

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ В КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ НАПРЯЖЁННОСТИ ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА С ЗПР

Монгуш Челээш Хаяевна

студент ФГБОУ ВО Тувинский государственный университет, РФ, г. Кызыл

Кара-оол Любовь Салчаковна

научный руководитель, канд. филол. наук, доцент, ФГБОУ ВО Тувинский государственный университет, РФ, г. Кызыл

Аннотация. В данной работе рассматривается использование арт-терапии как метода коррекции эмоциональной напряжённости у детей старшего дошкольного возраста с задержкой психического развития (ЗПР).

Ключевые слова: арт-терапия, коррекция эмоциональной напряжённости у дошкольников, дети старшего дошкольного возраста, дети с задержкой психического развития (ЗПР).

Задержка психического развития (ЗПР) – это темповое отставание развития психических процессов и незрелость эмоционально-волевой сферы у детей, которые потенциально могут быть преодолены с помощью специально организованного обучения и воспитания. Дети старшего дошкольного возраста с ЗПР отличаются, как правило, эмоциональной неустойчивостью. Дети с ЗПР часто испытывают значительные трудности в регулировании своих эмоций, что может проявляться в повышенной тревожности, импульсивности и агрессивности.

Их эмоциональные реакции могут быть неадекватными к ситуации, что затрудняет социальные взаимодействия и приводит к конфликтам. Понимание этих особенностей является ключевым для разработки эффективных методов коррекции и поддержки, таких как арт-терапия, которая может помочь детям научиться лучше выражать и регулировать свои эмоции, [2].

У детей с задержкой психического развития (ЗПР) занятия арт-терапии дают положительную динамику в качественном развитии воображения, формирования его творческого компонента. Обеспечиваются становление знаково-символической функции мышления, произвольного внимания, коррекции психоэмоционального состояния, а также развитие многих компонентов личности детей данной группы [1].

Мы в ходе практики, которая проводилась на базе МБДОУ д/с №30 г. Кызыла, Республики Тыва апробировали использование арт-терапии в коррекции эмоциональной напряжённости у детей старшего дошкольного возраста с ЗПР. Всего в компенсирующей группе числятся 14 детей, из них 5 детей с ЗПР, 9 детей с РАС.

Для работы по коррекции эмоциональной напряжённости мы использовали такие занятия по арт-терапии, как:

«Собери эмоцию»

Цели: учить определять по отдельным мимическим фрагментам выраженную **эмоцию**; **развивать умение осознавать эмоцию**; **развивать цветоощущения**.

Содержание игры: потребуется лист с пиктограммами, разрезанные на части наборы пиктограмм, цветные карандаши, листы бумаги. Детям даётся задание собрать пиктограммы так, чтобы получилось правильное изображение **эмоции**. Затем ведущий показывает лист с образцами пиктограмм, чтобы дети могли проверить. Можно попросить **детей** нарисовать любой рисунок, выбрав карандаш, соответствующий собранной **эмоции** *(по мнению ребёнка)*.

«Моё настроение. Настроение группы.»

Цели: учить детей осознавать свои эмоции и выражать их через рисунок.

Содержание игры: каждый ребёнок из группы рисует своё настроение на листе бумаги карандашом одного цвета. Затем работы вывешиваются и обсуждаются. Можно взять один большой лист и предложить детям выбрать подходящий своему настроению цвет карандаша и изобразить своё настроение. В результате можно увидеть общее настроение группы. Игра рассматривается, как вариант рисуночных тестов. Необходимо обратить внимание на то, какие цвета использовали дети, что рисовали и в какой части листа.

«Волна»

Цели: учить концентрировать внимание; управлять своим поведением.

Содержание игры: детям предлагается изобразить море, которое, в зависимости от погоды может быть самым разным.

Ведущий даёт команду «Штиль!» Все дети замирают. По команде «Волна!» дети выстраиваются в линию и берутся за руки. Ведущий указывает силу волны, а дети приседают и с интервалом 1-2 секунды встают, не отпуская рук. Игра заканчивается командой «Штиль!» (предварительно можно побеседовать о художниках – маринистах, показать репродукции картин Айвазовского).

После проведения коррекционной работы в процессе контрольного обследования эмоциональной напряжённости детей старшего дошкольного возраста с ЗПР было выявлено, что в экспериментальной подгруппе значительно снизился уровень напряжённости: у двух воспитанников уровень напряжённости снизился, а у одного воспитанника осталось на том же уровне.

«Создание рисунка по кругу»

Цели: установление межличностных контактов; создание в группе благоприятного микроклимата; развитие мелкой моторики и воображения.

Содержание игры: все сидят в кругу. У каждого участника лист бумаги и карандаш или ручка. За одну минуту все что-нибудь рисуют на своих листах. Далее передают лист соседу справа, а получают лист от соседа слева. Дорисовывают что-нибудь за одну минуту и опять передают лист соседу справа. Игра идет пока лист не вернется к хозяину. Затем все рассматривают и обсуждают. Можно устроить выставку.

Игра «Художники»

Цель: развивать способность и выражать различные эмоции на бумаге.

Содержание игры: участникам игры предъявляются пять карточек с изображением детей с разными эмоциональными состояниями и чувствами. Нужно выбрать одну карточку и нарисовать историю, в которой выбранное эмоциональное состояние является основной сюжета. По окончании работы проводится выставка рисунков.

Дети отгадывают, кто является героем сюжета, а автор работы рассказывает изображенную историю.

Таким образом, регулярные занятия арт-терапией помогают детям не только снизить уровень эмоционального напряжения, но и развивают навыки саморегуляции, улучшают коммуникацию с окружающими. Взаимодействуя через творчество, дети учатся выражать свои чувства, что играет важную роль в их социальном взаимодействии и личном развитии. Арт-терапия является ценным инструментом в коррекции эмоциональной напряженности у детей старшего дошкольного возраста с ЗПР. Она предоставляет возможности для самовыражения и развития, снижая уровень стресса и способствуя более положительному восприятию окружающего мира.

Список литературы:

1. Артпедагогика и арттерапия в специальном и инклюзивном образовании: учеб. для вузов / под ред. Е.А. Медведевой. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Изд-во Юрайт, 2024. — 274 с.
2. Микляева Н.В. Воспитание и обучение детей дошкольного возраста с задержкой психического развития : учеб. и практикум для вузов / Н.В. Микляева. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.: Изд-во Юрайт, 2024. — 328 с.