Арт-терапия- один из инновационных методов работы педагога-психолога.

|  |
| --- |
|  Моя деятельность педагога-психолога связана с оказанием помощи личности, семье, социальной группе в разрешении проблем, связанных с сохранением психического здоровья детей, нарушением прав ребенка и насилием, дезадаптацией детей и подростков в социальной среде, межличностных конфликтов и др. Разнообразие проблем, с которыми я сталкиваюсь в своей деятельности, требует использования разнообразных методов и приемов работы. Хороший результат вижу в работе при использовании арт-терапевтических методик. Арт-терапия - это один из наиболее эффективных способов работы с клиентами любого возраста и с любыми нарушениями, при этом для личности - это способ самораскрытия, самовыражения, развития и гармонизации личности. Каждый из нас творец и творчество приносит нам огромное удовольствие. В творчестве каждый человек получает много возможностей высказаться, выразить свои чувства и эмоции. Арт-терапия в деятельности педагога-психолога может использоваться и в диагностических целях, так как посредством творческого самовыражения своих внутренних проблем на бумаге, при помощи выполненных из пластилина фигур и т.п., ребенок или подросток доносит диагносту информацию о существующей проблеме, которую не решился бы озвучить при помощи словесного контакта. Поэтому для одних детей, неспособных рассказать о своих проблемах, арт-терапия зачастую является единственным методом диалога между ним и педагогом-психологом, потому что выразить свои эмоции посредством творчества им гораздо проще, нежели рассказать о них. Для других детей, изначально выстраивающим широкий эмоциональный забор, ограждающий их эмоции и переживания от окружающих, не позволяющий вникнуть в суть проблемы и, соответственно, найти пути ее решения, методы арт-терапии помогают «сломать» данный забор, перевести отношения между учеником и педагогом-психологом в более доверительную плоскость. Методами арт-терапии можно справиться с различными негативными состояниями, такими как негативная «Я-концепция», тревожность, страхи, агрессивность, переживание эмоционального отвержения, депрессия, конфликты, неадекватное поведение и многими другими проблемами, которые мешают ребенку жить и тормозят его развитие, поэтому метод арт-терапии может быть широко использован в коррекционных целях.В работе педагога-психолога арт-терапия используется как в индивидуальной форме, так и групповой. В системе образования отдается предпочтение групповым формам, так как позволяет работать с более широким кругом клиентов и имеет ряд преимуществ, которые отмечены М. Либман: позволяет развивать ценные социальные навыки; связана с оказанием взаимной поддержки членам группы и позволяет решать общие проблемы; дает возможность наблюдать результаты своих действий и их влияние на окружающих; позволяет осваивать новые роли, а также наблюдать, как модификация ролевого поведения влияет на взаимоотношения с окружающими; повышает самооценку и ведет к укреплению личной идентичности; развивает навыки принятия решений [3, с. 28].В основном в деятельности педагога-психолога большое значение имеет использование изотерапии. Приемов изотерапии много: «Рисуем круги», «Рисуем эмоции», «Раскрашиваем чувства», «Цвет моего настроения», «Рисуем имя», «Рисуем деревья», «Рисуем (лепим) маски»,«Лепим из пластилина», «Подарки», прием рисования пальцами и др.Изобразительное творчество позволяет ребенку ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, быть самим собой, свободно выражать мечты и надежды, а также - освободиться от негативных переживаний прошлого. Это не только отражение в сознании клиентов окружающей и социальной действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней. Рисование развивает чувственно-двигательную координацию, так как требует согласованного участия многих психических функций. По мнению специалистов, рисование участвует в согласовании межполушарных взаимоотношений, поскольку в процессе рисования активизируется конкретно-образное мышление, связанное, в основном, с работой правого полушария, и абстрактнологическое, за которое ответственно левое полушарие. Психокоррекционные занятия с использованием изотерапии служат инструментом для изучения чувств, идей и событий, для развития межличностных навыков и отношений, укрепления самооценки и уверенности в себе.Существуют различные техники арттерапии. Приведу лишь один из видов.***Техника медитативного рисунка - мандала.*** Одной из техник изотерапии является создание циркулярных композиций - мандал. Слово мандала имеет санскритское происхождение и означает «магический круг». Мандала помогает стимулировать основные внутренние источники, запечатленные на глубинных уровнях разума, включая механизмы саморегуляции. Это психологический преобразователь, помогающий человеку установить связь с самим собой. Почему я считаю этот метод наиболее часто применяемым в работе педагога –психолога? Арт-терапия обладает преимуществами перед другими методами работы педагога-психолога: не имеет ограничений в использовании (любой ребенок не зависимо от возраста, художественных способностей может участвовать в такого рода деятельности); вызывает положительные эмоции, помогает преодолеть апатию, сблизиться с окружающими; служит способом освобождения от сильных переживаний, средством развития внимания к чувствам, усиления ощущения собственной личностной ценности; стимулирует самопознание и самовыражение, мобилизуют творческий потенциал и внутренние механизмы самоизменения. |