

РОЛЬ АРТ - ТЕРАПИИ В РАБОТЕ ПСИХОЛОГА ДОШКОЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ

Аннотация. Выходя за рамки обычной практики, арт-терапия развивается как популярный способ психотерапии. Арт-терапия сочетает в себе терапию с искусством, чтобы охватить творческие аспекты самовыражения, самосознания и решения проблем. Цель арт-терапии заключается в том, чтобы помочь детям использовать искусство как способ выражения и передачи своих чувств, а также проработать вопросы и проблемы, которые привели его / ее к терапии. Как гласит старая поговорка, каждая картина рассказывает историю; Арт-терапия позволяет детям рассказать историю, которую они, возможно, не смогли выразить иначе.

Ключевые слова: арт – терапия, психодиагностика, психолог, искусство, коррекция, аспект, терапия, практика.

K.E. Mominova
Andijan State University
xijraneldarovna@mail.ru

THE ROLE OF ART THERAPY IN THE WORK OF A PSYCHOLOGIST AT A PRESCHOOL INSTITUTION

Annotation. Drawing outside the lines of conventional practice, art therapy is evolving as a popular mode of psychotherapy. Art therapy combines therapy with art-making to embrace the creative aspects of self-expression, self-awareness, and problem-solving. The intention of art therapy is to help children use art as a way to express and communicate feelings and to work through the issues and concerns that brought him/her into therapy. As the old saying goes, every picture tells a story; art therapy allows children to tell a story they may have been unable to otherwise express.

Keywords: art-therapy, psychodiagnostics, psychologist, art, correction, aspect, therapy, practice.

Дети более склонны выражать свои мысли визуально, чем устно, поскольку визуальный язык является неотъемлемой частью нашего человеческого выражения, а дети, естественно, творческие и артистичные. Мысли и чувства, которые иначе трудно выразить, обретают познавательный-лингвистический голос через изобразительное искусство. В отличие от традиционного консультирования, при котором терапия разговора в значительной степени опирается, арт-терапия вовлекает все чувства в творческий процесс [1]. Он использует художественные медиа, символы, метафоры, образы, воображение и творческий подход для изучения проблем и проблем. Там, где одни слова не могут охватить суть проблемы, мелки и маркеры в процессе создания искусства могут помочь детям говорить о многом.

Арт-терапия является подходящим и безопасным подходом для использования с детьми, испытывающими широкий спектр общих проблем со здоровьем и психическим здоровьем, таких как депрессия, беспокойство, поведенческие проблемы, горе и потеря, проблемы семьи / развода, расстройства развития, расстройства пищевого поведения, злоупотребления, травмы, рак и

психосоматические проблемы (например, синдром раздраженного кишечника), чтобы назвать несколько. Арт-терапия требует специальной подготовки в процессе арт-терапии, которая выходит за рамки обучения, необходимого для консультантов, психологов, социальных работников и медсестер.[2] Арт-терапевт проконсультируется с родителями, чтобы убедиться, что арт-терапия подходит для их ребенка.

Детская арт-терапия часто путается с игровой терапией и по многим веским причинам. Игровые терапевты вводят различные художественные занятия в свои работы с детьми, когда это необходимо; Точно так же арт-терапевты, работающие с детьми, включают игровые занятия [игрушки, куклы, реквизиты и игры], которые дополняют арт-терапию и стимулируют творческое самовыражение детей. Однако создание искусства в контексте терапии немного отличается от игрового процесса, поскольку в большинстве случаев оно способствует созданию осязаемого продукта. Арт-терапевты также помогают детям визуально выражать и записывать опыт, восприятие, чувства и воображение; они извлекают выгоду из своих обширных знаний художественных медиа и подходов, основанных на искусстве, для повышения способности молодых клиентов общаться посредством творческого самовыражения. Вот краткий обзор того, как и почему работает арт-терапия:

Невербальный, сенсорный. По самому простому определению художественное выражение - это форма невербального общения. Для детей, которые не могут сформулировать мысли, ощущения, эмоции или восприятие, это один из способов передать то, что может быть трудно выразить словами. Для тех, кто подвергся жестокому обращению, это один из способов «говорить без слов», когда они не могут или боятся говорить о конкретных событиях или чувствах. Это также сенсорный подход, который позволяет детям ощущать себя и общаться на нескольких уровнях - визуальном, тактильном, кинестетическом и многом другом.

Рост и развитие. Художественные выражения, в частности рисунки, предоставляют полезную информацию о развитии детей, особенно молодых клиентов в возрасте до 10 лет. Например, различия в художественном развитии могут помочь нам понять кое-что об эмоциональных переживаниях ребенка, познании и сенсорной интеграции - но только до некоторой степени, потому что большая часть того, что было широко опубликовано, было получено в основном из западных культур. Несмотря на эту проблему, общепринятые в настоящее время стадии художественного развития, особенно у детей младшего возраста, по-прежнему в целом полезны и добавляют ценную информацию, не всегда очевидную только при помощи ток-терапии.

Саморегулирование. Нейробиология продолжает информировать специалистов в области психического здоровья о том, почему конкретные виды деятельности, основанные на искусстве, в контексте терапии могут быть полезны для детей. В частности, определенные сенсорные характеристики художественного творчества, по видимому, эффективны для улучшения настроения, сенсорной интеграции и успокоения тела и ума, особенно у детей, которые пережили травмирующие события.

Значение решений. Подобно игровой терапии, арт-терапия предоставляет возможность выразить метафору через художественное выражение. Фактически, одной из сильных сторон обоих подходов является их способность поощрять и улучшать рассказывание историй и повествования. Рассказ о рисунке, живописи, коллаже или строительстве не должен быть буквальным, чтобы быть терапевтическим. На самом деле, ребенок, который пережил травмирующие события или испытывает эмоциональное расстройство, может найти только возможность генерировать творческие истории. При поддержке и руководстве терапевта эти рассказы служат способом медленного и безопасного высвобождения тревожных или терроризирующих переживаний.

Детский терапевт. Творческое выражение само по себе не является гарантированным «лекарством»; Как игровая терапия, арт-терапия основана на отношениях с профессиональным помощником. Все творческие терапевтические методы по своей природе являются реляционными, потому что они включают активную, основанную на чувстве динамику между практикующим и человеком и подчеркивают связь между ребенком и терапевтом. В этом смысле арт-терапия может быть полезна для восстановления и изменения привязанности с помощью экспериментальных и сенсорных средств и может выявить те ранние состояния отношений, которые существуют до того, как слова становятся доминирующими, что позволяет мозгу создавать новые, более продуктивные модели.

Любой профессионал, который эффективно применяет принципы арт-терапии для работы с детьми, хорошо разбирается в том, как установить позитивную привязанность, настройку и рефлексивную конвергенцию, причем последний относится к опыту, в котором два человека чувствуют «друг друга» и, таким образом, глубоко понимают и безоговорочно принимают [3]. Выражение искусства, как и игра, дополняет эти позитивные отношения на разных уровнях, включая сенсорные, аффективные и когнитивные каналы общения.

Это очень краткое объяснение некоторой репаративной динамики, которую арт-терапия предоставляет детям. На первый взгляд, детские художественные выражения и образные игры могут показаться простыми. Но поскольку области арт-терапии и игровой терапии продолжают расширять знания об их эффективности, мы расширяем возможности для лучших практик для всех детей, нуждающихся в помощи и лечении. И хотя нам еще многое неизвестно о том, «как это работает», когда дело доходит до арт-терапии, мы знаем, что рисование, игра и притворство являются естественной частью «работы» детей.

Список использованной литературы

1. *Абрамова Г.С.* Возрастная психология: Учебное пособие для вузов. М.: Академический Проект, 2010. 623 с.
2. *Алферов А.Д.* Психология развития школьников: Учебное пособие для вузов. Ростов-на-Дону, 2010. 384 с.
3. *Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия.* М.: Академия, 2010. 367 с.