебедева пишет, что «словосочетание «арт-терапия» в научной, педагогической интерпретации понимается как забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, группы, коллектива средствами художественной деятельности».

Опираясь на исследование Л.Д. Лебедевой, можно сказать, что педагогическое направление использования термина «арт-терапия» не связано буквально с лечением заболевания (как известно «therapia» в переводе с латинского означает лечение). Арт-терапия предполагает «социальное врачевание» личности, изменение стереотипов ее поведения средствами художественного творчества, то есть укрепление психического здоровья ребенка и выполнение профилактических и коррекционных функций.

Наша отечественная педагогическая наука и народная педагогика имеют давний опыт использования изобразительного творчества в воспитательных, развивающих и коррекционных целях.

Например, исследования Л.Д. Лебедевой показали, что арт-терапевтические занятия позволяют решать следующие важные педагогические задачи:

- *Воспитательные.* Взаимодействие строится таким образом, чтобы дети учились корректному общению, сопереживанию, бережным взаимоотношениям со сверстниками и взрослыми. Это способствует нравственному развитию личности и способствует выстраиванию открытых, доверительных, доброжелательных отношений с педагогом.
- *Коррекционные.* Улучшается самооценка, исчезают неадекватные формы поведения, налаживаются способы взаимодействия с другими людьми.

- *Психотерапевтические.* «Лечебный» эффект достигается благодаря тому, что в процессе творческой деятельности, создается атмосфера эмоциональной теплоты, доброжелательности, возникают ощущения психологического комфорта, защищенности, радости, успеха.

- *Диагностические.* Изо-терапия позволяет получить сведения о развитии и индивидуальных особенностях ребенка.

- *Развивающие.* Происходит личностный рост человека, обретается опыт новых форм деятельности, развиваются способности к творчеству, саморегуляции чувств и поведения.

Современная арт-терапия включает в себя много направлений, назовем некоторые из них:

- изо-терапия – лечебное воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством;
- имаготерапия – воздействие через образ, театрализацию, драматизацию;
- музыкотерапия – воздействие через восприятие музыки;
- сказкотерапия – воздействие посредством сказки, притчи, легенды;
- кинезитерапия – воздействие через танцевально-двигательную деятельность;
- игротерапия – использование игры как способа моделирования отношений с окружающим миром и развитием личности;
- куклотерапия – воздействие через игру с куклой, изготовление кукол;
- цветотерапия – воздействие цветом и т.д.

Изо-терапия – терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием. Рисование – это творческий акт, позволяющий ребенку выразить свободно свои мысли и чувства, быть самим собой, свободно выражать мечты и надежды, а также освободиться от негативных переживаний прошлого.

Какие материалы необходимы для изо-терапии?

Для изо-терапевтической работы необходимо иметь широкий выбор различных изобразительных материалов: гуашь, акварель, масляные и акриловые краски, фломастеры, цветные карандаши, восковые мелки; уголь, сангину, штампы, коробочки, сухие листья разных деревьев, плоды репейника, трафареты, нитки, глину, пластилин, фольгу, воск, бумагу разных форматов, цветов и фактуры, крупяные и макаронные изделия, толченную яичную скорлупу, окрашенный песок, кисти разных размеров, губки для закрашивания больших пространств, ножницы, скотч и т.д.

Чем отличаются арт-терапевтические занятия от традиционного обучения детей изобразительной деятельности?

Согласно К. Рудестаму, в арт-терапевтическом контексте занятия изобразительным искусством носят спонтанный характер, в отличие от тщательно организованной деятельности по обучению рисованию или рукоделию.

Изо-терапия предоставляет детям высокую степень свободы и самостоятельности. Поощряется спонтанный характер творческой деятельности. Дети определяют замысел, выбирают форму, материалы, цвета в соответствии с выбранной темой, сами контролируют последовательность действий.

Творчество, как известно, само по себе обладает целительной силой. Ребенок может отказаться от выполнения некоторых заданий, коллективного обсуждения результатов. Заставлять нельзя.

Как организовать занятия по изо-терапии?

Что для этого необходимо?

Сколько детей может участвовать?

Л.Д. Лебедева отмечает, что оптимальное число участников от 3 до 15 человек. Пространство для занятий включает круг из стульев, рабочие места для индивидуального творчества (столы, мольберты и стулья), а также свободную от мебели часть комнаты, в которой можно легко перемещаться, танцевать.

Структура изо-терапевтического занятия может быть следующей.

Первый этап. *Настрой.*

Начало занятия – это настрой на творчество. Задача этого этапа – подготовка участников к спонтанной художественной деятельности и внутригрупповой коммуникации. Здесь используются игры, двигательные и танцевальные упражнения, несложные изобразительные приемы. При выполнении этих упражнений происходит снижение контроля со стороны сознания и наступает релаксация.

Второй этап. *Актуализация визуальных, аудиальных и кинестетических ощущений.*

Здесь можно использовать рисунок в сочетании с элементами музыкальной и танцевальной терапии. Музыка, как терапевтическое средство, по мнению многих отечественных и зарубежных ученых (С.С. Корсаков, В.М. Бехтерев, К. Швабе и др.), влияет на настроение человека, улучшает его самочувствие. Для занятий лучше подбирать мелодичные композиции без текста. Громкость звучания также устанавливается с общего согласия. Можно сочетать изо- и танцевально-двигательную терапию.

Третий этап. *Индивидуальная изобразительная работа.*

Этот этап предполагает индивидуальное изобразительное творчество. Некоторые дети пытаются создавать реалистичные, красивые рисунки. Необходимо объяснить участникам занятия, что их работы не будут оцениваться. Важен процесс спонтанного творчества, эмоциональное состояние «рисовальщика», его внутренний мир, поиск адекватных средств самовыражения. Для выражения своих эмоций ребенок выбирает различные материалы.

Краски способны вызвать сильный эмоциональный отклик, стимулировать воображение и свободу творчества. Полифония цветов и оттенков позволяет более точно отразить нюансы настроения и психического состояния.

Пластические материалы (глина, пластилин, тесто) в наибольшей степени подходят для выражения сильных переживаний, агрессивных чувств, страхов.

Использование техники *коллажа* помогает преодолеть неуверенность, ситуативную тревожность человека, связанную с отсутствием, по его мнению, художественного таланта.

Четвертый этап. *Активизация вербальной и невербальной коммуникации.*

Главной задачей этого этапа является создание условий для внутригрупповой коммуникации. Каждому участнику предлагается показать свою работу и рассказать о тех мыслях, чувствах, ассоциациях, которые возникли у него в процессе изобразительной деятельности. Если он по каким-то причинам отказывается от высказываний, не следует настаивать. Можно предложить сочинить историю про свой рисунок и придумать для него название. Например, начать можно так: «Жил-был мальчик, похожий на меня...». Такое начало облегчает вербализацию внутреннего состояния. По рассказу не трудно составить представление о нем самом, его ценностях и интересах, отношениях с окружающими.

Пятый этап. *Коллективная работа в малых группах.*

Участники придумывают сюжет и разыгрывают небольшие спектакли. Перевод детских переживаний в комическую форму приводит к осмыслению, очищению, освобождению от неприятных эмоций.

Шестой этап. *Рефлексивный анализ.*

Здесь осуществляется «взаимотерапия» в виде доброжелательных высказываний, положительного программирования, поддержки. Атмосфера взаимной теплоты, эмпатии, заботы позволяет каждому участнику пережить ситуацию успеха в той или иной деятельности. Участники приобретают положительный опыт самоуважения и самопринятия, у них укрепляется чувство собственного достоинства. Необходимо подчеркнуть успех всех и каждого.

Есть ли какие-то особенности в выборе материалов для работы с детьми?

Педагогу важно знать ряд правил, 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, сосредоточиться, в то время как другие – пастель, краска и глина – способствуют более свободному выражению.

2. Если ребенок 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 детям дошкольного возраста присоединиться к работе (коллаж «О чем я мечтаю»).

5. Как только все дошкольники с удовольствием начнут участвовать в упражнении, такие материалы как краска или глина могут дать возможность для самовыражения.

Какие задания, техники, приемы изо-терапии можно использовать в работе с детьми?

Выделяют несколько типов заданий при проведении рисуночной терапии:

1. Предметно-тематический тип. Основой изображения является человек и его взаимодействие с окружающим предметным миром и людьми. Темы для рисования могут быть свободными или заданными – «Моя семья», «Я дома», «Кем я стану» и др.

2. Образно-символический тип. В основе изображение, связанное с нравственно-психологическим анализом абстрактных понятий «Добро», «Зло», «Счастье», «Здоровье», в виде образов, созданных воображением ребенка, а также изображением эмоциональных состояний и чувств – «Радость», «Гнев», «Удивление» и др.

3. Задания на развитие восприятия, воображения и символической функции, основанные на принципе проекции, - «Волшебные пятна», а также воспроизведение в изображении целостного объекта и его осмысление – «Рисование по точкам».

4. Игры-упражнения с изобразительными материалами (красками, карандашами, бумагой, пластилином, мелками, сангиной, глиной, тестом и т.д.), изучение их физических свойств и экспрессивных возможностей – «Рисование пальцами», экспериментирование с различными материалами.

5. Задания на совместную деятельность могут включать задания всех четырех указанных выше видов, коллективное рисование, направленное на коррекцию проблем общения со сверстниками, улучшение детско-родительских отношений.

Современные педагоги используют разнообразные нетрадиционные техники рисования (марания, рисование пальцами, ладошками, монотипия, кляксография, рисование по мокрому листу, набрызг, тампонирование, печатание, рисование предметами окружающего пространства и т.д.), которые вполне могут быть использованы в изо-терапевтическом процессе. Подробнее остановимся на наиболее распространенных

техниках и приемах изо-терапии (работа с красками, карандашами и природным материалом).

Марания. «Марать» - значит «пачкать, грязнить».

Речь идет о спонтанных рисунках дошкольников, выполненных в абстрактной манере. Марание выражается в разбрызгивании, размазывании краски, нанесении множества слоев и смешивании цветов. Марания эффективны для помощи ребенку выразить свои эмоции. Наиболее насыщенными по воплощению и эмоционально яркими являются гуашевые или акварельные изображения. При помощи брызг, пятен, разнообразных линий можно изобразить города, явления природы, сказочных существ, можно закрашивать цветными мелками собственный силуэт, нарисованный на стене. У мараний нет категорий «правильно-неправильно», «хорошо-плохо». Отсутствие критериев оценки мараний исключает и саму оценку, это снимает у ребенка тревожность и помогает выплеснуть страх и негативные эмоции.

Штриховка. Штриховка – это графика, изображение, созданное без красок, с помощью карандашей и мелков, это хаотичное или ритмичное нанесение тонких линий на поверхность бумаги, пола, стены, мольберта и пр. Линии могут выглядеть неразборчивыми, небрежными, неумелыми, либо, наоборот, выверенными, точными. Из отдельных каракулей может сложиться абстрактный или конкретный образ. Штриховки помогают ребенку почувствовать нажим карандаша или мелка, снимают напряжение перед рисованием. Штриховки и марания происходят в определенном ритме, который оказывает благоприятное влияние на эмоциональную сферу ребенка. Ритм создает настрой на активность, тонизирует ребенка. Штриховки просты в исполнении, занимают непродолжительное время, поэтому уместны в начале занятия.

Рисунок на стекле. В целях безопасности у стекла обязательно обработать кромку в мастерской. Лучше взять прозрачный пластик или пластиковую доску для лепки. Рисование по стеклу или пластику дает детям новые визуальные и тактильные впечатления: гуашь скользит мягко, ее можно размазывать и кистью, и пальцами, поскольку она не впитывается в материал поверхности и долго не высыхает. Текучесть краски увеличивает скорость манипуляций рисующего и исключает статику. Детям нравится рисовать на большой поверхности, на них есть где развернуться. Прямо в процессе рисования стекло можно промыть мокрой губкой и нанести новый рисунок или подкорректировать неудачное изображение. Ребенок словно не рисует, а тренируется рисовать, поэтому имеет право без переживаний на ошибки и исправления. Этот прием подходит зажатым детям, так как провоцирует активность.

Рисование пальцами. Даже никогда не рисовавший пальцами человек может представить особые тактильные ощущения, которые испытываешь, когда рисуешь пальцами. Движения пальцев могут быть точечными или наоборот, размашистыми, свободными. Рисование пальцами – это разрешенная игра с грязью. Ребенок, незаметно для себя, может осмелиться на действия, которые обычно запрещены. Рисование пальцами не бывает безразлично ребенку, это всегда эмоционально насыщенное действие.

Рисование сухими листьями (сыпучими материалами и пр.). Сухие листья доставляют детям много радости. Они натуральны, хорошо пахнут, невесомы, шершавы на ощупь, хрупки. С помощью листьев и клея ПВА можно создавать изображения, как целыми листьями, так и растертыми на мелкие частички. На лист бумаги клеим наносится задуманный рисунок. Затем сухие листья растираются в ладонях до мельчайших частиц и рассыпаются над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Эффектно выглядят изображения на фактурной и тонированной бумаге.

Так же можно создавать изображения с помощью сыпучих материалов: разных круп, сахарного песка, соли, мелкой вермишели и т.д. Обстановка на занятии помогает

детям приобретать новый опыт свободной активности. Описанная техника подходит детям с выраженной моторной неловкостью, негативизмом, зажатостью, способствует процессу адаптации в новом пространстве, дарит чувство успешности в овладении изобразительной деятельностью.

Какие еще изобразительные техники можно использовать в изо-терапии?

Актуальность в последнее время приобрели такие техники изобразительной деятельности как: декупаж и батик (рисование по ткани).

Декупаж – декоративная техника, заключающаяся в вырезании (вырывании) изображений из различных материалов (бумага, ткань, кожа) и наклеивании или прикреплении иным способом на различные поверхности. Для детей наиболее подходящим материалом для декупажа является мягкая бумага (бумажные салфетки с рисунком). Небольшие украшения могут быть наклеены без предварительного смачивания. Декорировать можно самые различные поверхности: стеклянные, керамические, металлические, деревянные, картонные, пластиковые и др.

Батик – роспись по ткани. Занятия росписью по ткани способствуют формированию у детей психологической устойчивости, богатства эмоциональных переживаний, образно-ассоциативного мышления. Эти качества взаимосвязаны и формируются на основе эстетического восприятия предметов и явлений окружающего мира детьми и закрепляются, как правило, в активных формах деятельности. Техника батик позволяет не только получить для ребенка значимый и успешный конечный результат, но делает интересным, увлекательным сам процесс творчества.

Известно, что искусство само по себе обладает целительным действием. Искусство позволяет человеку передать не только то, что он видит в окружающей его жизни, но и свои фантазии, дать волю воображению, почувствовать себя творцом, осознать и изменить эмоциональное отношение к тем или иным явлениям и событиям, воплощая их в образы.

Подводя итоги, хотелось бы подчеркнуть, что изо-терапия в образовательном процессе ДОО имеет большой потенциал. Изо-терапевтические занятия не утомляют детей, у них сохраняется высокая активность на протяжении всего времени, отведенного на выполнение задания. Использование различных техник и приемов создания изображений выступает как способ познания своих возможностей и окружающей действительности, выражения различного рода эмоций, средством снижения психоэмоционального напряжения, переживание и усмирение ярости, гнева, злости, получение ребенком положительных эмоций, развитие чувства успешности, создание настроения на активное творчество, развитие изобразительной деятельности. Таким образом, в педагогической практике изо-терапия может использоваться в качестве развивающего средства обучения и создания в ДОО здоровьесберегающей образовательной среды.

ЛИТЕРАТУРА

1. Аметова, Л.А. Формирование арт-терапевтической культуры младших школьников. «Сам себе арт-терапевт» [Текст] / Л.А. Аметова. – М. : Московский государственный открытый педагогический университет, 2003. – 36 с.
2. Лебедева, Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий [Текст] / Л.Д. Лебедева. – СПб. : Речь, 2003. – 256 с.
3. Киселева, М.В. Арт-терапия в работе с детьми [Текст] : рук-во для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми / М.В. Киселева. – СПб. : Речь, 2008. – 160 с.
4. Копытин, А.И. Теория и практика арт-терапии [Текст] / А.И. Копытин. – СПб. : Питер, 2002. – 366 с.