**Изо-терапия как средство обеспечения социально психологического благополучия детей младшего дошкольного возраста.**

Дошкольный возраст - важнейший период жизни детей, одной из ведущей деятельностью которого является изобразительное творчество. Современные исследователи указывают на большую роль изобразительного искусства в формировании психики ребенка. Изучением изо-терапии, и положительного влияния изобразительного творчества на ребенка занимались зарубежные и отечественные учёными это (А.В. Запорожец, Е.И. Игнатьев, В.С. Кузин, Н.П. Сакулина, Б. Джефферсон, Э. Крамер и др.)

 В процессе изобразительной деятельности создаются благоприятные условия для развития положительных эмоций. Она позволяет почувствовать себя художником, осознать свой потенциал, изменить самооценку и взаимоотношения с миром, с окружающими.

 В ситуации, когда вербальные контакты между детьми в группе затруднены, терапия искусством выступает как средства общения, способствует взаимодействию, и сплочению детей. Как только ребенок берет в руки кисти, краски, пластилин и другие различные средства для творчества, он высвобождает свое подсознание. В итоге получается, исцеление через самовыражение творческого потанцевала, в процессе творчества на поверхность выходят многие проблемы, которые были глубоко скрыты.

 Терапия искусством помогает максимально реализовать творческие способности ребёнка, позволяет познать своё предназначение. Благодаря творчеству, ребенок легче воспринимает болезненные для него события (в семье, в период адаптации). Выражая себя через рисунок, ребенок дает выход своим мыслям, чувствам, переживаниям, пересматривает свои отношения к различным ситуациям, и безболезненно соприкасается, с неприятными, травмирующими образами.

В отличие от традиционной техники обучению рисованию, и прикладному творчеству в изо-терапии важен сам процесс творчества, и способности внутреннего мира ребенка, его переживания и чувств, в работе не так важен результат как произвольность и спонтанность. Чтоб сделать процесс изотерапии инструментом расслабления, и коррекции негативных эмоций, не стоит понимать рисунки детей буквально, и навязывать правила к которым привыкли взрослые. Такой процесс изобразительной деятельности позволяет почувствовать себя художником, осознать свой потенциал, изменить самооценку и взаимоотношения с окружающим миром.

 Можно выделить наиболее значимые задачи, которые решает изо-терапия:

* Создание условий для положительного эмоционального настроя ребенка.
* Способствует развитию чувства внутреннего контроля, стимулирует развитие сенсомоторных умений, и в целом правого полушария головного мозга, отвечающие за интуицию и ориентацию в пространстве.
* Способствует развитию воображения, и художественных способностей.
* Снижает утомляемость ребенка, и повышает способности к адаптации.
* Данная техника эффективна в коррекции тревожности, замкнутости, агрессивности.

Изо-терапия это с одной стороны метод художественной рефлексии, с другой является технологией, которая позволяет раскрыть художественные способности ребенка, развивает мелкую моторику, с третьей стороны - это метод позволяющий корректировать эмоциональное состояние ребёнка и помогать решать его внутренние психологические проблемы. Сейчас большое внимание привлечено к проблеме эмоционального благополучия у дошкольников. Это связано с тем, что с каждым годом появляется все больше дошкольников с отклонениями в развитии эмоциональной сфере.

Отсюда возникают проблемы в общении со сверстниками и взрослыми. Благоприятное состояние ребенка в детском саду зависит от созданных условий, одним из которых является формирование и поддержка положительной самооценки, уверенности в себе и в собственных возможностях. С вступлением в силу ФГОС дошкольного образования впервые была обозначена очень важная задача охрана и укрепление физического и психического здоровья детей, в том числе их эмоционального благополучия.

 Исходя, из всего вышесказанного я решила использовать данную технику с целью создания атмосферы эмоционального комфорта, и благополучия детей. Занятия с детьми (терапевтические сессии) не должны ограничиваться обычными наборами изобразительных средств такими как (краски, кисти, бумага и.т.д.). Ребенок должен охотно включатся в процесс отличный от того к чему он привык.

**Условия подбора техник и приемов для создания изображений**:

1. Техники и приемы должны подбираться по принципу простоты и эффективности.

2.Интересным, и привлекательным должен быть сам процесс создания изображения.

3. Изобразительные техники и способы должны быть нетрадиционными.

Работая с детьми по данной технологии, я использовала разнообразные способы и приемы нетрадиционного рисования, такие как:

**Техника марания (разбрызгивание красок)-** марать значит пачкать грязнить. Краски инициируют спонтанность, помогают более открыто проявлять эмоции. Дети могут рисовать пальцами, ладонями нестандартность процесса приводит детей к собственным открытиям, в то же время естественность родство детской природе. Данный процесс можно облечь в привлекательную форму, например, забрызгать вход в пещеру, из разнообразных пятин и линий создать город и.т.д.

**Кляксография**- лист сгибается пополам, и снова распрямляется на столе. С одной стороны от сгиба наносятся разные пятна (хаотично, или в виде конкретного изображения). Затем лист снова сгибается и плотно прижимается, краска отпечатывается на другой стороне листа.

**Рисование пальцами**

При рисовании пальцами и ладонями движения могут быть размашистыми, крупными, экспрессивными, или наоборот точечными, отрывистыми. Рисование пальцами это как разрешение игры с грязью в ходе, которой деструктивные импульсы и действия выражаются в социально принимаемой форме.

**Рисование сухими листьями**. С помощью листьев и ПВА можно создать неповторимые изображения. На лист бумаги клеем наносится рисунок, затем растертые сухие листья рассыпаются на клеевой рисунок, лишние частички стряхиваем. Так- же можно использовать различные хлопья, крупу, вермишель и.т.д.

**Рисование предметами окружающего пространства**. Дети могут рисовать мягкой бумагой, резиновыми игрушками, губками, зубными щетками и.т.д.

**Рисование на мокрой бумаге**. На заранее смоченной бумаге наносится краска при смешивании и растекании краски, данная техника подарит ребенку много положительных эмоций.

**Пластилинография - рисунок пластилином.**  Пластилином можно создать различные изображения. Эта трудоемкая техника, требует от ребенка усидчивости и длительного сосредоточения внимания.

**Рисование под музыку.** Основа музыки - звук. Звук как акустический сигнал, воздействует на клетки живого организма, изменяя их активность. На музыку реагирует сердечнососудистая система, дыхательная система, оказывает влияние на гормональный обмен. Предложите детям прослушать музыку, представить ее цвет, и ритм. Затем при повторном звучании изобразить то, что они представили. В работе лучше использовать акварель или цветные мелки.

Таким образом, в заключении хотелось бы отметить, что данная техника помогает ребенку в получения необычного опыта, при таком изображении присутствует больше свободы самовыражения, а значит и неосознанной информации. Дети с большим удовольствием включаются в создание изображений необычным способом, что помогают снять эмоциональное напряжение, и ощутить положительные эмоции.

Новые изобразительные способы мотивируют деятельность, направляют и удерживают внимание ребенка. С помощью данной технологи нам удается влиять на эмоциональное состояние детей, на их настроение и поведение. Дети так же значительно лучше начинают чувствовать оттенки и цвета, развивается творческий потенциал. Изо-терапия является превосходным методом в работе с детьми с различными способностями, поскольку он позволяет каждому ребенку действовать, и творить на собственном уровне и быть принятым. Изо-терапия не утомляет дошкольников, у них сохраняется высокая активность, работоспособность на протяжении всего времени, отведенного на выполнение задания. Непосредственный контакт во время занятий помогает детям устанавливать доверительные отношения между собой и их окружением. Так же в данной деятельности значительно быстрее происходит развитие восприятия и осознания речи детьми, так как речь приобретает действительно практическую направленность.  Происходит развитие наглядно - образного, и словесно-логического мышления, активизация самостоятельной мыслительной деятельности детей.

Все это благотворно влияет на  психическое и физическое здоровье детей. Данный метод является идеальным инструментом для повышения самооценки, и укрепления уверенности в себе, от того какое эмоциональное состояние преобладает у ребенка зависит и то, как он будет воспринимать новую информацию, да и весь окружающий мир в целом.

1.Широкова Г.А. Справочник дошкольного психолога. Серия справочники/Г.А. Широкова .-Ростов н/Д: «Феникс»,2004.-385 с.

2.Велиева С.В.Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста: учебно-методическое пособие./С.В.Велиева.- СПб.: Речь,2005.-240с.

3.Серова Н.В. Эстетика цвета. Методологические аспекты хроматизма./Н.В.Серова.- СПб.: ФПБ-ТОО