**Арт-терапевтическая мастерская в детском саду**

Безденежных Людмила Ильинична,

педагог-психолог высшей квалификационной категории

МКДОУ «Детский сад общеразвивающего вида

№ 193» г. Кирова

Уверена, каждый педагог-психолог, работая с детьми в детском саду, мечтает о создании своего кабинета. Но по разным причинам не всем это удается. Мне очень повезло. В 1998 году я начала заниматься арт-терапией, прошла в Санкт-Петербурге курсы в институте практической психологии «Иматон» у А.И Копытина и на всю жизнь «заболела» арт-терапией. Оптимизация психического здоровья за счет предупреждения и коррекции нарушений в эмоциональной сфере детей средствами художественного творчества стала приоритетной целью моей деятельности. Для ее достижения необходимо решение большого круга задач, так как и педагогам, и родителям воспитанников необходима квалифицированная психологическая поддержка. Основной техникой, позволяющей решать эти задачи, и стала техника арт-терапии, объединяющая группу направлений, основанных на художественной деятельности участников, включая рисунок, музыку, танец, игровую и песочную терапию, драматизацию и т.д.

Для эффективной арт-терапевтической работы необходимым является наличие специального помещения. Так в 2001 году в МКДОУ «Детский сад общеразвивающего вида №193» города Кирова был создан отдельный психологический блок, арт-терапевтическая мастерская, активно функционирующая и в настоящее время. По итогам Всероссийского конкурса «Мои рабочие находки» (номинация «Оформление кабинета психолога: идеи и их практическое воплощение»), который в 2005 году проводила газета «Школьный психолог», арт-терапевтическая мастерская заняла 1-е место. За последние годы возникли новые идеи и возможности, которые успешно удалось реализовать.

Целью организации и работы арт-терапевтической мастерской было создание эффективных условий для психологического сопровождения образовательного процесса в дошкольном учреждении, сохранения психического здоровья воспитанников, что отвечает и ныне действующим федеральным государственным требованиям к условиям реализации основной общеобразовательной программы дошкольного образования.

Под арт-терапевтическую мастерскую было переоборудовано обычное помещение детсадовской группы. Этот изолированный психологический блок имеет отдельный вход с улицы и внутри здания. Состоит из пяти комнат: холл, кабинет психолога, зеленый зал, туалетная комната, место для хранения работ и художественных материалов.

Оформление арт-терапевтической мастерской – это творческая работа, включающая подбор обоев, мебели, оборудования, пособий, игрушек, разнообразных художественных материалов в соответствии с направлениями работы педагога-психолога в ДОУ и проблемами в развитии детей, посещающих его.

Основная задача оформления – создание доверительной атмосферы, комфортной, безопасной, гармоничной среды, такой, чтобы каждый посетитель мог прийти сюда со своими проблемами, горестями и радостями и знать, что его здесь ждут, ему рады, его примут и ему помогут. Малыш должен почувствовать, что здесь относятся к нему с нежностью, трепетом и любовью.

В световом оформлении кабинета и зеленого зала чередуются естественное и искусственное освещение. Источники света локализованы в разных точках помещения по горизонтали и вертикали. Фонари, бра, свечи придают интерьеру романтический характер.

Условно все пространство мастерской поделено на пять функциональных зон, соответствующих основным направлениям работы. Их можно использовать в различных сочетаниях, в зависимости от характера и контекста психологической работы. Каждая зона имеет свое цветовое оформление и отделяется от другой с помощью стеллажей и ширм.

* **Зона ожидания приема**

В холле находится мягкий диванчик, зеленый ковер на полу, журнальный столик, - все это создает ощущение уюта и спокойствия. Ожидая приема, родители с детьми могут вместе поиграть в развивающие игры. Также посетители могут познакомиться со специальной литературой по проблемам психологического развития детей дошкольного возраста, изучить буклеты и информационный стенд с визитной карточкой кабинета и рекомендациями для родителей.

***Кабинет психолога «Сказочная страна»*** состоит из нескольких зон.

* **Зона консультативной работы**

Также оборудована мягким диваном, что располагает к длительному доверительному общению с родителями воспитанников, создает ситуацию партнерства, психологического равенства.

* **Зона организационно-планирующей деятельности**

Помогает эффективно организовать профессиональную деятельность. Оснащена письменным столом, оргтехникой (ноутбуком, принтером, фотоаппаратом, магнитофоном). Есть шкафы для методической литературы, нормативной документации, инструментария (стимульного материала к диагностическим методикам в работе с детьми, педагогами и родителями; играми и упражнениями для развития и коррекции познавательной, эмоциональной, коммуникативной сфер; бланками тестов, анкетами и т.д.). В «сейфовом» шкафу хранятся психологические карты развития на каждого ребенка. Собрана большая библиотека профессиональной литературы, периодических изданий («Школьный психолог», «Справочник педагога-психолога», «Психолог в детском саду»).

* **Зона диагностики и коррекционной работы**

Стимулирует психическую активность малышей. Здесь расположены столы для диагностики и индивидуальной коррекции детей. Зона оборудована настольной лампой и бра, шкафами с дидактическими материалами, игрушками и развивающими играми, специально подобранными с учетом возрастных особенностей детей, а также в соответствии с направлениями коррекционно-развивающей работы. В этой зоне нет отвлекающих внимание ярких цветовых акцентов, она оформлена в спокойных голубых тонах, что способствует сосредоточенности и концентрации внимания детей.

* **Зона игровой терапии, релаксации и снятия психоэмоционального напряжения**

Зона игровой терапии способствует устранению возможного напряжения у ребенка при контакте с психологом, облегчает его самовыражение. Имеет яркое цветовое решение в стиле детского пространства. (Фото 1)

Игровой материал расположен на стеллажах, удобен для доступа детям и разделен на две части: для мальчиков и для девочек.

В кабинете предусмотрено место для песочной терапии. Песочница – круглый стол на колесиках, удобна для работы и мобильна в перемещении по кабинету. Миниатюрные игрушки и предметы, их более тысячи, классифицированы. В песочнице есть хозяйка – Королева песочной страны. Она строго следит за тем, чтобы, играя, гости не нарушали законы песочного королевства. С помощью миниатюрных игрушек и предметов дети и взрослые строят картины из песка, перенося на песочный «лист» ландшафт своего внутреннего мира. (Фото 2) Разыгрывая на песке сказочные сюжеты, они приобретают бесценный опыт символического разрешения множества жизненных ситуаций. Песок поглощает отрицательную психическую энергию, снижает уровень нервно-психического напряжения, стабилизирует эмоциональное состояние. Эта методика особенно эффективна при коррекции тревожности, страхов, агрессивных проявлений.

Под песочницей удобно устроился паук Шнюк, страшный с виду, но очень мягкий, добрый и дружелюбный. Познакомившись и подружившись с ним, дети делают его участником своих игр. Постепенно они учатся самостоятельно справляться со своим эмоциональным состоянием, побеждать свой страх.

Негативные эмоции - серьезная проблема для современных детей, поэтому своевременная помощь психолога здесь необходима и значима. Если не помочь ребенку с ними справиться, негативные эмоции не исчезнут с его взрослением, а будут накапливаться, уходить в глубины подсознания. Поэтому в моей коррекционно-развивающей программе «Красочный мир» для коррекции негативных эмоций разработаны специальные занятия, где дети прорисовывают свои страхи, обиды, а затем по желанию изменяют рисунок так, что он становиться нестрашным, смешным, либо сжигают его. (Фото 3) Работа с пластическими материалами (пластилин, соленое тесто) помогает освободиться от агрессии, гнева, замкнутости, тревожности. После работы с негативными эмоциями обязательно предусмотрены компенсационные упражнения «Испуганный ежик» (поглаживание), «Эмоциональные качели» (покачивание в гамаке).

Для данной работы используется и коллекция масок. Она позволяет детям проигрывать от имени какого-либо героя различные роли и эмоциональные этюды, что способствует снятию мышечных зажимов, располагает к двигательному и эмоциональному раскрепощению, является действенным средством высвобождения от страхов, тревожности и агрессии.

Рядом расположен уголок для снятия негативных эмоций и нервного напряжения. Он оснащен подушками для битья, мягким мячом, «грушей», набором воздушных шаров, мешочком «для крика». Входная дверь кабинета также задействована в этом процессе: на ней размещается дартс с магнитными дротиками. А еще здесь есть «ковер мира». Усаживаясь на него, дети примиряются друг с другом с помощью ритуала, закрепляя полученный опыт саморегуляции и общения. Вся атрибутика предназначена для освобождения ребенка от негативных эмоций и способствует формированию умения владеть собой, управлять своими чувствами.

На декоративной стене – коллекция кукол для куклотерапии: Карабас Барабас, Крошечка-Хаврошечка, Баба-Яга, Антошка, Цыганка, Дед и Бабка, Емеля, Золушка, Король Королевич, фея и злая колдунья Гингема и др., - все они пошиты руками родителей и сотрудников по особой технологии Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой. Эта методика предназначена для совершенствования эмоциональной сферы, эффективна в коррекции коммуникативных проблем, страхов, девиантного поведения.

В психологическом кабинете помогают снимать усталость, располагают к отдыху и расслаблению аквариум с золотыми рыбками, фотообои, ковер теплого бежево-коричневого цвета.

У окна – уголок зимнего сада: великолепный кротон, красавица-монстера, гордая финиковая пальма, стройный фикус, экзотическое плодоносящее кофейное дерево привлекают внимание детей и взрослых, приносят успокоение. Здесь под развесистой пальмой спрятан волшебный сундучок с костюмами сказочных героев, в зарослях циперуса обитает мудрый Дракон, а под монстерой живет большая терапевтическая игрушка - пес Дружок. Ему можно рассказать о своих горестях, обидах и страхах, крепко прижаться, обняв за шею, ведь он такой мягкий и добрый, он все поймет.

Способствуют расслаблению, снимают напряжение фонограмма со звуками живой природы, релаксатор, воспроизводящий разнообразные звуковые и световые эффекты, журчащий фонтанчик с эффектом тумана. Для детей создается иллюзия волшебства, сказки, что помогает им успешно релаксироваться.

Для снятия психоэмоционального напряжения также используются большая и малая емкости с фасолью, разноцветными пробками и спрятанными в них сюрпризами.

***Большой зеленый зал*** (Фото 4) предназначен для занятий арт-терапией в группах детей, взрослых, в семейных группах; для подгрупповых коррекционно-развивающих занятий с дошкольниками. Интерьер выдержан в зеленых тонах: стены драпированы зеленой тканью, на полу ковер оливкового цвета, нежно-зеленый ламбрекен на окнах, - все это создает у посетителей ощущение комфорта и безопасности, покоя и умиротворенности. Помещение максимально освобождено от мебели для быстрой реорганизации пространства из рабочей зоны в зону отдыха – для свободного передвижения участников групповых детских и семейных арт-терапевтических занятий.

Зал оснащен мольбертами, аудиотехникой, экраном для экспонирования работ участников арт-терапевтического процесса перед их обсуждением, зеркалами для работы с телом и эмоциями. Возле окна, справа у стены, находится островок детской радости - сухой бассейн. Это излюбленное место получения положительных эмоций, снятия нервного напряжения и тревожности детей разного возраста нашего ДОУ.

Интерес дошколят вызывает и расположенное на стене панно «Звездное небо». Сказки звездной страны о знаках зодиака, галактиках и планетах рассказываются от лица Звездной феи и сопровождаются медитативной музыкой. Цикл из 10-ти занятий для детей старшего возраста способствует снятию эмоционального напряжения, снижению двигательной активности, развитию воображения и познавательной сферы.

У противоположной стены находится замок из мягких модулей. Дошкольники любят создавать из модулей постройки и разыгрывать сказочные сюжеты. Игры с модулями способствуют развитию творческого воображения, логического мышления, коммуникативных навыков и умений детей.

Для звукового оформления занятий подобраны произведения классической музыки (И.С. Бах, Ф. Шопен, В. Моцарт, Э. Григ, П.И. Чайковский, С.В. Рахманинов), музыки для релаксаций и медитаций («Наедине с природой», «Музыкальная терапия», «Океан мелодий», «Музыка для души - Страна спокойствия», «Колокольчики и флейты», русские народные колыбельные, «Волшебная сила саксофона», «Relax & Spa», Indian Instrumental, Felix Slovacek), коллекция звуков природы (шумы моря, ветра, дождя, пение птиц, журчание ручейка, летняя ночь, «белый шум»). В процессе слушания у детей снимается психомышечное напряжение, успокаивается дыхание, развивается творческий потенциал.

Возможности, полученные в результате создания арт-терапевтической мастерской, способствует более успешному решению воспитательных задач, помогает проводить работу с семьями воспитанников, а также педагогами в целях профилактики синдрома эмоционального выгорания.

Арт-терапевтическая мастерская – это и место для практики студентов-психологов городских ВУЗов, площадка для повышения квалификации педагогов и психологов города Кирова и Кировской области.

Большое значение в создании, оформлении и успешной работе арт-терапевтической мастерской имеет помощь и поддержка заведующего МКДОУ Мариловой Н.В.

Я очень надеюсь, что мой опыт, идеи и творческие находки будут полезны педагогам дошкольных учреждений, а педагогов-психологов вдохновят на работу и поддержат на их тернистом пути по созданию психологического кабинета в детском саду.