



БИБЛИОТЕКА ВОСПИТАТЕЛЯ



А.А. Воронова



АРТ-ТЕРАПИЯ ДЛЯ ДОШКОЛЬНИКОВ



Издательство «ТЦ СФЕРА»

Библиотека Воспитателя (Сфера)

Армине Воронова

Арт-терапия для дошкольников

«ТЦ Сфера»

2018

УДК 373
ББК 74.100.5

Воронова А. А.

Арт-терапия для дошкольников / А. А. Воронова — «ТЦ Сфера»,
2018 — (Библиотека Воспитателя (Сфера))

ISBN 978-5-9949-2000-8

Арт-терапия расширяет диапазон общения с ребенком, способствует гармонизации детско-родительских отношений, дает возможность справляться с эмоциональными проблемами, развивает коммуникативные навыки детей и взрослых. В данном пособии предлагаются упражнения, которые воспитатели и родители могут включать в игровые занятия с детьми. Большое внимание уделяется вопросам взаимодействия воспитателей и родителей при решении эмоциональных проблем детей, обсуждаются различные стили воспитания, психологические причины плохого поведения детей, рассматриваются теоретические основания применения метода арт-терапии для развития творческой активности, приводятся примеры из практики, которые затрагивают не только дошкольное детство, но и младший школьный возраст. В работе показано, насколько важно развитие личности ребенка в дошкольном периоде, как оно влияет на успеваемость в школе, на дальнейшую судьбу. Пособие адресовано педагогам, воспитателям, родителям, детским психологам, педагогам-психологам, руководителям и методистам ДОО. В формате PDF А4 сохранен издательский макет книги.

УДК 373
ББК 74.100.5

ISBN 978-5-9949-2000-8

© Воронова А. А., 2018

© ТЦ Сфера, 2018

Содержание

Об авторе	7
Что такое арт-терапия? Секретный ресурс арт-терапии	9
Значение арт-терапии и ее виды	9
Арт-терапия в работе воспитателей и педагогов-психологов	14
Технология составления программы коррекционно-развивающей работы для детей с эмоциональными проблемами	14
Описание структуры группового занятия по арт-терапии	15
Пример группового занятия	16
Арт-терапевтические упражнения для дошкольников.	17
Рекомендации воспитателям и родителям	
Упражнение «Карточки метафор»	17
Упражнение «Мои преимущества, что я умею делать лучше всего»	17
Конец ознакомительного фрагмента.	19

Армине Воронова

Арт-терапия для дошкольников



БИБЛИОТЕКА ВОСПИТАТЕЛЯ

На книги этой серии (в комплекте с журналом «Воспитатель ДОУ») можно подписаться на почте по каталогам:

«Роспечать» — 80899,
«Пресса России» – 39755,
«Почта России» – 10395.

Библиотека Воспитателя выходит ежемесячно



© ИП Цветков А.Н., оформление, 2018
© Воронова А.А., текст, 2018

Об авторе



Воронова Армине Аршаковна – кандидат психологических наук, вице-президент Ассоциации практических психологов и коучей, психолог-консультант; стаж профессиональной деятельности – 30 лет. Автор многочисленных публикаций для педагогов и психологов. Участвует в телевизионных программах Первого образовательного канала по популяризации психологических знаний, проводит вебинары по арт-терапии.

Автор и ведущая серии тренингов и практических семинаров для психологов, педагогов и родителей. В течение 20 лет ведет частную практику по вопросам детско-родительских отно-

шений, личностного и профессионального самоопределения, повышения самооценки, мотивации и стрессоустойчивости, а также гармонизации развития, формирования нового отношения к себе и к окружающим, эффективных способов общения и эмоционального благополучия.

Персональный сайт психолога-консультанта А.А. Вороновой www.varmine.ru

Что такое арт-терапия? Секретный ресурс арт-терапии

... Ведь все взрослые сначала были детьми, только мало кто из них об этом помнит.
Антуан де Сент-Экзюпери

Значение арт-терапии и ее виды

Быть воспитателем – это огромная ответственность и прекрасная миссия. Он занимается психологическим и физическим развитием малыша, и именно по этой причине работа воспитателя в детском саду – одна из самых ответственных и важных в современном мире. Вся его работа направлена на формирование основных видов деятельности, способствующих гармоничному развитию личности дошкольника. Для успешной реализации всех задач педагог проявляет подлинное профессиональное мастерство и творческий подход к своему труду

Работа воспитателя в ДОО подразумевает осуществление музыкальной, изобразительной, игровой, трудовой, исследовательской, проектной деятельности с воспитанниками. Расширить профессиональный инструментарий деятельности педагогов, детских психологов, помочь воспитателям и родителям развить таланты детей и воспитанников позволят арт-терапевтические приемы.

В современной практической психологии, педагогике, в системе дошкольного воспитания, в образовании и даже бизнесе арт-терапевтические техники используются достаточно активно. На самом деле мы все применяем приемы арт-терапии в повседневной жизни, просто не всегда знаем, что, например, сочинение какой-нибудь забавной истории, чтобы ребенок успокоился и уснул, является способом сказкотерапии.

Само слово «арт-терапия» состоит из двух слов: «арт» – искусство, и «терапия» – лечение. Как метод лечения его стали применять в 30-е гг. прошлого столетия при работе с детьми, испытавшими стресс в фашистских лагерях и вывезенных в США. Первоначально арт-терапия предлагалась как метод лечения больных с выраженными эмоциональными нарушениями. Однако сейчас рамки терапии искусством намного расширились, и из метода лечения арт-терапия перешла в разряд способов эффективного взаимодействия, поиска взаимопонимания и понимания своего отношения к миру и к самому себе. В этом широком смысле мы и будем рассматривать арт-терапию.

Целительное свойство искусства было известно еще с древних времен. В Греции, в Эпидавре, есть храм бога врачевания – Асклепия (в римской мифологии – Эскулапа), а недалеко от святилища находится хорошо сохранившийся античный амфитеатр, где давались театральные представления. Уже тогда люди понимали, что успех лечения зависит не только от снадобий, медицинских процедур, но и от душевного состояния больного. Спектакли были частью лечения тех, кто приезжал в Эпидавр восстановить свое здоровье. Сопереживание, соучастие в процессе театрального действия давало возможность зрителям осознать и прочувствовать свои эмоции. Такого рода самовыражение создавало исцеляющий эффект, ускоряло процесс выздоровления.

Произведение искусства отражает эмоциональное состояние автора или художника, его эмоции и чувства могут быть созвучны тем, кто смотрит спектакль, картину, фильм, читает книгу или слушает музыку. В каждом человеке есть творческое начало. Обратите внимание, как играют дети: они фантазируют, создают свои миры. В это время развивается личность ребенка. Но, к сожалению, при взрослении дети теряют спонтанность, непосредственность,

легкость и творческое восприятие. Вместо того чтобы выражать свои эмоции, мы их подавляем. Мы часто путаем способность управлять своим эмоциональным состоянием с гиперконтролем.

Дошкольное детство – период развития эмоционально-волевой сферы ребенка, период творческой активности, игры, развития воображения и наглядно-образного мышления. Игровая деятельность является ведущей в дошкольном периоде. Используя приемы арт-терапии, игровой терапии во взаимодействии с ребенком, воспитателям, психологам, родителям проще установить контакт и помочь ребенку справиться с различными проблемами. Например, такими как:

- повышенная тревожность, неуверенность в себе;
- сложности адаптации в детском коллективе, в общении со сверстниками и взрослыми;
- агрессивность, импульсивность в поведении;
- неадекватная самооценка (заниженная или завышенная).

Арт-терапевтический подход в воспитании ребенка среднего и старшего дошкольного возраста наиболее эффективен. С помощью упражнений этой методики ребенку легче социализироваться, развивать коммуникативные навыки, уверенность в себе. Терапия искусством способствует развитию речи, мышления, внимания, памяти.

Применяя арт-терапевтические приемы на занятиях с детьми среднего и старшего дошкольного возраста, воспитатели, педагоги-психологи, родители дают возможность каждому ребенку раскрыть свой творческий потенциал, способствуют становлению личности детей, учитывая индивидуальные особенности каждого.

Основной принцип арт-терапии – одобрение творческой деятельности ребенка и взрослого. Именно безоценочное отношение, безусловное принятие создают атмосферу доверия и понимания, необходимую для успешного проведения арт-терапии. Занятия по терапии искусством отличаются от занятий рисованием, лепкой, танцами, музыкой и др. Главное отличие в том, что арт-терапия не учит, как правильно рисовать, лепить, танцевать и играть на музыкальных инструментах, она создает пространство для самовыражения, раскрытия творческого потенциала, создания своего неповторимого мира, развития познавательной активности, самопознания.

Занятия арт-терапией рекомендуется начинать с 4 лет, а верхний возрастной уровень не имеет ограничений, такие занятия с удовольствием посещают и взрослые. В среднем и старшем дошкольном возрасте формируется и активно развивается символическая функция мышления, необходимая для восприятия арт-терапии. Основой для этой функции является игровая деятельность, в частности сюжетно-ролевая игра. Когда ребенок, играя, представляет, что он водитель автобуса, расставляет стулья как в салоне автобуса, сам садится на «водительское» место, берет в руки пластмассовый обруч, он символически обыгрывает реальную ситуацию. Именно эта способность перенестись из реального мира в мир воображаемый, самостоятельно создать пространство для своих фантазий, умение найти заместители реальных предметов способствует развитию образного мышления ребенка, его творческого потенциала. Поэтому детские психологи говорят, что игра – это серьезно. К сожалению, многие родители больше внимания уделяют развитию логического мышления, интеллектуальным занятиям, обучению навыкам, а развитию эмоциональной сферы уделяется гораздо меньше времени. Совместные арт-терапевтические упражнения восполняют этот пробел. Известно, что левое полушарие головного мозга отвечает за логику, рациональное мышление, а правое – за интуицию, иррациональное мышление, поиск нестандартных решений, творчество. Важно, чтобы у человека был баланс между эмоциональным и рациональным, интуицией и логикой.

Творческая активность ребенка поможет ему в дальнейшем и во взрослой жизни, поскольку современная жизнь предполагает владение так называемыми *soft skills*, т.е. мягкими, гибкими навыками. Они предполагают умение действовать в ситуации неопределенности, где нет четких инструкций и алгоритма действий, где нет шаблонных решений. *Soft skills* вклю-

чают в себя еще и развитие эмоционального интеллекта – способности распознавать свои и чужие эмоции, умение управлять ими, взаимодействовать с окружающим миром.

Процесс арт-терапии предполагает следование таким *основополагающим принципам*'.

- ребенок использует разнообразные изобразительные материалы, с помощью которых он старается отобразить свой внутренний мир;
- ребенок работает с художественными материалами в присутствии специалиста, обладающего достаточным знанием природы художественного творчества, способного воспринимать психологическое содержание рисунков, поделок, и выступать в качестве посредника в «диалоге» ребенка со своим творчеством;
- условия, в которых ребенок работает с изобразительными материалами, должны создавать ощущение безопасности и способствовать свободному выражению его внутреннего мира;
- арт-терапевтическая деятельность предполагает использование воспитателем, арт-терапевтом определенных приемов, помогающих ребенку осознать содержание его внутреннего мира, которое он отразил в том или ином виде творчества.

Существуют *две формы арт-терапии*. активная и пассивная. Первая предполагает создание собственных творений: рисунков, рассказов, поделок из пластилина, глины и т.д. Пассивная форма включает в себя восприятие произведений искусства и возможность осознать и выразить свои чувства с помощью этих произведений.

Видов арт-терапии множество, это может быть: рисуночная терапия, имаготерапия (терапия образами), сказкотерапия, игровая терапия, маскотерапия, драматерапия, фототерапия, песочная терапия, данс-терапия (танцевальная терапия), музыкотерапия, библиотерапия (терапия чтением). Многочисленные виды арт-терапии основываются, в свою очередь, на определенных *направлениях психотерапии*.

1. Психодинамическое направление, к которому относятся классический психоанализ З. Фрейда, К. Юнга и неопсихоаналитические теории (К. Хорни, Э. Эриксон, Э. Фромм). Представители этого направления изучают сферу бессознательного. С помощью метода свободных ассоциаций, метода активного воображения психоаналитик исследует подавленные, вытесненные из сознания чувства, болезненные переживания. Помогая человеку осознать то, что скрыто от него, психоанализ способствует разрешению внутренних конфликтов. Бессознательное проявляет себя в символических образах. К. Юнг предлагал выражать свои мечты и фантазии в рисунках, рассказах, чтобы лучше понимать переживания. В дальнейшем этот прием нашел применение в таких арт-терапевтических техниках, как спонтанное рисование, лепка, создание образов из песка. В психоаналитической теории творческое самовыражение личности рассматривается как процесс сублимации. Сублимация (или замещение) – один из защитных механизмов, который помогает уравновесить наши неприемлемые импульсы. Занятие искусством – социально приемлемый способ выражения негативных сторон личности. Можно сказать, что идеи психоаналитиков во многом повлияли на становление арт-терапии как отдельного направления в оказании психологической помощи. Художественное творчество выражает бессознательное. Многие чувства человеку легче выразить, например, в рисунках, чем словами. Психотерапевт помогает понять смысл свободных ассоциаций и художественных символов в творческой деятельности своих пациентов. Но главным отличием арт-терапии от психоанализа является то, что первая не интерпретирует, не анализирует образы и продукты творческой работы.

2. Поведенческое, или его еще называют бихевиористическое (от англ. *Behavior* — поведение), направление (Д. Уотсон, Б.Ф. Скиннер) указывает на то, что научно можно исследовать только поведение человека, которое (по мнению бихевиористов) принципиально не отличается от поведения животных. С точки зрения поведенческих психологов, такие явления, как сознание и бессознательное, не могут рассматриваться в рамках экспериментальных исследо-

ваний. С позиции этого направления развитие личности рассматривается как процесс научения и обретения новых умений.

3. Гуманистическое направление (или психология «третьей силы»). Яркие представители этого направления – А. Маслоу, К. Роджерс, М. Эриксон. Это направление появилось относительно недавно – в 60—70-е гг. XX столетия и в большей степени повлияло на развитие арт-терапии как отдельного метода. Гуманистический подход в психотерапии не рассматривает человека, нуждающегося в помощи, как больного. В психотерапевтическом процессе психолог и клиент – это два равных партнера, и их общение можно назвать процессом творческого сотрудничества. Клиент – не объект психотерапевтического воздействия, а активный участник, заинтересованный в том, чтобы его жизнь изменилась к лучшему. В данном направлении психологу отводится роль фасилитатора (помощника, который может направить и ускорить процесс позитивных изменений личности). Именно такое отношение к клиенту применяется в арт-терапии.

Арт-терапией как методом лечения могут заниматься только специалисты, имеющие определенный уровень подготовки. Однако многие упражнения этого метода могут применяться в рамках психотерапии обыденной жизни и требуют лишь внимательного и заинтересованного отношения к тому, что делает ваш ребенок. Такое применение арт-терапевтических приемов не рассматривается как лечебное воздействие, это, скорее, развивающие методы, способы, налаживающие взаимопонимание детей и взрослых.

Что же дают нам разнообразные виды арт-терапии, как помогают нам в улучшении самочувствия, отношениях с близкими? Как могут арт-терапевтические техники изменить нашу жизнь в лучшую сторону.

Секретный ресурс арт-терапии заключается именно в том, что она дает возможность взрослым, не навязывая и не заставляя, раскрыть способности ребенка, помочь ему, опираясь на сильные стороны, преодолевать трудности. С помощью арт-терапевтических техник мы можем лучше понимать своих детей, видеть, что на самом деле тревожит ребенка. Ведь дети не все могут выразить словами, поэтому арт-терапия – это еще одна возможность общения с ребенком на его языке, на языке образов, символов и метафор.

Позитивные эффекты, которые вызывает арт-терапия:

- создает положительный эмоциональный настрой в группе;
- облегчает процесс коммуникации со сверстниками, родителями, педагогами, другими взрослыми. Совместное участие в художественной деятельности способствует созданию отношений взаимного принятия, эмпатии;
- укрепляет культурную идентичность ребенка, способствует преодолению языкового барьера, особенно в многонациональных коллективах;
- позволяет обратиться к тем реальным проблемам или фантазиям, которые, по каким-либо причинам, затруднительно обсуждать вербально;
- дает возможность на символическом уровне экспериментировать с самыми разными чувствами, исследовать и выражать их в социально приемлемой форме, позволяет проработать подавленные мысли и эмоции. Работа над рисунками, картинами, скульптурами – безопасный способ разрядки разрушительных и саморазрушительных тенденций;
- развивает чувство внутреннего контроля, создает условия для экспериментирования с кинестетическими и зрительными ощущениями, стимулирует развитие сенсомоторных навыков, функций правого полушария головного мозга, отвечающего за интуицию и невербальные способы коммуникации;
- содействует творческому самовыражению, развитию воображения, эстетического опыта, практических навыков изобразительной деятельности, художественных способностей в целом;

- облегчает адаптацию к повседневной жизни и занятиям в школе. Снижает связанные с обучением утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления;
- помогает корректировать различные отклонения и нарушения личностного развития, опираясь на здоровый потенциал личности, внутренние механизмы саморегуляции и исцеления;
- позволяет выстраивать отношения, основанные на любви и взаимной привязанности, и тем самым компенсировать их возможное отсутствие в родительском доме.

С помощью творчества у детей формируется положительная оценочная система себя, окружающего мира, а также себя в мире социума, совершенствуются навыки вербального и невербального общения. Арт-терапия позволяет ребенку с проблемами в межличностном общении выразиться, отреагировать подавленные эмоции, трансформировать негативную энергию в творческую. Поэтому терапия искусством – прекрасное средство профилактики конфликтного поведения.

Способность воображать, представлять, мечтать, фантазировать дана каждому человеку, но почему-то не каждый использует этот дар для обретения внутреннего спокойствия и душевного равновесия. Иногда мы интуитивно тянемся к этому внутреннему ресурсу, когда, например, переносимся в своем представлении туда и в те времена, когда нам было легко, беззаботно, когда мы чувствовали себя защищенными и открытыми миру. Когда Франклина Рузвельта – 32-го президента США – спросили, как ему удастся эмоционально справиться со столь напряженной работой и ответственностью, он ответил: «Я вспоминаю свое детство, я представляю себя маленьким мальчиком, который катается на санках с горки. Это помогает мне выдерживать большие эмоциональные нагрузки и восстанавливать свои силы». Психологи назвали бы такое обращение к детству поиском *ресурсного состояния*. От родителей и воспитателей во многом зависит, чтобы о детстве у детей было больше приятных воспоминаний, на которые они смогут опираться в будущем.

Арт-терапия в работе воспитателей и педагогов-психологов

Технология составления программы коррекционно-развивающей работы для детей с эмоциональными проблемами

Цели:

- обучение тому, как ребенку справляться с эмоциональными проблемами;
- навыкам самоанализа, саморегуляции и самоконтроля;
- содействие развитию общения и творческого потенциала личности ребенка.

Этап 1. Выявление детей с эмоциональными проблемами. (Наблюдение за поведением детей.)

Этап 2. Определение причин эмоциональных нарушений. Диагностическая беседа с родителями, педагогами, специалистами. Для дальнейшей работы с ребенком предложите родителям заполнить анкету и проведите с ними проективное интервью¹.

Этап 3. Включить ребенка в программу коррекционно-развивающих занятий (индивидуальных или групповых) в зависимости от характера эмоциональных проблем. Определить расписание дополнительных занятий с ребенком. Рекомендуется – 1 занятие (30 мин) один раз в неделю.

Этап 4. Состоит из двух занятий. Диагностика актуального эмоционального статуса ребенка. Проведение проективных методик для составления его психологического профиля. На этом этапе специалист обозначает те качества личности ребенка, которые необходимо развивать в ходе дальнейших занятий.

Этап 5. Провести 10 занятий с применением методов арт-терапии: игровой, рисуночной, музыкотерапии, песочной, сказкотерапии для преодоления эмоциональных проблем и развития эмоционально-волевой сферы ребенка.

Этап 6. Завершающий. Два занятия, направленные на закрепление полученных навыков.

Этап 7. Обсуждение с родителями результатов проведенных занятий. Дать рекомендации для родителей. Рассмотреть варианты дальнейшей работы по эмоциональным проблемам ребенка.

¹ Анкета и вопросы интервью представлены в Приложении данного методического пособия.

Описание структуры группового занятия по арт-терапии

Количество участников в группе: 5—7 чел.

Продолжительность одного занятия — 30 мин.

В основной части каждого занятия можно предлагать различные упражнения из предложенных ниже в зависимости от тех задач, которые ставит перед собой воспитатель для развития тех или иных качеств своих воспитанников.

Цель: помощь детям в установлении эмоционального контакта, эффективного взаимодействия друг с другом.

Оборудование: лист ватмана, цветные карандаши, мелки (по количеству детей).

* * *

Первая часть. Приветствие; длится 3—5 мин в зависимости от количества участников.

Дети и педагог² сидят в кругу.

Каждому ребенку предлагается назвать свое имя, а группа придумывает какое-то позитивное качество, которое подходит данному ребенку. Например: «Здравствуйте, я – Максим». Группа: «Ты – Максим. Ты веселый!» или «Ты спортивный!», «Добрый» и т.д.

Если дети затрудняются, педагог помогает и предлагает свои варианты. В дальнейшем такое приветствие становится ритуалом начала занятия и позитивного настроения.

Вторая часть. Музыкальная разминка; длится 5 мин.

Педагог предлагает одному из детей быть ведущим. Обязательное условие: на каждом занятии – новый ведущий. Он встает и под музыку дирижирует. Остальные участники группы должны повторять его движения руками. Смысл данного упражнения – синхронизировать действия, помочь детям настроиться «на одну волну».

После того как будет выключена музыка, детям предлагается обсудить, кому было просто следовать за движениями дирижера, какие были сложности и т.п.

Третья часть. Основная, длится 15 мин. На листе ватмана, разложенного на полу, педагог рисует какой-либо ландшафт. (Этот рисунок лучше сделать заранее, можно символически изобразить поле, лес, проселочную дорогу, речку или ручей.) Детям предлагается нарисовать свои дома на этом ландшафте. Каждый ребенок рисует свой дом и располагает там, где ему удобно, где он считает нужным. Задача педагога – помочь детям взаимодействовать, договариваться, не нарушать территорию друг друга. По завершении коллективного рисунка важно обсудить с каждым участником группы, что он хотел бы добавить или исправить в получившемся коллективном рисунке. Задача – найти свое символическое «место» на рисунке, которое отражает психологические границы ребенка. Предложить детям пойти друг к другу в гости в этом виртуальном пространстве. Обсудить, что интересного они могут найти в домах своих друзей.

Четвертая часть. Завершение занятия, длительность – 5 мин. Дети должны ответить на вопросы: что мне больше всего понравилось на занятии? В какой дом, изображенный на коллективном рисунке, хочется заглянуть в гости? Если к нам придут гости, как лучше развлекать их?

В завершение занятия все благодарят друг друга и аплодируют.

² Занятие может проводить воспитатель или педагог-психолог.

Пример группового занятия

Цель: развитие коммуникативных навыков и уверенности в себе при общении.

Оборудование: аудиозапись музыки марша (по выбору педагога), шаблон из картона, по форме напоминающий герб, разделенный на три части (два раздела сверху и один – внизу) (по количеству детей).

Правила в группе называются «Правила трех “НЕ”»: НЕ драться; НЕ кусаться; НЕ обзывать. Эти правила можно символически обозначить на доске и при необходимости напоминать. Также можно сделать карточки и каждый раз, когда ребенок нарушает одно из правил, показывать ему соответствующую карточку. (Как в футболе, когда судья показывает игрокам красную или желтую карточку.)

Можно: быть активными, задавать вопросы (только по очереди), слушать других; рисовать, лепить, танцевать, сочинять истории, фантазировать, играть.

Нужно: договариваться, спрашивать у других детей, что им интересно делать, и потом предлагать свои игры.

Важно: поощрять творческую активность детей. Не давать оценок, поддерживать инициативу.

* * *

Приветствие (длительность – 5 мин). Я ... (*ребенок называет свое имя*) и качество (*веселый, быстрый, шустрый, смелый* и т.п.).

Группа повторяет имя и качество, которое на этом занятии хочет развивать ребенок.

Разминка (длительность – 5 мин). Дети вместе с педагогом маршируют под музыку, в это время все вместе обсуждают и принимают правила работы в группе.

Упражнение «Герб»

Предварительно педагог рассказывает, что значит слово герб, для чего его создают, каким он может быть. Также педагог объясняет, что такое жизненный девиз, для чего он нужен. (Длительность – 5 мин.)

Педагог раздает детям шаблоны герба и предлагает каждому ребенку в верхнем разделе слева символически изобразить те качества, которыми он может гордиться, справа нарисовать то, к чему он стремится, а в нижней части герба написать девиз. Например: «Только вперед!», «Знание – сила», «К новым вершинам!» и т.д.

С написанием девиза может помочь педагог, но идею и смысл должен сформулировать ребенок. (На выполнение задания отводится 15 мин.)

После выполнения этого задания проводится обсуждение. (Длительность – 5 мин). Педагог задает детям вопросы.

- Что нового я узнал на занятии?
- Для чего нужен герб?
- Как он может мне помочь преодолеть волнение и страх?
- Какие качества я могу развивать?
- Как мой девиз помогает мне справляться с трудностями?

Подведение итогов занятия (длительность – 5 мин). Обсуждение, что было интересным на занятии, и чему хотелось бы уделить внимание на следующем. Когда все дети выскажутся, педагог дает рекомендации для родителей. (Длительность – 5 мин.)

Арт-терапевтические упражнения для дошкольников. Рекомендации воспитателям и родителям

Важно:

- прежде всего педагог ориентируется на то, что предлагает сам ребенок, следует за его фантазией;
- чтобы направлять ребенка, педагог задает ему вопросы: как ты считаешь, на что это похоже? Что бы ты хотел изменить в этом рисунке, композиции, истории?;
- творческая атмосфера на занятиях предполагает, что педагог не дает шаблонных решений, а помогает ребенку самому найти способ самовыражения.

Упражнение «Карточки метафор»

Цели:

- развитие коммуникативных компетенций ребенка с помощью метафор;
- определение, с кем ребенок идентифицирует себя.

Оборудование: карточки размером 10x15 см (^{x3}), цветные карандаши или мелки (по количеству детей).

Примечание. Упражнение развивает образное мышление, способствует развитию воображения и творческой активности.

* * *

Педагог дает каждому ребенку по 3 пустые карточки и задает следующие вопросы: если бы ты был сказочным персонажем, то каким? Если бы ты был режиссером, кто был бы главным героем твоего фильма или мультфильма? Если бы ты был артистом, какую роль хотел бы сыграть?

Ребенок должен на каждой карточке символически изобразить ответы на вопросы (1 карточка = 1 вопрос). Затем ребенок показывает, что он изобразил на карточках и разъясняет каждую. После этого отвечает на вопросы проективного интервью.

1. Как этот сказочный персонаж может отстаивать свою точку зрения? Будет ли он спорить со взрослыми? Как он будет убеждать своих сверстников?
2. Как герой фильма или мультфильма будет вести себя во время конфликта?
3. В чем преимущества той роли, которую ты придумал?

Упражнение «Мои преимущества, что я умею делать лучше всего»

Цель: повышение уровня самооценки.

Примечание. Упражнение способствует личностному развитию и изменению жизненного сценария.

* * *

Педагог. Как показывает практика, многим взрослым людям трудно назвать свои преимущества. Считается, что про это говорить не стоит, надо указывать только на недостатки.

Мы умеем быть самокритичными, но совсем не умеем опираться на свои сильные стороны, в то время как благодаря именно сильным сторонам мы можем развиваться и двигаться вперед.

В беседе педагог предлагает ребенку перечислить те качества или умения, которые ему нравится делать больше всего, что у него хорошо получается. Например: я умею хорошо кататься на коньках. Я веселый. Я быстро бегаю. Я хорошо играю в компьютерные игры. И т.п.

Если ребенок затрудняется выделить свои сильные стороны, педагог должен помочь ему, подсказать, что у каждого есть способности.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.