МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА №42 СТАНИЦА СЕВЕРСКАЯ МО СЕВЕРСКИЙ РАЙОН

МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА

«Арт-терапия как средство коррекции детской агрессивности»

Педагог-психолог Мачехина Я.М.

2020 год

Повышенная агрессивность детей является одной из проблем в детском коллективе. Почти в каждой группе детского сада встречается хотя бы один ребенок с признаками агрессивного поведения. Он нападает на остальных детей, обзывает их, кусается, отбирает игрушки, становится источником огорчений воспитателей и родителей. Причины такого поведения могут быть самые разные. Родителям и педагогам не всегда понятно, что добивается ребенок, и почему он ведет себя именно так, хотя со стороны детей может получить отпор, а со стороны взрослых наказание.

Такие дети нуждаются в понимании и поддержке взрослых, так как агрессия - это, прежде всего, отражение внутреннего дискомфорта, неумение адекватно реагировать на происходящие вокруг него события. Как правило, для воспитателей не составляет труда определить, у кого из детей повышен уровень агрессивности.

Коррекционная работа с агрессивными детьми имеет свои особенности. Для результативности необходимо, что бы коррекционная работа носила системный, комплексный характер. Такие дети находятся в остром эмоциональном состоянии. Без снятия данного состояния, невозможно провести коррекционную работу. Поэтому первым шагом является гармония эмоциональной сферы ребенка. Реализовать его можно разными способами. Лучше всего возможность выразить свои осознаваемые и неосознаваемые переживания дают ребенку методы арт-терапии. Она не требует художественных навыков или способностей к изобразительному искусству, поэтому каждый ребенок может участвовать в этой работе.
Дети дошкольного возраста еще не умеют ясно выражать свои мысли, зато умеют рисовать, лепить. Именно методы арт-терапии, позволяют ребенку выразить свое состояние через рисунок, аппликацию, сказку, игру. Существует достаточно много отдельных видов и направлений в арт-терапии. Более того, все время появляется что-то новое.

В процессе коррекции детской агрессивности дошкольного возраста я использую изотерапию, музыкотерапия, сказкотерапию . Именно про них хочу рассказать. Среди методов арт-терапии, одним из наиболее распространенных видов является ***изотерапия*** - лечебное воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и др. Позволяет ребенку отреагировать свои эмоции, выплеснуть агрессии на бумагу.

Для изотерапии можно использовать следующие материалы: бумагу, кисти и краски, карандаши, фломастеры, ручки, мелки. Все, чем можно рисовать.

Сказкотерапия **-** это способ воспитания у ребенка особого отношения к миру, способ передачи необходимых моральных норм и правил. Сказка служит одним из доступных путей переноса своих собственных

переживаний. Посредством ненавязчивых сказочных образов детям предлагают выходы их различных сложных ситуаций, пути решения возникших конфликтов.

Музыкотерапия - метод, использующий музыку в качестве средства психологической коррекции состояния ребенка, снимает психоэмоциональное и мышечное напряжение, способствует улучшению контакта с окружающими. Многочисленные методики предусматривают как целостное использование музыки в качестве ведущего фактора воздействия так и дополнения музыкальным сопровождением других коррекционных приемов для усиления их воздействия.

Упражнения, используемые для коррекции детской агрессивности

Упражнение «Каракули»

Цель: снижение психоэмоционального напряжения.

Можно использовать с детьми раннего возраста.

Материалы: лист бумаги и фломастер, ручка или краски, карандаши. Малыша просят нарисовать на листе клубки линий, не думая о конечном результате. Уже после того, как линии сплелись в свой причудливый узор, ребёнок рассматривает то, что получилось, описывает увиденные им образы. На этой стадии можно дополнить свою работу, уточнив контуры, образы или заштриховать в какие-то участки.

Упражнение «Рисование по сырому листу»

Цель: снятие напряжения, тактильная стимуляция, гармонизация эмоционального состояния, развитие воображения.

Материалы: Акварель, кисть, емкость с водой, губка.

Попросить ребенка намочить губкой лист бумаги и ставить на нем точки, рисовать линии, наблюдая, как растекаются краски.

Упражнение «Выдувание соломинкой»

Цель: снижение психоэмоционального напряжения.

Материалы: листы бумаги для рисования, цветная тушь или акварельные краски, трубочки для коктейля.

На сухую бумагу наносится жидкая лужица. Соломинку следует держать в нескольких сантиметрах от поверхности и дуть через нее на лист бумаги. Таким образом, можно получить неожиданные образы. Каждый выдох через

трубочку – это возможность расслабления и высвобождения. Но, любое дыхательное упражнение выполняется от 2 до 5 минут. Важно предупредить особо усердных, чтобы они не слишком старались – излишнее рвение обязательно сопровождается напряжением, и весь релаксационный эффект исчезнит.

Лепка. Для этого Вам понадобится любой материал, из которого можно лепить: глина, тесто, пластилин. Вы можете лепить какие-то картины (тогда это будет просто выражением текущего эмоционального состояния).

Упражнение «Пластилин-силач»

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Материалы: пластилин, лист А4.

Сегодня мы с тобой будем работать с пластилином.
Мягкий, мягкий пластилин в ручки наши угодил.
Мы помнем его еще, чтобы стало горячо.

Возьми в руки кусочек пластилина, того цвета, который тебе хочется и со злостью его помни в руках, до тех пор пока он не станет мягким. При этом представляя свою злость.

А теперь отрывай маленькие кусочки и размазывай их по листу, дави сильнее, чтоб получился тонкий слой.

Упражнение «Рисование музыки»

Цель: снижение психоэмоционального напряжения.

Предложите ребенку краски, кисточки, бумагу, включите запись классической музыки, например, Моцарта или Чайковского. И попросите нарисовать музыку, которую он слышит, используя любые линии и цвета. Так, как он сам почувствует.

Упражнение «Слушание музыки»

Цель: гармонизация эмоционального состояния.

Для уменьшения агрессивности рекомендуют использовать для прослушивания Бах «Итальянский концерт», «Концерт ре-минор для скрипки», Гайдн «Симфония». Расслабляющим действием обладают звуки флейты, игра на скрипки и фортепиано.

Упражнение «Сказка о слоненке-драчуне»

Цель: снижение психоэмоционального напряжения, гармонизация эмоционального состояния, позитивных эмоций.

В джунглях жил маленький слоненок. Никто не дружил с ним, потому что все его боялись. Он очень много дрался и был такой сильный, что малыши убегали, как только видели его.

Слоненка это не радовало. Играть одному было скучно, но *слоненок* думал: «Все меня обижают, мне надо себя защитить, если я перестану драться, то другие у меня все заберут».

Однажды слоненок гулял и добрел до полянки. Там вместе весело играли зверята. Они посмотрели на слоненка, и мартышка сказала:

- Вот слоненок. Он, наверно, очень сильный. Хорошо, если он поможет нам построить башню.

- Нет. Не поможет, — проворчал маленький шакал, — у него вон какие кулаки. Он драться хочет.

И зверюшки разбежались кто куда.

- Куда вы? – позвал их слоненок. – Я с вами дружить хочу.

- Мы боимся тебя! – Ответили зверюшки. – У тебя очень большие кулачищи.

Слоненок посмотрел на свои лапы и испугался. Действительно, они были сжаты в огромные кулаки. Слоненку стало обидно, и он захотел убежать, но, разжав кулаки, он сказал:

- Я хочу с вами играть. Я не буду драться.

С тех пор слоненок никогда не сжимал кулаки, даже когда ему было страшно или ему казалось, что другие хотят его обидеть.

Это только некоторые арт-терапевтические методы и упражнения, которые помогают преодолевать детскую агрессивность.