

Консультации для родителей

*«Изотерапия - как средство
разрешения конфликтов и
налаживания отношений
между детьми»*

Подготовила:

психолог Ташмагамбетова С.У.



В настоящее время у многих детей дошкольного возраста отмечаются повышенное беспокойство, неуверенность, эмоциональная неустойчивость. В сочетании с неправильным воспитанием и неудовлетворенностью ребенка эти особенности могут стать эмоциональными нарушениями, которые могут негативно сказаться на взаимоотношениях со сверстниками.

Изотерапия предоставляет ребенку возможность проигрывать, переживать, осознавать конфликтную ситуацию, какую-либо проблему наиболее удобным для психики ребенка способом. Такие методики позволяют погружаться в проблему настолько, насколько человек готов к ее переживанию. Сам ребенок, как правило, даже не осознает то, что с ним происходит. Здесь на помощь приходит изотерапия, которая позволяет наиболее безболезненным способом вынести на физический план страхи, переживания, которые могут лежать глубоко в сознании или даже бессознательном.

Дошкольный возраст - важнейший период жизни человека, когда формируются основные личностные характеристики, мировоззрение, отношение к себе и окружающим. Ребенок активно познает мир и отражает его в своей естественной деятельности – игре и рисунке. Наиболее яркие возможности для самовыражения детей представляет изобразительное творчество.

Изотерапия создает положительный эмоциональный настрой у детей, облегчает процесс коммуникации со сверстниками, укрепляет культурную идентичность ребенка, развивает чувство внутреннего контроля, способствует творческому самовыражению, развитию воображения, эстетического опыта и социализации ребенка.

У дошкольников изотерапия разгружает нервную систему, стимулирует развитие моторики, успокаивает психику. Этот метод является одним из лучших способов, чтобы узнать, о чем думает малыш, чего он стесняется, что ему снится.

Дошкольники в силу своих возрастных особенностей не способны анализировать поступки окружающих, а также делать выводы. Они быстро в семье становятся зависимыми от напряжённой ситуации и ночных кошмаров. А направление арт-терапии через рисунок позволяет выразить свои эмоции. Этот метод устраняет агрессивное поведение, зажатость, неуравновешенность, низкую самооценку, ревность, чувство одиночества.

Методы изотерапии включают пассивную форму — использование готовых произведений искусства, так и активную форму – создание собственных творений.

Изотерапия как метод психологической коррекции предоставляет ребёнку возможность пережить, осознать конфликтную ситуацию, а также проиграть какую-либо проблему максимально удобным для детской психики способом.

Изотерапия в работе с детьми, в том числе и профилактической, позволяет детям ощутить, а также понять самих себя, помогает выразить свободно свои чувства, мысли, надежды, мечты, проявить эмпатию, освободиться от сильных переживаний и конфликтов.

Изотерапия в работе с детьми широко применяется для снятия стрессовых состояний, психического напряжения, для коррекции страхов и неврозов, поскольку рисуя, ребёнок болезненно соприкасается с некоторыми неприятными, пугающими, травмирующими образами.

Приемы изотерапии:

- Игры и упражнения с разными изобразительными материалами.
- Работа в парах.
- Совместное групповое рисование.
- Групповые изобразительные игры:
 - Упражнения, помогающие при разрешении конфликтных ситуаций.
 - Техники, сочетающие изобразительную деятельность с другими формами самовыражения.

При рисовании происходит:

- Расставание с негативными эмоциями и прорисовывание тяжёлого дня или события;
- Переживание и усмирение ярости, гнева, злости. Тогда можно избежать наказания, обидных слов и действий. Лучше – отдать всё на откуп бумаге, линиям, краскам, фигурам и объектам;
- Совместная деятельность и уникальная возможность в процессе, наводящими вопросами в рисунке узнавать, что тревожит ребёнка. И главное – как вы можете ему помочь;
- Наблюдение со стороны и раннее выявление проблемы.