**Изотерапия, как одна из граней арттерапии.**

Макаровская Ю.В.

Опыт использования изотерапии в работе с детьми старшего дошкольного возраста

***Арттерапия*** ( терапия искусством) – один из методов психологической работы, использующий возможности искусства для достижения положительных изменений в интеллектуальном, эмоциональном и личностном развитии человека.

Поскольку арттерапия обеспечивается воздействием средствами искусства, то её классификация основывается, прежде всего, на специфике видов искусства:

- музыка - музыкотерапия,

- изобразительное искусство – изотерапия,

- театр - имаготерапия,

- литература, книга – библиотерапия,

- танец - кинезитерапия.

В свою очередь каждый вид арттерапии подразделяется на подвиды.

**Преимущества изотерапии перед другими формами психотерапевтической работы.**

1. Практически каждый человек может участвовать в изотерапевтической работе, которая не требует от него каких-либо способностей к изобразительной деятельности или художественных навыков.
2. Изотерапия является средством преимущественно невербального общения. Это делает её особенно ценной для тех, кто недостаточно хорошо владеет речью, затрудняется в словесном описании своих переживаний.
3. Изобразительная деятельность является мощным средством сближения людей. Это особенно ценно в ситуациях взаимного отчуждения. При затруднении в налаживании контактов.
4. Продукты изобразительного творчества являются объективным свидетельством настроений и мыслей человека, что позволяет их использовать для оценки состояния, проведения соответствующих исследований.
5. Изотерапия является средством самовыражения, предполагает атмосферу доверия, терпимости и внимания к внутреннему миру человека.
6. Изотерапевтическая работа вызывает у людей положительные эмоции, помогает преодолеть апатию и безынициативность, сформировать более активную жизненную позицию.

Занятие по изотерапии позволяют решать следующие важные педагогические задачи:

1. Воспитательные
2. Коррекционные
3. Психотерапевтические
4. Диагностические
5. Развивающие

**Воспитательные.**

Взаимодействие строится таким образом, чтобы дети учились корректному общению, сопереживанию, бережным взаимоотношениям со сверстниками и взрослыми. Это способствует нравственному развитию личности. Складываются открытые, доверительные, доброжелательные отношения с педагогом.

**Коррекционные.**

Достаточно успешно корректируется образ «Я», который ранее мог быть деформированным, улучшается самооценка, исчезают неадекватные формы поведения, налаживаются способы взаимодействия с другими людьми. Хорошие результаты достигаются в работе с некоторыми отклонениями в развитии эмоционально-волевой сферы личности.

**Психотерапевтические.**

«Лечебный» эффект достигается благодаря тому, что в процессе творческой деятельности создаётся атмосфера эмоциональной теплоты, доброжелательности. Возникают ощущения психологического комфорта, защищённости, радости, успеха. В результате мобилизуется целебный потенциал эмоций.

**Диагностические.**

Изотерапия позволяет получить сведения о развитии и индивидуальных особенностях ребёнка. Это способ понаблюдать за ним в самостоятельной деятельности, лучше узнать его интересы, ценности, увидеть внутренний мир, а также выявить проблемы, подлежащие специальной коррекции.

 В процессе занятий легко проявляются характер межличностных отношений и реальное положение каждого в коллективе, а также особенности семейной ситуации. Обладая многосторонними диагностическими возможностями, она может быть отнесена к проективным тестам.

**Развивающие.**

Благодаря использованию приёмов изотерапии складываются условия, при которых каждый ребёнок переживает успех в той или иной деятельности, самостоятельно справляется с трудной ситуацией. Дети учатся вербализации эмоциональных переживаний, открытости в общении, спонтанности. Происходит личностный рост человека, обретается опыт новых форм деятельности, развиваются способности к творчеству, саморегуляции чувств и поведения.

**Занятие с использованием изотерапии включает:**

Этапы:

1. Введение и «разогрев»
2. Этап изобразительной работы
3. Этап обсуждения
4. Завершение

**Этап №1.**

Введение и «разогрев». Предполагает приветствие и подготовку участников к работе, а также создание атмосферы доверия и безопасности. Воспитатель напоминпет основные правила поведения в группе. Далее представляет собой разные виды физической активности и способы «настройки» на изобразительную работу6 общая игра по теме, мини-беседа.

**Этап№2.**

Представление и разработка темы, может быть небольшая дискуссия. Учитывая небольшой возраст участников, данный этап целесообразно организовать в форме рассказывания или драматизации сказки, игры или путешествия. Можно предложить детям «прожить» образ в движении (Например, представить себя воздушным шариком или снежинкой).

**Этап№3.**

Обсуждение представляет собой рассказ или комментарии участников о своей изобразительной работе. Они не просто описывают то, что нарисовано, но обычно стараются сочинить сказку об изображённом персонаже.

При рассказе участников о своих работах другие, как правило, воздерживаются от каких- либо комментариев или оценок, но могут задавать вопросы автору.

На этом этапе занятия педагог может дать собственные комментарии или оценки хода работы, её результатов. Поведения отдельных участников. Воспитатель может также задать вопросы автору, направленные на уточнение содержания его работы, а также его переживаний и мыслей.

**Этап№4.**

Завершение занятия. Предполагает подведение итогов, усиление положительного эмоционального переживания.

Варианты завершения занятия: «подари улыбку», «подари тепло своего сердца» и др.

**РЕЗУЛЬТАТЫ**

-Дети с желанием посещают занятия и бережно относятся к своим произведениям. Также они уверенно используют время отведённое им для работы, разделённое на этапы, не зависимо от уровня развития детей.

-Дети с удовольствием осваивают новые материалы. Замкнутые, стеснительные дети с осторожностью берут новые незнакомые материалы, но, глядя на остальных преодолевают свою неуверенность и к концу занятия действуют свободно.

-Взаимодействие детей от занятия к занятию становится всё активнее. Особенно это проявляется в процессе создания парных или коллективных работ. Работа в парах часто вызывает споры у дошкольников, но в процессе работы детям удаётся найти общее решение и они с удовольствием представляют результат на обсуждение.

-Сравнивая высказывания детей при обсуждении в начале и конце года, можно отметить, что они стали более развёрнутые и осознанные. Большинство не испытывают затруднений при сочинении сказок по собственным произведениям.