**Арт-терапия как средство для развития эмоциональной сферы старших дошкольников**

**с ограниченными возможностями здоровья**

Современные требования образовательной системы предполагают построение учебно-воспитательного процесса таким образом, чтобы учитывались индивидуальные особенности каждого ребенка. Преимущественно это касается детей дошкольного возраста, имеющих ограниченные возможности здоровья, поскольку нарушения темпов нормального психического развития может привести в дальнейшем к стойкому отставанию в учебной деятельности.

Авторы (Г.Е. Сухарева, Т.А. Власова, К.С. Лебединская, В.Б. Никишина, М.С. Певзнер и др.) отмечали, что у дошкольников с ОВЗ главной особенностью является ярко выраженное недоразвитие эмоциональной сферы, которая играет роль посредника между мотивационными и познавательными процессами. И если эмоциональный потенциал ребенка не получает должного развития на данном этапе онтогенеза, то в последствии реализовать его полностью становится практически невозможно, так как именно в период дошкольного возраста оформляются важнейшие эмоциональные новообразования: переживания становятся более глубокими, осознанными, обобщёнными и дифференцированными, усложняется их предметное содержание, усложняются речевые характеристики переживаний, возникает эмоциональная коррекция поведения [27], [29].

Как уже отмечалось, основные компоненты эмоциональной сферы детей с ОВЗ: эмоции, чувства и настроения недостаточно дифференцированы, эгоцентричны, непропорциональны и нечувствительны воздействиям окружающего мира [8, c.200]. У детей наблюдаются недостаточно сформированные умения распознавать и описывать свои эмоции, а также выражать свое эмоциональное состояние социально приемлемым способом. Из-за этого возникают конфликты внутри детской группы, у дошкольников с ОВЗ появляются внутриличностные проблемы, которые вытекают в тревожность, гиперактивность, застенчивость, агрессивность, замкнутость и т.д.

Поэтому, соответственно организованная психолого-педагогическая работа в этом направлении может не только обогатить эмоциональный потенциал дошкольников с ОВЗ, но и значительно смягчить или даже полностью устранить недостатки развития эмоциональной сферы.

Е.Н. Васильева, учитывая положение Л.С. Выготского о взаимосвязи в процессе развития эмоциональной сферы (аффекта) и интеллекта, предположила, что из всех средств, способствующих развитию эмоциональной сферы детей дошкольного возраста с ОВЗ, наибольшую значимость приобретают только те, что могут дать возможность детям добиться реальных успехов и, следовательно, пережив положительные эмоции, почувствовать уверенность в собственных силах.

Таким образом, основной задачей развивающей работы со старшими дошкольниками с ОВЗ становится подбор адекватных средств, позволяющих целенаправленно воздействовать на развитие их личности.

По мнению О.А. Матвеевой, одним из таких средств является арт-терапия, так как психологические воздействия на личность старших дошкольников с ОВЗ с помощью искусства способны развить в них не только чувства эмпатии, понимания состояний, настроений, переживаний, доброжелательно-критического восприятия достоинств и недостатков окружающих, но и, детерминируя нравственное развитие личности, обеспечить ориентацию в системе моральных норм [30, с. 14].

Под арт-терапией принято подразумевать терапию изобразительным творчеством, целью которого является опосредованное воздействие на психоэмоциональное состояние субъекта [23].

Первоначально возможности арт-терапии использовались в контексте идей психоанализа З. Фрейда и К.Г. Юнга [30, с. 37]. Однако на сегодняшний день арт-терапия представляет собой междисциплинарный подход, соединяющий между собой различные области знания: культурологию, медицину, психологию, педагогику и др. [30, с. 14].

Так, например, клинические психологи И. Ирвуд, Э. Хольцман, Э. Холт и Д. Кайзер акцентировали свое внимание на том факте, что арт-терапевтические средства, используя «язык» визуальной и пластической экспрессии, положительно влияют на развитие эмоциональной сферы дошкольников с ОВЗ [27, с. 28].

В свою очередь нейропсихолог О.Н. Ярова, одна из первых описала опыт использования элементов арт-терапии в нейропсихологической практике. Автор показала, что арт-терапия является катализатором, воздействующим на активность полушарий головного мозга, а поскольку левое полушарие отвечает за разум и сознание, то оно является цензором, не позволяющим выходить наружу эмоциям и чувствам. Данный метод психологической помощи, посредством творческой деятельности, помогает активизировать работу левого полушария, запуская тем самым бессознательные процессы, которые и выпускают наружу подлинные переживания. Такая работа приводит к осознанию и исправлению внутренних страхов, комплексов и «зажимов».

О.Н. Ярова также указывала, что занятие изобразительным творчеством является естественным способом выражения чувств, поскольку оно предполагает прикосновения, запахи и другие сенсорные стимулы. Рисование и прочие формы изобразительной деятельности стимулируют актуализацию эмоциональной сферы дошкольников с ОВЗ и способствуют благотворному влиянию на развитие чувств и настроений детей, предотвращая возможность проявлений аффектов и эмоционального стресса [27, с. 30].

Как отмечали Е. Кейн и В. Ловенфельд, опосредованное влияние искусства на сознательные и бессознательные стороны психики детей в корне меняют негативные проявления эмоций и позволяет выработать механизмы, усиливающие ощущение собственной личностной ценности [27, с. 48].

Следовательно, комплексное использование арт-терапевтических техник в различных научных сферах допускает активизацию и развитие эмоциональных аспектов личности дошкольников с ОВЗ и преодолевает противоречия между чувствами и настроением.

Таким образом, **цель проекта** способствовать развитию эмоциональной сферы детей старшего дошкольного возраста с ОВЗ, создать условия для ознакомления детей с миром эмоций и способами адекватного выражения своего эмоционального состояния.

**Задачи проекта:**

1. Формировать способность детей управлять своими эмоциями и понимать чувства других людей. Сравнивать их, и регулировать таким образом, чтобы было комфортно им самим и окружающим людям.
2. Обучать детей способам выражения и дифференциации эмоциональных состояний.
3. Помочь детям отреагировать имеющиеся отрицательные эмоции (страх, гнев и пр.), препятствующие их полноценному личностному развитию.
4. Развивать адекватную самооценку.
5. Обогащать словарь детей за счет слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроения.
6. Акцентировать внимание детей на их ощущениях и чувствах.
7. Создавать оптимальные для детей условия, способствующие наиболее четкой вербализации и проработке тех мыслей и чувств, которые они привыкли подавлять.
8. Помочь детям найти социально приемлемый выход как позитивным, так и негативным чувствам.
9. Дать детям возможность преодолеть чувство отверженности и ощутить яркие эмоции.
10. Открыть принципиально новые возможности преобразования негативных эмоций в позитивные, посредством эмоционального отреагирования через рисунок, сказку, танец и т.д.

Перечисленные задачи могут быть реализованы через художественные образы в живописи, музыке, драматическом искусстве, которые вызывают у старших дошкольников с ОВЗ восприимчивость к сильным эмоциям, таким как воодушевление, любовь, страх, ненависть и др. Однако, как отмечала М.В. Киселева, перечисленные эмоции могут проявиться лишь в том случае, если ребенок способен не только воспроизвести эти чувства, но и, в первую очередь, принять и понять их [19, с.17].

**Принципы реализации проекта:**

1. Безопасность. Создание атмосферы доброжелательности, принятия каждого ребенка.
2. Возрастное соответствие. Предлагаемые упражнения учитывают возможности детей данного возраста.
3. Сочетание статичного и динамичного положения детей. Упражнения статичного характера перемежаются подвижными упражнениями.
4. Наглядность. Активное использование предметной среды.
5. Дифференцированный подход. Учет индивидуальных особенностей детей.
6. Рефлексия. Совместное обсуждение понятого, увиденного, почувствованного на занятии и краткое резюме психолога в конце занятия.
7. Конфиденциальность. Адресность информации о ребенке родителям, педагогам, воспитателям; недопустимость разглашения медицинских диагнозов детей.

**Условия реализации проекта**:

По продолжительности проведения – долгосрочный (6 месяцев).

Периодичность - 1 раз в неделю.

Продолжительность – 20 минут.

Форма – групповые занятия.

**Структура занятий:**

1. Приветствие. Оно служит для формирования позитивного интереса и сплочения группы.
2. Разминка. Данный вид деятельности снимает эмоциональную напряженность, формирует благоприятный психологический климат, развивает чувство внутренней устойчивости и доверительности.
3. Основная часть. В этой части решаются цели и задачи занятия, проводится арт-терапия.
4. Рефлексия занятия. Оценка занятия взрослыми с позиции заинтересованности, продуктивности, полезности, оправданности ожиданий. Дети делятся своими эмоциями (как себя чувствуют «здесь и сейчас»).
5. Прощание. Оно необходимо для формирования ощущения целостности и завершенности занятия, эмоционального сплочения группы.

Проект предназначен для работы с детьми старшего дошкольного возраста с ОВЗ, минимальная численность группы – 5 человек, максимальная – 9-10 человек.

**Этапы реализации проекта**

**Подготовительный этап** включал в себя проведение первоначальной диагностики. В качестве диагностического инструментария были выбраны методики, соответствующие возрастным особенностям и варианту дизонтогенеза: методика «Эмоциональные лица» Н.Я. Семаго и методика «Домики» О.А. Ореховой, направленная на диагностику дифференциаций эмоциональной сферы ребенка; подбор и анализ методической литературы, наглядного материала и оборудования; разработка плана занятий с детьми.

**Основной этап** ― проведение цикла занятий, психологических игр и упражнений, включающих в себя: сказкотерапию, су-джоктерапию, арт-терапию, куклотерапию, мульттерапию, танцевальную терапию, музыкотерапию, фототерапию и драматизацию.

**Заключительный этап** ― проведение сравнительной диагностики, ознакомление родителей с результатами, подведение итогов.

Проект составлен на основе психолого-педагогических разработок И.В. Вачкова, Т.Д. Зинкевич-Евстигеевой, Е.Л. Набойкиной.

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | *Наименование темы* | *Виды арт-терапии* | *Количество занятий* |
| *Диагностический этап* | | | |
| 1. | Определение уровня развития эмоциональной сферы |  | 1 |
| *Практический этап* | | | |
| 2. | *«Знакомство со сказочной страной»*  Тайна моего имени  Солнечный ежик | Сказкотерапия | 2 |
| Су-джок-терапия |
| Арт-терапия (изо) |
| *Путешествие в сказку. Знакомство со слугами чувствами* | | | |
| 3 3. | *«Доброта» и «Злость»*  Сказка о добром и злом сердце  Добро побеждает Зло  Танец «Злости» | Сказкотерапия | 3 |
| Куклотерапия |
| Танцевальная терапия |
| 4. | *«Счастье», «Обида», «Горе»*  Золушка  Этюд на выражение обиды  Этюд на выражение горя  Этюд на выражение счастья  Мы рисуем мультфильм  Внимание, идет съемка! | Сказкотерапия | 3 |
| Арт-терапия (лепка, рисование) |
| Мульттерапия |
| 5. | *«Грусть» и «Веселье»*  На что похоже мое настроение  Я изменяю свое настроение | Арт-терапия (изо) | 1 |
| Драматерапия |
| 6. | *«Я учусь дружить»*  Разговор по телефону  Песенка кота Леопольда  Зову мышей на бой | Сказкотерапия | 2 |
| Танцевальная терапия |
| Музыкотерапия |
| 7. | «Мои сказочные герои»  Танец сказочных героев | Образно-ролевая драматерапия  Танцевальная терапия | 1 |
| 8. | «Мир эмоций и чувств»  Эмоция по имени Мера  Путешествие по стране чувств | Сказкотерапия | 3 |
| Фототерапия |
| *Заключительный этап* | | | |
|  | Повторное выявление уровня развития эмоциональной сферы |  | 1 |

**Предполагаемый результат:**

Врезультате реализации проекта старшие дошкольники с ОВЗ:

1. Проявляют способность управлять своими эмоциями, понимать чувства других людей;
2. Используют адекватные способы выражения эмоций;
3. Осуществляют дифференциацию эмоциональных состояний;
4. Адекватно оценивают себя и свои поступки;
5. Используют в экспрессивной речи слова, обозначающие различные эмоции, чувства, настроения.

*Список литературы:*

1. Вачков И.В. Сказкотерапия. Развитие самосознания через психологическую сказку [Текст] / И.В. Вачков. – М.: Ось – 89, 2007. – 144с.
2. Вачков И.В. Сказки о самой душевной науке: Королевство Внутреннего Мира. Королевство Разорванных
3. Волкова, С.В. Особености эмоциональной сферы детей с задержкой психического развития. [Текст] : учеб. пособие / С.В. Волкова; - М. : Кноракс, 2008. - 189с.
4. Зинкевич-Евстигеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии [Текст] /[Текст] / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. - СПб.: ООО Речь , 2000. – 310 с.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии [Текст] / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. — СПб.: «Златоуст», 1998. — 352 с.
6. Королева, А.А. Использование креативных методов арт-терапии в коррекционно-развивающей работе психолога с детьми младшего школьного возраста с задержкой психического развития. [Электронный ресурс] // Специальное образование. – 2009. - № 3. – С. 46. Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-kreativnyh-metodov-art-terapii-v-korrektsionnoy-razvivayuschey>
7. Мамайчук, И.И. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии [Текст] : учеб. пособие / И.И. Мамайчук. – СПб. Речь. 2001. – 220 с.
8. Набойкина Е.Л. Сказки и игры с «особым» ребенком [Текст] / Е.Л. Набойкина. – СПб.: Речь 2006. – 144 с.
9. Никишина, В.Б. Практическая психология в работе с детьми с задержкой психического развития [Текст]: учеб. пособие / В.Б. Никишина; Гуманитарное издание. - Москва: Центр Владос, 2003. - 200 с.
10. Осипова, А.А. Общая психокоррекция. [Текст]: учеб. пособие для студентов высших специальных учебных заведений / А.А. Осипова; – Москва: ТЦ «Сфера», 2000. - 512 с.
11. Сказки: «Розовый слон или сказка про дружбу» / Сказки [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://www.babyblog.ru/community/post/fairytale/15481
12. Сказкотерапия для младших школьников / Сказкотерапия [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/2013/11/19/skazkoterapiya-dlya-mladshikh-shkolnikov