**Арт-терапия как окно в мир ребенка.**

Мы часто задаемся вопросом, как узнать, что творить в душе ребенка, о чем он думает, чего боится, о чем переживает. Особенно это касается детей младшего дошкольного возраста, когда ребенок еще только начинает знакомиться с эмоцией и ее внешним выражением в мимике, жестах, позе. Арт-терапевтические техники дают возможность безболезненного доступа к глубинному материалу, помогают обходить цензуру сознания, при этом вызывая удовольствие, стимулируют проработку бессознательных переживаний, обеспечивая, дополнительную защищенность и снижают сопротивление изменениям.

Основная цель арт-терапии – гармонизация внутреннего состояния ребенка, то есть восстановление его способности находить оптимальное состояние равновесия. Существует большое количество видов арт – терапии: рисование, живопись, графика, лепка, фотография, а так же более современные методики такие песочная и сказкотерапия, драмотерапия, библиотерапия, музыкотерапия, цветотерапия, игротерапия и т.д. В частности я бы хотела рассмотреть изотерапию , которая позволяет заглянуть за кулисы происходящего. Язык рисунков – это голос бессознательного, звучащего в те моменты, когда сознанию не хватает слов. Изотерапия рассматривается, в первую очередь, как проекция личности ребенка, как символическое выражение его отношения к миру. Во-первых, рисунок позволяет проводить первичную диагностику состояния эмоциональной сферы ребенка. Во-вторых, уже сам процесс рисования  выполняет профилактическую и терапевтическую функцию, приводя в баланс внутреннее состояние физических, психических и эмоциональных качеств в развитии ребенка. В-третьих, при рисовании происходит развитие сложных моторных функций кистей рук (в частности, вращательных) и тактильной чувствительности (осязания),  пространственного мышления, зрительно-моторной координации и глазомера. В-четвертых, рисование стимулирует развитие левого, образного, полушария головного мозга (следовательно, и образного мышления).

Одно из самых мощных выразительных средств, которыми пользуется изобразительное искусство, это краски, воплощающие многообразие окружающего нас мира. Чтобы выразить свои чувства, не обязательно что-то говорить, можно взять краски или карандаши и выразить свои чувства в рисунке (что особенно важно при коррекции трудностей в общении, замкнутости, стеснительности). Выбор цвета расскажет о многом: красный цвет предполагает гнев, черный – печаль, а серый – беспокойство. Отдельные цвета вызывают особые душевные состояния, в частности желтый и красно-желтый цвета рождают бодрое, деятельное настроение, мрачные тона вызывают и соответствующее настроение. Зеленый цвет является самым успокаивающим цветом, он поднимает настроение.

 На основе работы «Инновационные формы работы в сфере психологического оздоровления дошкольников» Дурневой О.А. педагога-психолога, можно сказать что рисуя, ребенок дает выход своим чувствам, желаниям, благодаря рисованию он постигает, иногда моделирует действительность, легче воспринимает болезненные для него образы и события. На занятиях по изотерапии можно использовать разнообразные методики: каждый рисует самостоятельно то, что хочет; на одном листе рисуют пара участников, тема рисунка задается, вербальные контакты между рисующими исключаются; вся группа рисует на одном листе бумаги на заданную тему; дополнительное рисование (один начинает, другой продолжает рисунок). Изотерапия с дошкольниками помогает изменить у них отношение к миру, сверстникам, сформировать дружеские взаимоотношения. Благодаря теплому эмоциональному отношению к детям и доверительному контакту исчезает элемент детской тревожности, дети легко привыкают к условиям детского сада, легче переносят адаптационный период.

Изобразительная деятельность является не только средством связи между развивающимися мышлением и эмоциями, но и естественным стимулом для воображения. Практическая ценность рисования состоит в предоставлении ребенку дополнительных возможностей для невербального выражения идей. В качестве особого языка познания рисование выступает как своеобразный вид коммуникации ребенка с окружающей его социальной действительностью. Дети с неврозами больше чувствуют и понимают, чем могут выразить это словами. Вербализация их чувств и мыслей не всегда возможна при конфликтных отношениях в семье, недостаточной отзывчивости родителей и тревожно-мнительном способе переработки жизненных неудач. Несвойственная ребенку, вынужденная задержка эмоций, накопление переживаний подобно эмоциональному тормозу препятствует раскрытию творческих возможностей, снижает уверенность в своих силах и жизненную активность. В результате изобразительное искусство способно играть значительную роль в восстановлении душевного равновесия, способствуя освобождению подавленной эмоциональной и творческой энергии и одновременно выступая в качестве средства эстетического воспитания. Рисование - не только невербальный способ коммуникации, но и средство развития самостоятельности. Рисуя, ребенок может остаться один на один со своими мыслями и лучше разобраться в своих переживаниях. Выполнение рисунков по заданию например «Семья» можно увидеть отношения ребенка с родителями, его привязанность к семье и к отдельным ее членам. Рисование на тему детского сада позволяет увидеть его отношения со сверстниками и воспитателем, понять какое место ребенок занимает в группе.

Таким образом, мы можем увидеть разнообразную картину внутреннего мира ребенка. В результате совместной творческой деятельности: воспитатель – дети, возможно, познать и помочь ему в преодолении кризисных жизненных ситуаций, помочь адаптироваться к тем или иным условиям. Теплая и творческая атмосфера позволяет развить в детях доброту к окружающему миру и развить их творческий потенциал.

Список используемой литературы:

1.Копейкина Е.А. Курсовая работа 3 курс. «Арт-терапия, как метод психологического консультирования».

2. Конспект лекций по дисциплине «Психология развития и возрастная психология».

3. Н.Н.Ежова. «Рабочая книга практического психолога»- 2008 год.

4. А.И. Копытин «Арт-терапия - новые горизонты» 2006 год.