



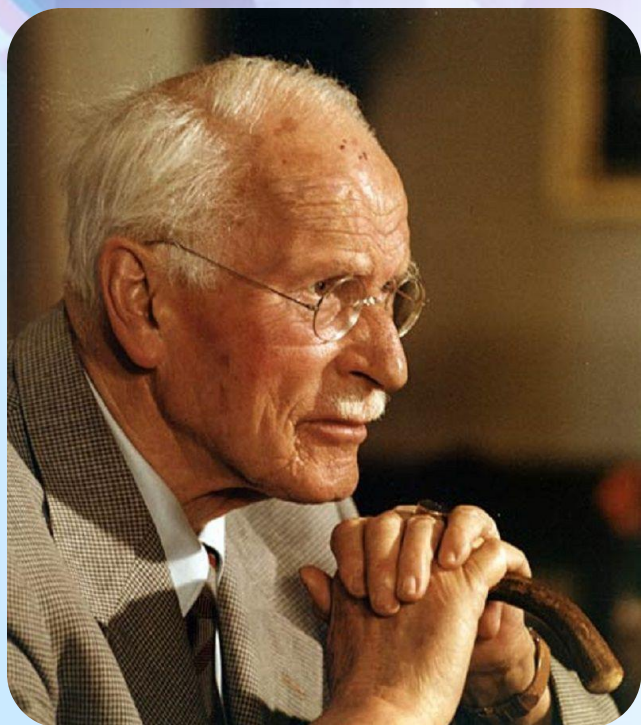
Тема: «Использование арт-терапии (метод мандала) для коррекции эмоционального состояния детей с ОВЗ старшего дошкольного возраста»

Подготовил: педагог-психолог
Гайнулина Д.Ш.

Актуальность

Детство – один из самых важных этапов в жизни ребенка. Особенно важен этот этап для детей с ограниченными возможностями здоровья. В этот период ребенок активно познает окружающий мир. А в детском саду ребенок получает первый опыт взаимодействия с другими людьми, пытается найти свое место среди них, учится жить в ладу с самим собой и окружающими и получает первые элементарные знания.





Первооткрывателем мандалотерапии стал Карл Густав Юнг. Мандалотерапия - это безопасный и естественный способ изменения эмоционального состояния, снятия напряжения, выражения чувств, позволяющий развивать саморегуляцию.

Цель:

- развитие эмоционально-личностной сферы ребенка методами арт-терапии.

Задачи:

- формировать представления об основных эмоциональных состояниях человека;
- развивать навыки саморегуляции эмоциональных реакций и навыки самоконтроля, произвольности поведения;
- развивать коммуникативные навыки;
- развивать мелкую моторику рук, зрительно – моторную координацию;
- развивать высшие психические функций: восприятия, памяти, внимания, мышления, воображения, речи
- коррекция эмоционального неблагополучия ребенка.

Показания к использованию технологии рисования мандал:

- дети с ограниченными возможностями здоровья;
- тревожные, агрессивные и гиперактивные, с неуравновешенной нервной системой;
- застенчивые и замкнутые дети. Дети, имеющие трудности речевого развития;
- дети с проблемами общения и поведения;
- дети, пережившие стрессовые ситуации;
- дети, имеющие трудности развития моторики и зрительно-моторной координации;
- дети на этапе психологической подготовки к обучению в школе.



Общая структура занятий:

Вступительная часть.

1. Цель – эмоциональный настрой детей на совместную деятельность, снятие эмоционального напряжения, эмоциональное сплочение группы, концентрация внимания, развитие мотивации к дальнейшей деятельности.

2. Самооценка детьми своего эмоционального состояния. Цель – развитие у детей навыков самоконтроля, рефлексии, эмпатии.

3. Пальчиковые игры. Цель – подготовка руки к рисованию, развитие мелкой моторики

4. Повторение правил рисования/создания мандал. Цель – развитие навыков самоконтроля.

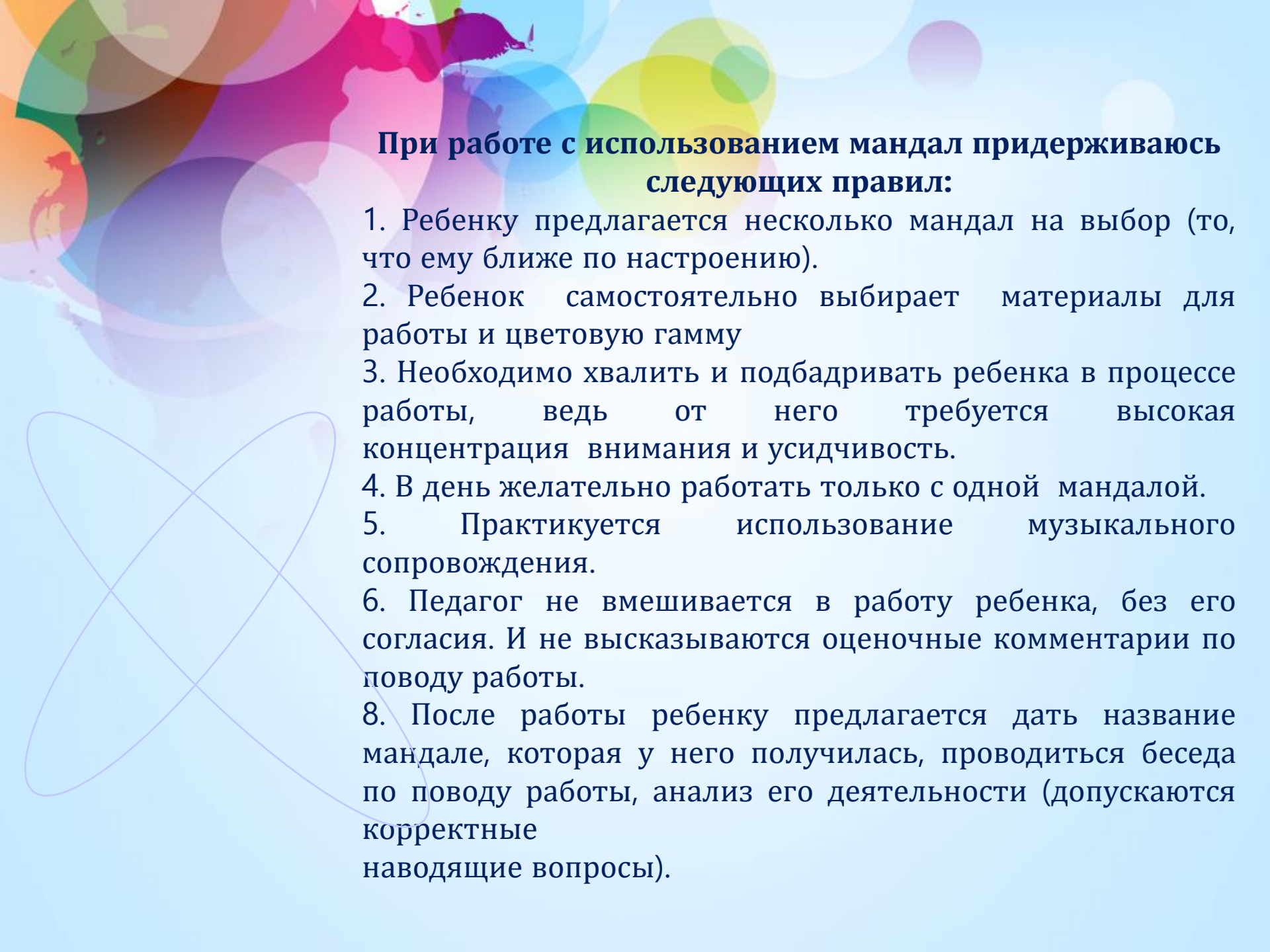
•Основная часть.

5.Упражнение, рисование/создание мандал на заданную тему.

•Заключительная часть.

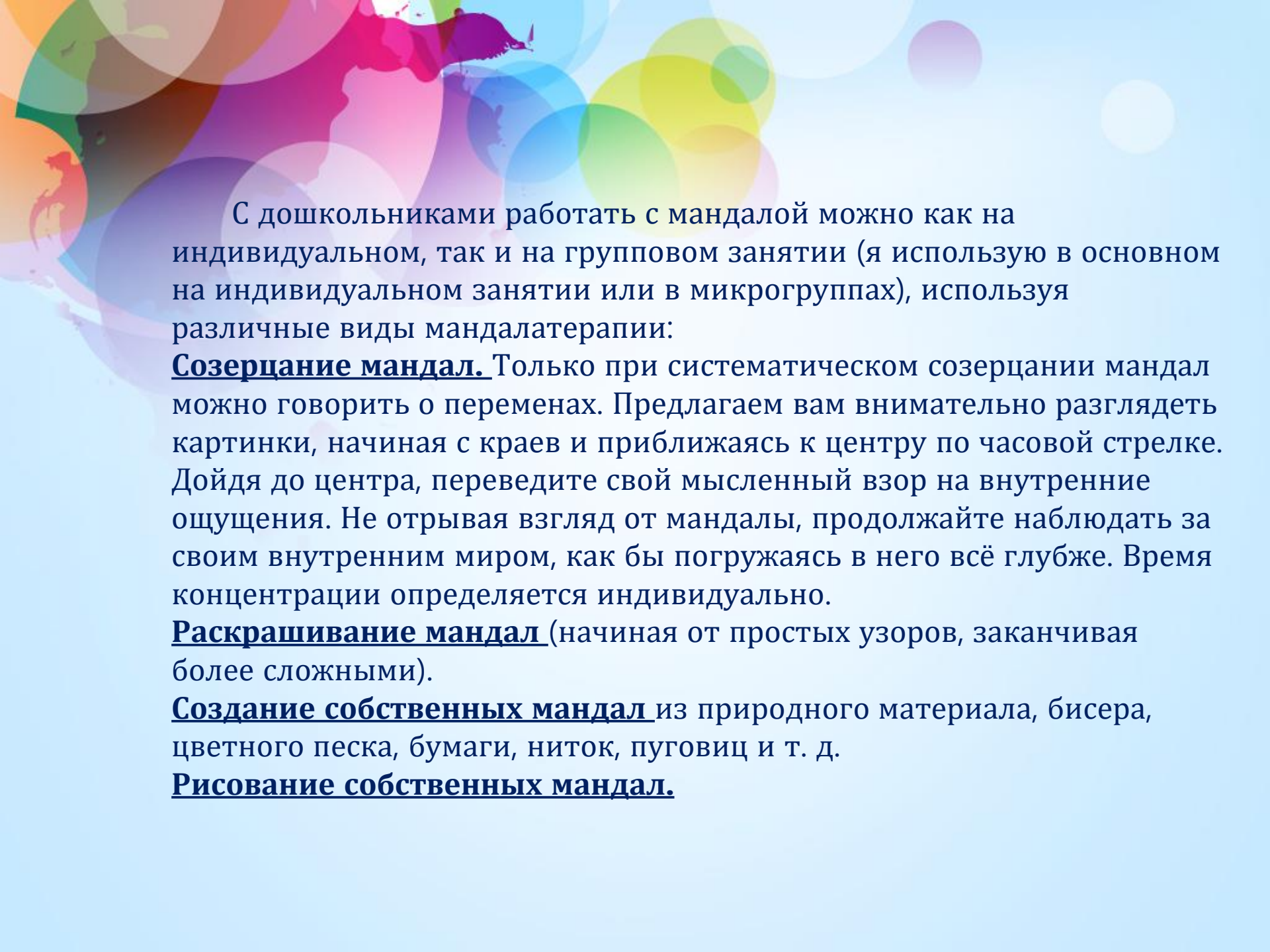
6.Рефлексия. Подведение итогов занятия, самоанализ детьми своего эмоционального состояния, своей работы, подведение итогов.

7. Ритуал прощания. Цель – эмоциональный настрой на следующие встречи.



**При работе с использованием мандал придерживаюсь
следующих правил:**

1. Ребенку предлагается несколько мандал на выбор (то, что ему ближе по настроению).
2. Ребенок самостоятельно выбирает материалы для работы и цветовую гамму
3. Необходимо хвалить и подбадривать ребенка в процессе работы, ведь от него требуется высокая концентрация внимания и усидчивость.
4. В день желательно работать только с одной мандалой.
5. Практикуется использование музыкального сопровождения.
6. Педагог не вмешивается в работу ребенка, без его согласия. И не высказываются оценочные комментарии по поводу работы.
8. После работы ребенку предлагается дать название мандале, которая у него получилась, проводится беседа по поводу работы, анализ его деятельности (допускаются корректные наводящие вопросы).



С дошкольниками работать с мандалой можно как на индивидуальном, так и на групповом занятии (я использую в основном на индивидуальном занятии или в микрогруппах), используя различные виды мандалатерапии:

Созерцание мандал. Только при систематическом созерцании мандал можно говорить о переменах. Предлагаем вам внимательно разглядеть картинку, начиная с краев и приближаясь к центру по часовой стрелке. Дойдя до центра, переведите свой мысленный взор на внутренние ощущения. Не отрывая взгляд от мандалы, продолжайте наблюдать за своим внутренним миром, как бы погружаясь в него всё глубже. Время концентрации определяется индивидуально.

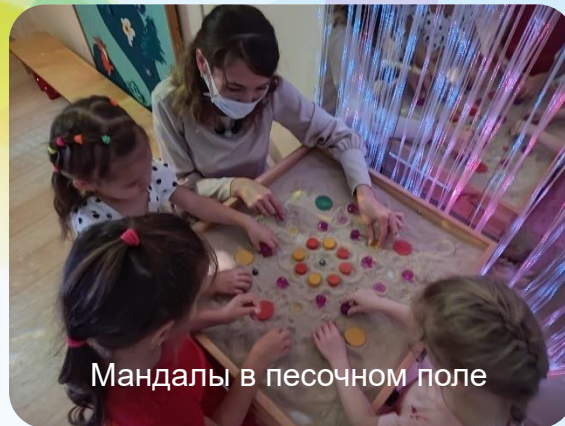
Раскрашивание мандал (начиная от простых узоров, заканчивая более сложными).

Создание собственных мандал из природного материала, бисера, цветного песка, бумаги, ниток, пуговиц и т. д.

Рисование собственных мандал.



Мандалы



Мандалы в песочном поле



Раскрашивание мандал



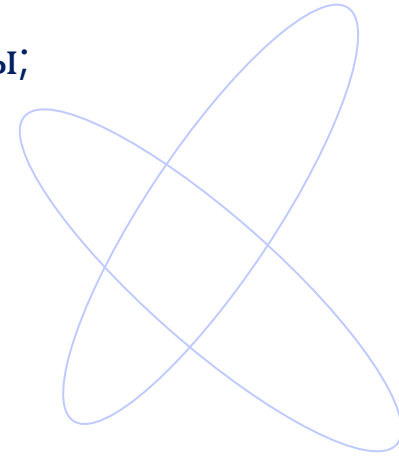
Создание мандал на песке с подсветкой



Создание собственных мандал

Используя метод мандалотерапии в своей работе с детьми ОВЗ я достигла следующих результатов :

- создание атмосферы эмоциональной теплоты;
- снятие напряжения;
- развитие навыков саморегуляции;
- развитие творческих способностей;
- развитие внимания, сенсорных способностей;
- развитие мелкой моторики;
- формирование позитивного аффекта, связанного с получением удовольствия.



Мандалотерапия - это увлекательнейший мир, в котором нам предстоит совершать много самостоятельных открытий, а главное это эффективно, доступно, безопасно, интересно для детей с ограниченными возможностями здоровья. Ведь ребенок как писал К.Д. Ушинский «...мыслит формами, красками, звуками, ощущениями»



Спасибо за внимание!

Гиперактивные и нервные дети не являются феноменом в наше время, это не чудо, что наш мир стал шумным и хаотичным. Научить детей сосредоточиваться, успокаиваться может помочь раскрашивание мандал.

А.Цайри