**Арт-терапия как средство адаптации детей раннего возраста к ДОУ**

***Богданова Г.Г., воспитатель***

*МБДОУ детский сад №28г. Иркутска*

Проблема адаптации детей к детскому саду на современном этапе очень высока. Только придя в детский сад, ребенок испытывает сильнейший стресс, который иногда затягивается на несколько месяцев, переходя в тяжелую форму адаптации. Адаптационный период для ребёнка серьезное испытание, вызванные адаптацией стрессовые реакции надолго нарушают эмоциональное состояние детей.

Так как адаптация – это приспособление или привыкание организма к новой обстановке и поэтому для ребенка детский сад, несомненно, является новым, еще неизвестным пространством, с новым окружением и новыми отношениями. Поэтому необходим метод положительного психологического воздействия, с целью поддержания и укрепления душевного баланса малыша.

Самым оптимальным подходом в обеспечении адаптации детей раннего возраста можно считать творческий подход, раскрывающий особенности личности и индивидуальности каждого ребенка. [4]

Таким современным методом является арт-терапия. Арт-терапия – это специализированная форма психотерапии, основанная на искусстве, в первую очередь изобразительной и творческой деятельности.

Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания в процессе восприятия и создания продуктов искусства, творческой деятельности.

Арт-терапия, как профессиональная деятельность, – сравнительно новая область науки и практики, однако то, что художественная деятельность обладает целительным эффектом. [1]

Арт-терапия, самый продуктивный и незаменимый способ психологической работы с детьми и сегодня арт-терапия считается одним из наиболее мягких, но эффективных методов, используемых педагогами. Так как, существует и педагогическое направление арт-терапии, задачи, которой развитие коррекции, воспитание и социализация.

Словосочетание «арт-терапия» в научно-педагогической интерпретации понимается как забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье личности, группы, коллектива средствами художественной деятельности.

Арт-терапия в детском саду – это путь к психологическому здоровью ребенка. Разнообразные занятия искусством способствуют развитию творческих способностей ребенка, формированию у него правильного мировоззрения и позитивного мировосприятия. В процессе детского творчества, раскрывается внутренний мир ребенка. [2]

Используя арт-терапию в работе с детьми, мы стремимся достичь следующих целей: формирование высокого жизненного тонуса и гармоничных отношений с окружающим миром, развития взаимопонимания между детьми, а также между ребенком и взрослыми. Мы учим ребенка самовыражению, умению управлять своими чувствами, переживаниями, эмоциями.

В конечном итоге использование метода арт-терапии способствует развитию мышления, логики, воображения, памяти, внимания, речи, мелкой моторики, творческих способностей, навыков успешного взаимодействия со сверстниками и взрослыми, ну и, конечно же, отличному самочувствию ребенка.

Арт-терапию применительно к образованию следует рассматривать как синтез нескольких областей научного знания, как совокупность методик, построенных на применении разных видов искусства в своеобразной символической форме и позволяющих с помощью стимулирования художественно-творческих *(*креативных*)*проявлений ребенка осуществить его эффективное личностное развитие.

Так как, соприкасаясь с искусством в разных его проявлениях, ребенок избавляется от психических напряжений, стрессов, общение с прекрасным дает ему возможность успокоиться, научиться быть сосредоточенным, внимательным и жить в гармонии с самим собой, следовательно, намного легче и безболезненнее адаптироваться к новым условиям детского сада. [3]

В процессе адаптации детей к детскому саду нами используются этюды и игры с элементами арт-терапии. Эффективность воздействия этих упражнений, этюдов и игр на детей значительно повышается, если они сопровождаются музыкой и рисованием, в одном совместной деятельности сочетаются разные виды воздействия. В основе создания продуктов деятельности в процессе арт - терапии лежит система побуждений, где основным является, выражение субъектом своих чувств, переживаний во внешней форме; стремление понять и разобраться в том, что происходит в своем внутреннем мире; удовлетворение потребности в общении с другими людьми через продукт своей деятельности; познание окружающего мира через символизацию его в особой форме, конструирование мира (в виде рисунков, историй, сказок, поделок). Различные виды арт-терапии предоставляют возможность самовыражения, самопознания и позволяют личности подняться на более высокую ступень своего развития.

Рассмотрим некоторые виды арт-терапии и их формы, которые можно использовать в процессе адаптации с детьми раннего возраста в детском саду:

игротерапия - это игры на знакомство; игры на общение; игры с предметами; игры по сказке; игры с песком и водой; игры с конструктором;

изотерапия - это рисование пальчиками; рисование ладошками; печать поролоном; восковые мелки; акварель; отпечатки листьев; рисунки из ладошки; рисование ватными палочками; рисование песком; монотипия;

сказкотерапия - это инсценированние сказок; чтения или обсуждения самой сказки; знакомство с образными выражениями; подведение к умению выразительно интонировать реплики героев; передавать ритмизацией движения героев сказок; угадывать по выразительному исполнению эмоциональные ситуации;

песочная терапия - это конструирование из песка; рисование песком и на песке; экспериментирование; оставление узоров на песке; создание картин на песке и “песочного мира; создание песочных композиций и “секретов”.[1]

Для того чтобы определить уровень адаптации ребенка к детскому саду можно использовать авторскую диагностику М. В. Корепановой, Е. В. Харламповой «Диагностика развития и воспитания дошкольников в Образовательной системе».[5]

Цель, которой определить уровень адаптации детей к дошкольной образовательной организации.

Для определения успешности адаптационного периода, используются следующие критерии: общий эмоциональный фон поведения, познавательная и игровая деятельность, взаимоотношения со взрослыми, взаимоотношения с детьми, реакция на изменение привычной ситуации.

Данная диагностика, учитывая сложность приспособления к новым условиям и к новой деятельности детей раннего возраста, предусматривает все факторы, способствующие адаптации ребенка к дошкольному учреждению либо, наоборот, мешающие ей или ее замедляющие.

Таким образом, чтобы адаптировать ребенка к детскому саду, необходим метод положительного психологического воздействия, таким методом и является арт-терапия, так как это не просто красивое и модное слово, а прежде всего, это современный метод положительного психологического воздействия, с целью поддержания и укрепления душевного баланса малыша. В основе этого психологического метода лежит как медицинская практика, так и разностороннее художественное творчество: рисование, визуализация, лепка, монотипия, музыка, аудиальное развитие, литература и др., что позволяет создать наиболее эффективные условия для успешной адаптации детей раннего возраста к детскому саду.

Список литературы:

1.Белова О. Е. «Циклы игровых комплексов с детьми 2-4 лет в адаптационныйпериод по программе *«От рождения до школы»* - Волгоград: Учитель, 2014.

2. Киселева М. В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей. – СПб.: Изд-во: Речь,2008 г.

3.Левченко И. Ю. Арт-педагогика и арт-терапия в специальном образовании. – M.: Изд-во: Академия, 2001.

4. Свистовская Е. Е., Копытин А. И. Арт-терапия детей и подростков. –М.: Когито-Центр, 2010 г.

5.Теплюк С. Улыбка малыша в период адаптации / Дошкольное воспитание. 2006.