

Художественно-эстетическое развитие дошкольников как условие для создания психологического здоровья воспитанников ДОУ

Дошкольное детство – начальный этап становления человеческой личности. В этот период закладываются основы личностной культуры. Огромную роль в формировании духовного развития личности, в совершенствовании человеческих чувств, в осмыслении явлений жизни и природы играет искусство. Поэтому ознакомление с различными видами искусства, такими как живопись, музыка, декоративно-прикладное искусство, литература, театр являются неотъемлемой частью художественно-эстетического воспитания, как условие создания психологического здоровья детей в наших дошкольных учреждениях.

Художественно-эстетическое развитие - важнейшая сторона воспитания ребенка. Оно способствует обогащению чувственного опыта, эмоциональной сферы личности, влияет на познание нравственной стороны действительности, повышает и познавательную активность. Эстетическое развитие является результатом эстетического воспитания. Составляющей этого процесса становится художественное образование - процесс усвоения искусствоведческих знаний, умений, навыков, развития способностей к художественному творчеству.

Искусство является незаменимым средством формирования духовного мира детей. Оно пробуждает у детей дошкольного возраста эмоционально-творческое начало. Также оно тесно связано с нравственным воспитанием, так как красота выступает своеобразным регулятором человеческих взаимоотношений.

В "Концепции дошкольного воспитания" отмечается, что "искусство является уникальным средством формирования важнейших сторон психической жизни - эмоциональной сферы, образного мышления, художественных и творческих способностей".

Ведущая педагогическая идея художественно-эстетического воспитания - создание образовательной системы, ориентированной на развитие личности через приобщение к духовным ценностям, через вовлечение в творческую деятельность.

Направления работы психолога по художественно-эстетическому развитию детей:

Арт-терапия (в переводе с греко-латинского – лечение искусством) представляет собой методику лечения при помощи художественного творчества. Занятия по арт-терапии способствуют выражению своих переживаний, проблем, внутренних противоречий, а также творческому самовыражению.

К традиционным видам арт-терапии относятся:

- Рисование;
- Живопись;
- Графика;
- Лепка;

В настоящее время эти виды дополнены и такими методиками:

- Песочная терапия;
- Сказкотерапия;
- Драматерапия;
- Цветотерапия;
- Музыкаотерапия;
- Изотерапия

К одному из основных видов арт-терапии относится рисование – это творческий процесс, позволяющий ребенку ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, освободиться от конфликтов и сильных переживаний, свободно выражать мечты и надежды. Рисуя, ребенок дает выход своим чувствам, желаниям, мечтам, перестраивает свои отношения в различных ситуациях.

Существует ряд условий для проведения подобных занятий:

1. Ребенок не должен испытывать затруднения при создании изображения с помощью предлагаемой техники.
2. Любые усилия в ходе работы должны быть интересны, оригинальны, приятны ребенку.
3. Интересными и привлекательными должны быть и процесс создания изображения, и результат.

Изобразительные техники и способы должны быть нетрадиционными.

Дети могут рисовать мятой бумагой, резиновыми игрушками, кубиками, губками, зубными щетками, палочками, нитками, коктейльными соломинками, ластиками и чем-то еще.

Работа с необычными материалами позволяет детям ощутить незабываемые эмоции, развивает творческие способности ребенка, его креативность, что способствует общему психическому и личностному развитию детей.

Нетрадиционное рисование имеет целый ряд преимуществ:

- Развивает мелкую моторику;
- Вызывает целый комплекс эмоций;
- Проявляет характер ребенка, его индивидуальность;
- Многообразие средств рисования;
- Многообразие способов рисования;
- Прививает любовь к изобразительному искусству, непринужденно развивает творческие способности.

Во время рисования следует избегать дисциплинарных замечаний, упреков в адрес детей, у которых что-то не получается. Необходимо ненавязчиво помогать детям, добиваться результатов в работе.

Занятие по нетрадиционному рисованию должны вызывать у детей положительные эмоции, хорошее настроение, желание заниматься творчеством.

Коллективное художественное творчество формирует у детей способности общаться друг с другом, а так же способствуют более свободному общению ребенка с взрослыми и помогает быстрее наладить диалог, снизить конфликтность, агрессивность, повышенную эмоциональность, замкнутость, застенчивость, дети учатся договариваться, уступать друг другу, помогать, подсказывать по ходу работы.

Все эти нетрадиционные техники и приемы рисования благоприятно влияют на развития здоровья детей, на их эмоционально-психическое развитие, развивают творчество.

Таким образом, можно сказать, что использование инновационных методик, традиционных и нетрадиционных приемов техник и технологий в развитии художественно-эстетического направления оказывают положительное влияние на психологическое здоровье ребенка.

Искусство является просто незаменимым, когда ребенку очень сложно выразить свои переживания словами, раскрыть определенные стороны внутреннего мира, требующие выражения или гармонизации (исцеления).

Во многих случаях рисуночная терапия выполняет психотерапевтическую функцию, помогая ребенку справиться со своими психологическими проблемами.

Рисуночная терапия в этом случае рассматривается, в первую очередь, как проекция личности ребенка, как символическое выражение его отношения к миру.

Изобразительно-игровое пространство, материал, образ в рисунке являются для детей средством психологической защиты, которое помогает в трудных обстоятельствах.

Одним из условий создания психологического здоровья художественно-эстетического направления является изучение характеристики цвета.

Каждый цвет – это энергия, которая распространяется как волны определенной длины, восприятие которых идет от зрения на органы и доходит до тактильных ощущений. Цвет воздействует на нас сразу на нескольких уровнях и в нескольких направлениях: на физическом уровне, на психологическом, гармонизирует и связывает воедино, витаминизирует (дает силы, исцеляет, пробуждает интуицию, способствует развитию духовности).

Все спектральные цвета тем или иным образом влияют на функциональные системы человека.

Оранжевый - тонизирующий; действует в том же направлении, что и красный, но слабее; ускоряет пульсацию крови, улучшает пищеварение.

Красный - возбуждающий, согревающий, активный, энергичный, проникающий, тепловой, активизирует все функции организма; используется для лечения ветряной оспы, скарлатины, кори и некоторых кожных заболеваний; на короткое время увеличивает мускульное напряжение, повышает кровяное давление, ускоряет ритм дыхания.

Желтый (самый светлый в спектре) - тонизирующий, физиологически оптимальный, наименее утомляющий; стимулирует зрение и нервную деятельность.

Голубой - успокаивающий; снижает мускульное напряжение и кровяное давление, успокаивает пульс и замедляет ритм дыхания.

Зеленый (самый привычный для органа зрения) - физиологически оптимальный; уменьшает кровяное давление и расширяет капилляры; успокаивает и облегчает невралгии и мигрени; на продолжительное время повышает двигательную-мускульную работоспособность.

Фиолетовый - соединяет эффект красного и синего цветов; производит угнетающее действие на нервную систему.

Синий - успокаивающее действие переходит в угнетающее; способствует затормаживанию функций физиологических систем человека.

Зная характеристику цветов, можно провести диагностику, рисуя фрактальный рисунок. Это поможет выявить характер личности, проблемы

которые беспокоят ребенка и совместно с родителями найти пути их решения.

Фрактал (в пер. с лат. «состоящий из фрагментов») — это бесконечно самоподобная геометрическая фигура, каждый фрагмент которой повторяется при уменьшении масштаба. Фрактальный рисунок выполняется с закрытыми глазами, при этом активизируется только мелкая моторика. Дети испытывают удивление, переживают эмоциональный подъем, открыв глаза и увидев свой шедевр.

С помощью фрактального рисунка:

- Гармонизируется общее психическое состояние ребенка.
- Активизируются тонкие области внимания и интуиции.
- Происходит развитие внимания.
- Активизируются творческие способности.
- Повышается фоновая активность коры полушарий головного мозга - это проявляется в потоке вопросов и фантазии ребенка.
- Активизируются межполушарные связи в головном мозге.
- Устанавливается гармоническое соотношение между левым и правым полушариями мозга.
- Растет чувство ритма.
- Развивается мелкая моторика.
- Развивается ассоциативное и образное мышление.
- Активизируется процесс развития способностей оперирования визуальными образами, что приводит к развитию памяти.

Особое внимание при рассмотрении темы художественно-эстетического воспитания хочется уделить воздействию музыки на человека.

Музыкотерапия (в переводе с греко-латинского «лечение музыкой») — это психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психологическое состояние человека.

Например, духовная музыка восстанавливает душевное равновесие, дарит чувство покоя; пение весёлых песен помогает при сердечных недугах, способствует долголетию, но самый большой эффект на человека оказывают мелодии Моцарта. Этот музыкальный феномен, до конца ещё не объяснённый, так и назвали – «эффект Моцарта».

Музыкотерапия с детьми активно используется в коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, психосоматических заболеваний, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях и др.

Музыкотерапия применима ко всем независимо от возраста и музыкальных способностей.

В дошкольном возрасте активизирующий эффект музыки достигается музыкальным оформлением различных игр, специальных доминантных занятий с детьми.

Музыкотерапия осуществляется в форме подгрупповых занятий с ритмическими играми, дыхательной гимнастикой, воспроизведением заданного ритма с постепенным замедлением темпа.

Положительное влияние на ребенка оказывает классическая музыка. Музыкальные произведения выбираются в соответствии с воздействием, оказываемом на те или иные функции: при раздражимости, утомлении, угнетенном настроении, гиперактивности, повышенной возбудимости.

Музыкотерапия позволяет решить ряд проблем:

- Преодолеть психологическую защиту ребенка - успокоить или, наоборот, настроить, активизировать, заинтересовать;
- Установить контакт между взрослым и ребенком;
- Развивать коммуникативные и творческие возможности ребенка;
- Занять его увлекательным делом - музыкальными играми, пением, движениями под музыку, импровизацией на музыкальных инструментах.

Различают пассивную и активную формы музыкотерапии.

При пассивной музыкотерапии детям предлагается прослушать различные музыкальные произведения, соответствующие их настроению, в процессе чего выявляется эмоциональное переживание ребенка.

При активной музыкотерапии ребенок вовлечен в работу с музыкальным материалом: инструментальная игра, пение. Основной целью в этом случае является, устранение повышенной застенчивости, развитие коммуникативных навыков, формирование выдержки и самоконтроля.

Песочная терапия

Пожалуй, у каждого из нас есть свои положительные воспоминания из детства, связанные с играми в песке – морском, речном или тем, что засыпают в песочницы у дома. Однако песок не так прост. Элементарные, казалось бы, игры могут быть очень полезны для психического здоровья и развития детей. Особенно если эти игры – песочная терапия.

Вы замечали, что песок для малышей обладает некой магической силой? В определенном возрасте их начинает манить к нему: детям хочется потрогать песок, поковыряться в нем палкой, поиграть игрушками, выкопать ямку.

В первую очередь, песочная терапия для детей – это прекрасная возможность для самовыражения, развития творческих склонностей в ребенке, а также простой и действенный способ научиться выражать свои чувства, эмоции, переживания. Занятия песочной терапией под руководством психолога дает ответы на многие вопросы родителей, касающиеся внутреннего эмоционального мира их ребенка, позволяет раскрыть и увидеть истинные причины конфликтов, страхов, а в дальнейшем и провести коррекцию.

Создатели песочной терапии – ученики известного психолога и ученого Карла Юнга. Терапия основывается на открытии психолога того факта, что наше бессознательное общается с нами символами, подсказками, что помогает нам нередко излечиться от болезней, справиться с трудностями и решить какие-то сложные вопросы. Сегодня игра с песком становится все более популярной. Активно стала использоваться песочная терапия в детском саду.

И так, как это работает? Картины, созданные на песке руками ребенка, являются отражением бессознательного. Они – как сны, но их еще и можно пощупать. С их помощью дети выводят наружу свои переживания, внутренние проблемы, мучающие конфликты.

Песочница - прекрасный посредник для установления контакта с ребенком. И если он плохо говорит и не может рассказать взрослому о своих переживаниях, то в таких играх с песком все становится, возможно.

Проигрывая волнующую ситуацию с помощью маленьких фигурок, создавая картину из песка, ребенок раскрывается, и взрослые получают возможность увидеть внутренний мир ребенка в данный момент и в ходе песочной терапии она обязательно «выльется» на песчаную поверхность. Но это далеко не единственный плюс песочной терапии: она замечательно развивает

мелкую моторику (песок благодаря своей структуре благотворно воздействует на тактильные ощущения и стимулирует нервные окончания, которые находятся в подушечках пальцев), фантазию, творческие способности, образное мышление и многое другое.

Работа с песком успокаивает (особенно гиперактивных детей) – в нем как будто содержится живительная солнечная энергия, которая подзаряжает позитивными эмоциями.

Хороша песочная терапия для дошкольников и тем, что при создании тех или иных композиций здесь не нужны художественные навыки, как в рисовании. А значит, нет места и разочарованиям, ошибкам и неуверенности в собственных силах. На «песочном» занятии дети раскованы, веселы и воодушевлены: они создают собственный мир, и делать это бесконечно приятно.

Песочная терапия сродни игре, а в игре ребенок познает окружающий мир, преодолевает трудности, учится решать взрослые проблемы. Здесь важно участие педагога или психолога, который вовремя поможет найти малышу решение и выход из сложившейся ситуации.

Прекрасно помогает песочная терапия в логопедии. Дети, у которых есть какие-то проблемы с речью, намного быстрее усваивают упражнения, отраженные на песке. Так, обожают малыши лепить разные буквы, слова, сложные для них буквосочетания. Дети, которые с трудом разговаривают, намного быстрее преодолевают проблемы с речью, так как песок воздействует на тактильно-кинестетические центры, связанные с теми полушариями мозга, которые отвечают за развитие речевой активности.

Уже подросшие дети могут учиться составлять рассказы на основе того, что они «нарисовали» на песке. Это учит их связной речи, навыкам пересказа, причем это им действительно интересно: кому не хочется описать то, что за ситуация изображена на песке?

В песочной терапии дети обретают внутреннюю свободу и уверенность, что их никто не осудит и примет их такими, какими они есть. Сначала на песке, а затем и в реальной жизни!

Цель такой терапии — не менять и переделывать ребенка, не учить его каким-то специальным поведенческим навыкам, а дать ему возможность быть самим собой.

Чем полезны игры с песком?

- Развивают восприятие, мышление, память, внимание, речь, навыки самоконтроля и саморегуляции, творческое мышление, воображение и фантазию;
- Формируют у ребенка представления об окружающем мире;

- Развивают мелкую моторику, глазомер;
- Успокаивают и расслабляют, снимая напряжение;
- Воспитывают чувство успешности и уверенности в себя (вот как я могу!);
- Помогают познавать внешний и свой внутренний мир.

Наряду с высокой эффективностью метода, песочная терапия имеет и противопоказания. Не рекомендуется в случаях, когда:

- Уровень тревожности ребёнка очень высокий;
- Есть аллергия и астма на пыль и мелкие частицы;
- Есть кожные заболевания и порезы на руках.
-

Песочная терапия раскрывает скрытые потенциалы ребёнка и корректирует дефекты развития. С её помощью очень хорошо развивается мелкая моторика, чувствительность конечностей за счёт воздействия на нервные окончания, развиваются художественные и творческие способности, обостряются фантазии и улучшается образное мышление.

Сказкотерапия

Метод сказкотерапии позаимствовал некоторые черты у арт-терапии. Он направлен на разрешение личностных, поведенческих и эмоциональных проблем.

Сказкотерапия - пожалуй, самый детский метод психологии, и, конечно, один из самых древних. Ведь ещё наши предки, занимаясь воспитанием детей, не спешили наказывать провинившегося ребенка, а рассказывали ему сказку, из которой становился ясным смысл поступка. Сказки служили моральным и нравственным законом, предохраняли детей от напастей, учили их жизни. Зная, как сказка влияет на жизнь человека, можно очень многим помочь своему ребёнку.

Что такое сказкотерапия?

- Это лечение сказками, т.е. совместное с клиентом открытие тех знаний, которые живут в душе и являются в данный момент психотерапевтическими;
- Это процесс поиска смысла, расшифровки знаний о мире и системе взаимоотношений в нем.
- Это процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни.
- Это процесс активизации ресурсов, потенциала личности.
- это процесс экологического образования и воспитания ребенка;
- это процесс улучшения внутренней природы и природы мира вокруг нас.

Цели и задачи сказкотерапии:

1. Активизация в ребенке творческого, созидющего начала, раскрытие глубин собственного внутреннего мира, развитие его самосознания
2. Создание условий для развития творческого воображения, оригинальности мышления.
3. Стимулирование творческого самовыражения.
4. Формирование позитивного отношения ребенка к своему «Я».
5. Снижение уровня тревожности и агрессивности у детей.
6. Развитие умения преодолевать трудности и страхи.
7. Выявление и поддержка творческих способностей.
8. Формирование навыков конструктивного выражения эмоций.
9. Развитие способностей к эмоциональной регуляции и естественной коммуникации.

Преимущество сказок для личности ребенка:

- Отсутствие в сказках дидактики, нравоучений.
- Неопределенность места действия главного героя.
- Образность языка. Кладезь мудрости.
- Победа Добра. Психологическая защищенность.
- Наличие Тайны и Волшебства.

Основной принцип подбора сказок – это направленность проблемной ситуации, характерной для данного возраста, нравственный урок, который дает сказка, доступный для осмысления детям дошкольного возраста. Проблема, выраженная в метафоре, в образе доступна ребенку, он может обсудить ее и понять причины, переработать через собственный эмоциональный опыт.

Таким образом, в сказке и через восприятие сказочного мира можно создать необходимые условия для развития эмоциональной сферы дошкольника, обогатить образами и представлениями, формирующими воображение.

И так, подведем итог, всего вышесказанного.

Дошкольный возраст – это период, характеризующийся становлением эстетического развития, совершенствующего под воздействием воспитания, которое направлено на решение конкретных задач, вытекающих из цели эстетического воспитания и его значения в развитии личности.

Работа по эстетическому воспитанию в детских садах тесно связана со всеми сторонами воспитательного процесса, формы организации ее очень разнообразны, и результаты проявляются в различных видах деятельности.

Воспитание эстетического отношения к окружающему способствует формированию многих качеств личности ребенка. Это сложный и длительный процесс. Для того чтобы научиться понимать прекрасное в искусстве и в жизни, необходимо пройти длинный путь накопления элементарных эстетических впечатлений, зрительных и слуховых ощущений, необходимо определенное развитие эмоциональных и познавательных процессов.

Процесс художественно-эстетического воспитания является долговременным и сложным, можно сказать, что он длится всю жизнь.

Взрослый, будь то родитель или воспитатель, учитель или просто прохожий на улице, является той связующей нитью между окружающей действительностью и ребенком. Ребенок познает мир именно через взрослого. Каким будет это познание, зависит от нас.

Развивая гармоничную личность, чуткую ко всему прекрасному, мы растим поколение художников, поэтов, актеров, творческих людей, желающих преобразовывать наш мир в лучшую сторону. Именно они будут беречь, и создавать культуру нашего общества, именно за них мы в ответе.

Педагог-психолог

Подкорытова М.С