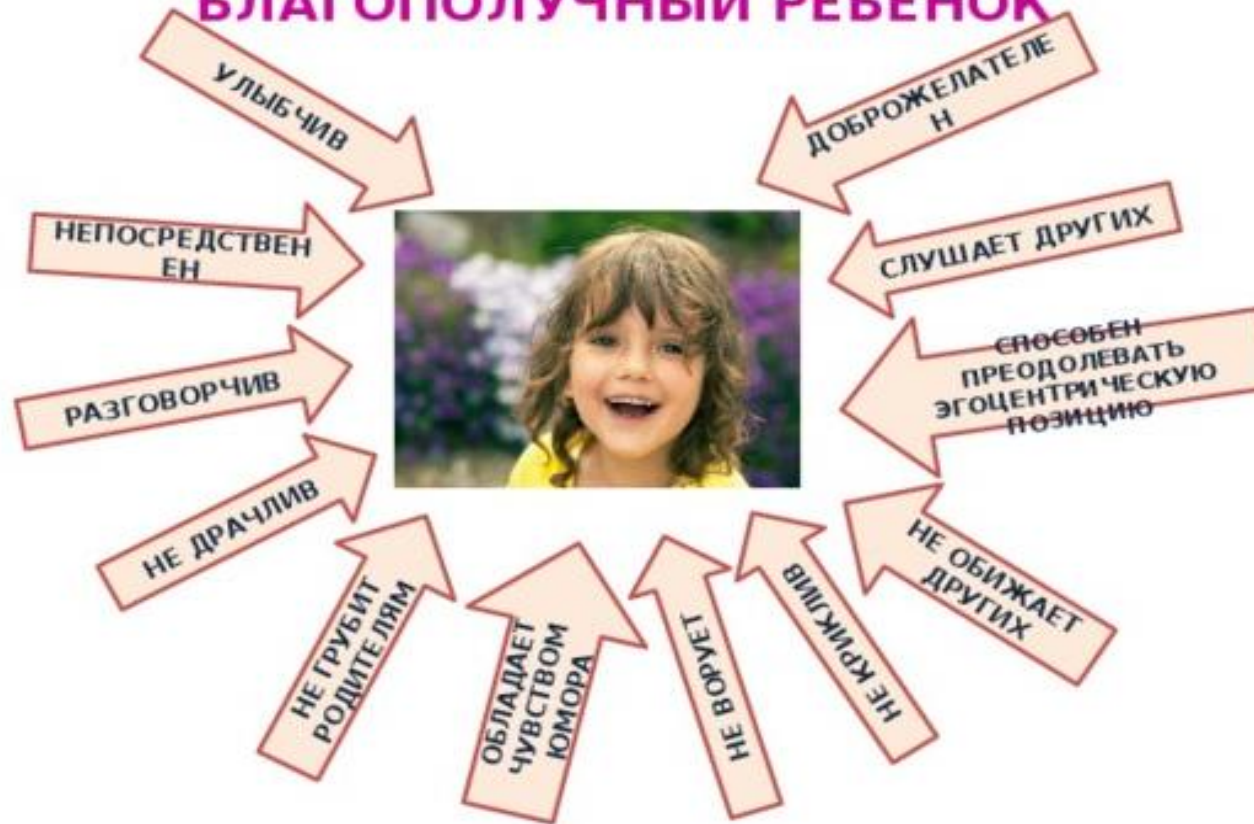


**Арт-технологии в коррекции эмоционально-личностной сферы ребёнка, в развитии его творческого потенциала.**

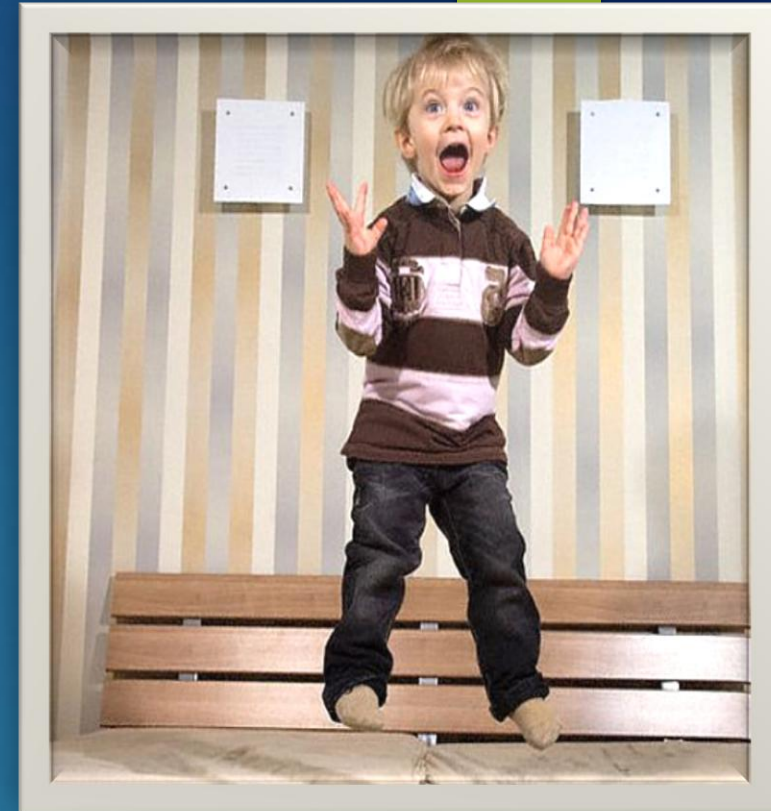
**Мандалы для детей**



## ЭМОЦИОНАЛЬНО БЛАГОПОЛУЧНЫЙ РЕБЕНОК



Создание эмоционального благополучия детей в дошкольном образовательном учреждении является одной из наиболее важных и сложных задач в работе педагога-психолога с детьми. Эмоциональное благополучие выступает не только условием, обеспечивающим гармоничное развитие личности, но и гарантом сохранения психологического здоровья дошкольников.



**Гиперактивные и нервозные тревожные, замкнутые, а так же испытывающие страх, трудности в общении дети в наше время не являются феноменом и чудом, их количество увеличивается с каждым годом.**

**Поэтому в своей коррекционно-развивающей работе с такими детьми я использую разные формы, методы и приемы, в том числе методы арт-терапии (лечение искусством): сказкотерапию, музыкотерапию, песочную терапию, изо терапию, цветотерапию. В этом году я стала использовать - мандалотерапию.**



**Понятие «Мандала» - в переводе с санскрита означает «круг, колесо», это символический рисунок в круге, с каким-либо символом в центре. Мандала всегда симметрична.**

**Мандалотерапия – это естественный и радостный способ улучшения эмоционального состояния, снятия напряжения, выражения чувств, который способствует развитию творчества, художественному и духовному самовыражению детей.**



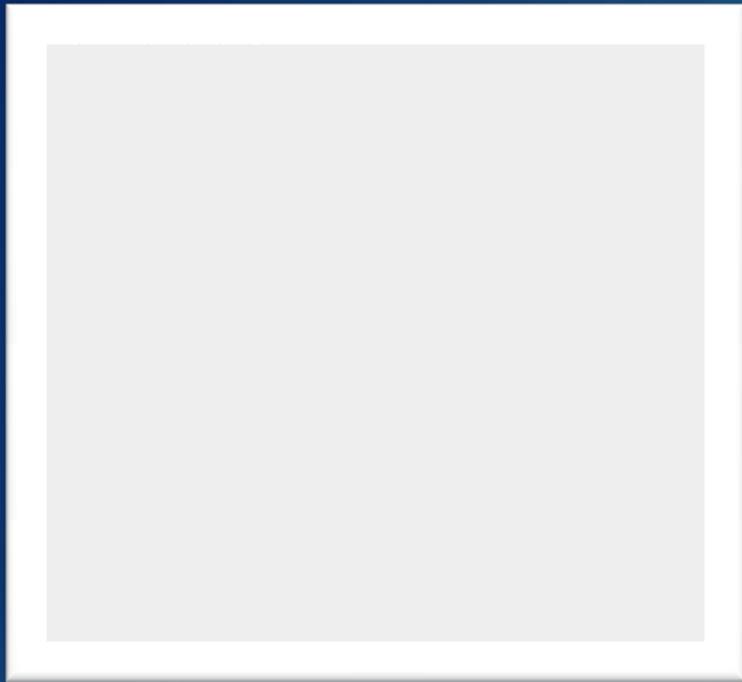
**Первооткрывателем мандалотерапии является швейцарский психолог и философ Карл Густав Юнг. Он доказал, что работа с мандалами развивает целостное восприятие мира, развивает внимание к собственным чувствам, усиливает ощущение собственной личностной ценности. Он утверждал, что раскрашивание мандал может научить детей сосредотачиваться, успокаиваться и заряжаться положительной энергией.**

## *Правила работы педагога- психолога с детьми при использовании мандал-раскрасок:*

1. Ребенку предлагается несколько мандал на выбор (то, что ему ближе по настроению).
2. Ребенок самостоятельно выбирает материалы для работы и цветовую гамму.
3. На одном занятии ребенку предлагается только одна мандала.
4. Практикуется использование музыкального сопровождения.
5. Педагог не вмешивается в работу ребенка, без его согласия.
6. Психолог следит за состоянием напряжения, расслабленности в процессе работы.
7. Не высказываются оценочные комментарии по поводу работы.
8. Следующий этап работы — это художественное описание мандалы. Когда мандала готова, я предлагаю воспитанникам рассказать о ней, дать ей название или сочинить о ней сказку или короткий рассказ. С помощью такого приема, я могу собрать информацию о чувствах, желаниях, мечтах ребенка.

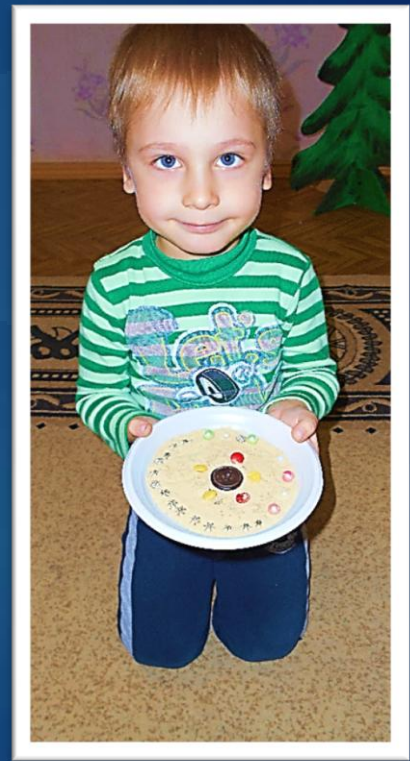
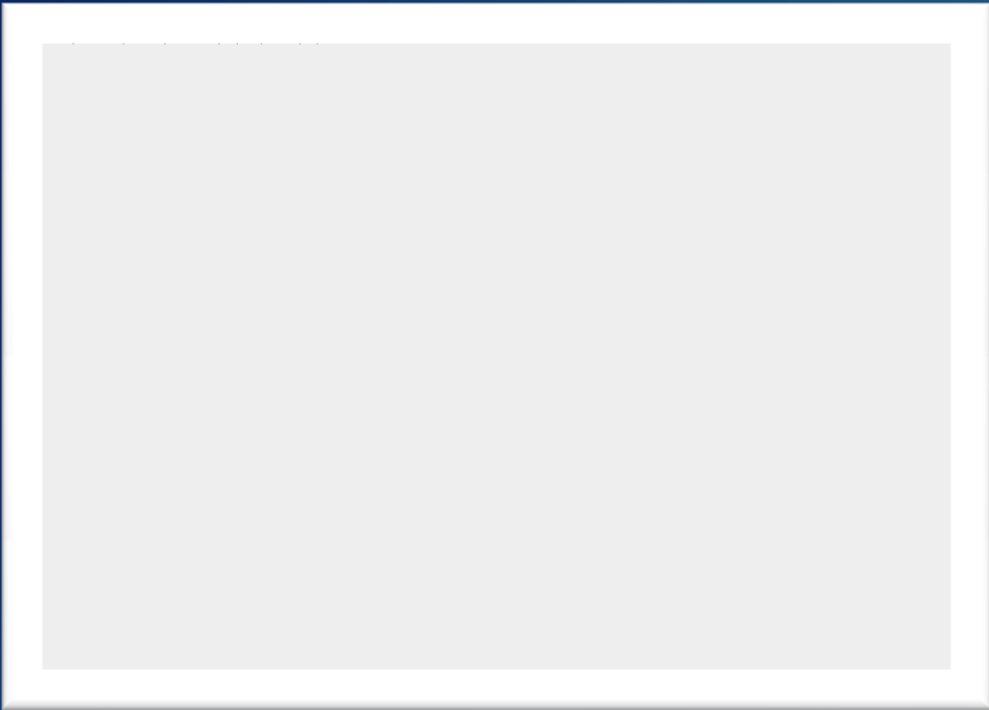


Детям младшего возраста я предлагаю игры за столами или на ковре. Для этого я использую круглые подносы, песок, цветные камешки, природный материал, детали мозаики или конструктора. В ходе такой деятельности стабилизируется их эмоциональное состояние, активизируются творческие способности. Что еще раз подтверждает широкие возможности использования данного метода.











**В ходе коррекционно-развивающей работы с детьми 5-7 лет я использую мандалы, предложенные Джоан Келлог для выхода негативных чувств. В процессе раскрашивания и рисования дети переносят свои чувства, эмоции, ощущения на рисунок, у них происходит проработка мыслей и чувств, которые находятся под запретом или эти чувства подавлены.**

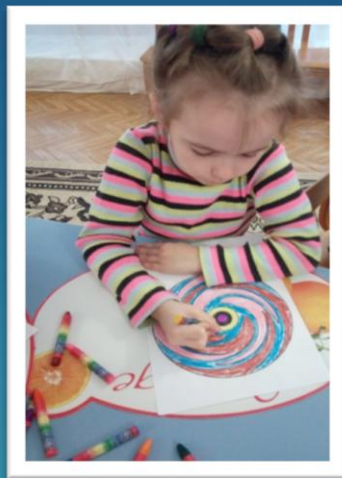


**Работая с детьми я убедилась, что на первых занятиях для раскрашивания мандалы необходимо предлагать карандаши, восковые мелки, пастель, так как краски и акварель могут растекаться и смешиваться, что вызовет негативные реакции у ребенка. Я напоминаю воспитанникам, что раскрашивание мандалы должно начинаться от центра круга и можно вносить изменения в рисунок.**



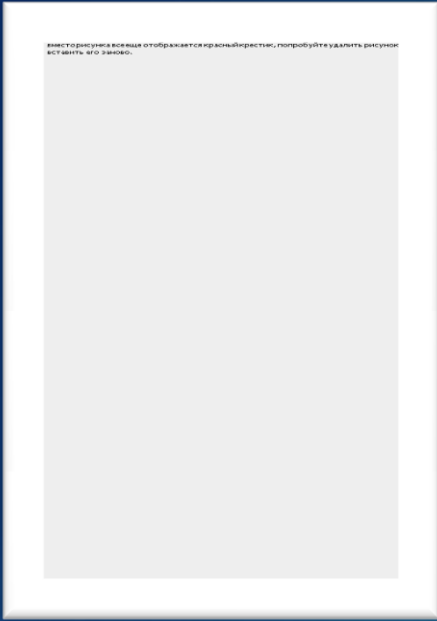
Не удалось отобразить рисунок. Возможно, рисунок поврежден или недостаточно опантати для его открытия. Перезагрузите компьютер, а затем снова откройте файл. Если внешне рисунка все еще отображается, попробуйте удалить рисунок и вставить его заново.

На последующих занятиях я предлагаю детям песок, окрашенную крупу, природный материал, бисер. Дети, стараясь аккуратно насыпать сыпучие материалы на рисунок, учатся контролировать движения своей руки, стараются не делать поспешных действий, что способствует формированию навыков саморегуляции.



Детям застенчивым и имеющим низкую самооценку я предлагаю мандалы с рисунками, содержащими треугольные, прямоугольные формы, многоугольники и ромбы, стрелы и углы, для того чтобы воспитанники получали заряд энергии.

Для гиперактивных детей я использую мандалы с плавными линиями и узорами в форме кругов, овалов, спиралей. Когда дети закрашивают такие мандалы, у них стабилизируется настроение, они успокаиваются.



Для тревожных детей я использую мандалы с простыми знакомыми для них изображениями. В ходе раскрашивания мандал с такими рисунками у детей исчезают страхи, которые спят глубоко в подсознании, и появляется состояние полного расслабления. При частой работе с такими мандалами привычные реакции на страхи (прочно сидящие внутри из-за негативных переживаний) постепенно исчезают и преобразуются.





## **В результате такой последовательной работы происходит:**

- стабилизация эмоционального состояния, нормализация поведения;
  - умение взаимодействовать в паре, подгруппе (создание индивидуальных мандал с последующим созданием коллективной композиции);
  - диагностика и коррекция конкретной проблемы;
  - развитие творческих способностей; (умение симметрично заполнять узоры в круге, гармонично сочетать цвета узоров)
  - развитие мелкой моторики руки.

Таким образом, творческая работа с мандалой приносит нужную энергию во внутренний мир ребенка, помогает ему восстановить равновесие и спокойствие, чтобы ребенок чувствовал себя таким же «круглым» и цельным, как мандала.

