

## **АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта**

**Леднева Антонина Леонидовна,**

музыкальный руководитель,

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад общеразвивающего вида № 95 «Сказка»,

г. Вологда, Россия;

**Кострова Екатерина Викторовна,**

педагог - психолог,

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад общеразвивающего вида № 95 «Сказка»

г. Вологда, Россия

### **ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ**

**Аннотация.** Статья посвящена условиям создания эмоционального благополучия детей в ДОО с помощью различных арт-терапевтических технологий.

**Ключевые слова:** арт-терапия, сказкотерапия, песочная терапия, психогимнастика, музыкотерапия.

Внимание к проблеме эмоционального благополучия у дошкольников, привлечено тем, что с каждым годом появляется все больше дошкольников с отклонениями в эмоциональной сфере. Современные дети стали менее отзывчивыми к чувствам других. От того, какое эмоциональное состояние преобладает у ребенка, зависит то, как он будет воспринимать новую информацию, да и в целом окружающий мир. Однако, как справедливо указывали Л. С. Выготский и А. В. Запорожец, только гармоничное взаимодействие интеллектуального и эмоционального развития может обеспечить успешное выполнение любых форм деятельности. Для развития эмоциональной сферы, как базиса психики ребенка, важно, чтобы его развитие проходило в свойственных ребенку видах деятельности - игре, рисовании, пении и танце.

## АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

В настоящее время для нас, педагогов современного общества, остро встала проблема роста количества детей дошкольного возраста с нарушениями в поведении, а также в психическом и личностном развитии. В детских садах над данной проблемой работают психологи, воспитатели и другие специалисты. Многие ищут новые нетрадиционные методы педагогической помощи детям. Одним из таких методов, которые используются педагогами нашего детского сада, являются: арт-терапия, сказкотерапия, песочная терапия, психогимнастика, музыкотерапия и др.

Важно узнать, какие проявления эмоций полезны для ребенка, а какие нет, как не навредить ребенку, поддерживая его порывы, как не избаловать. Ребенку важно найти пространство, чтобы выразить все те импульсы и переживания, которые зарождаются внутри, но не имеют выхода наружу. Ведь именно невыраженные эмоции являются причиной психосоматических заболеваний, приводят к срывам, неврозам, замыканию в себе.

Такое пространство, в котором дети могут выразить в самой естественной для них форме (игре) свои страхи, желания, обиды, сомнения и злость, волнения и мечты – предоставляет детям волшебница-песочница, разыгрывание, инсценировка и чтение сказок.

Песочница является маленькой моделью окружающего мира, местом, где во внешнем мире могут разыграться внутренние баталии и конфликты маленького человека. А выразив их вовне и посмотрев на свой внутренний мир со стороны, ребенок, играючи, находит решения для вполне реальных жизненных задач. Происходит это за счет того, что на каждом занятии ваш малыш неоднократно создает свой мир из песка – разрушает его – создает новый – и снова и снова... благодаря чему уходит страх ошибок, неуверенность в своих силах, сомнения – это дает ребенку осознание того, что все может пройти, закончиться, и на месте старого, ушедшего начнется новое, а значит и бояться этой большой и пока такой не-

## АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

знакомой жизни не стоит, – вы можете быть уверены, он справится! Кроме того, сам материал – песок – обладает уникальным свойством заземлять негативные эмоции, которые, словно «уходя сквозь песок», тем самым гармонизируют состояние человека.

Важной специфической особенностью воспитания методами сказкотерапии является возможность использования эмоционального воздействия сказки на личность ребенка для усиления воспитательного эффекта, на подсознательные установки и сознательные идеалы личности, а через них – на поведение и деятельность.

Сказкотерапия – это лечение сказками, это открытие тех знаний, которые живут в душе и являются в данный момент психотерапевтическими. Сказкотерапия – 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, процесс переноса сказочных смыслов в реальность.

Сказкотерапия – это форма познания и лечения души, как и любая другая психотерапия, она концентрирует свое внимание на сюжетности психических процессов, то есть на происходящих с душой историях. Эти истории архетипичны, универсальны для людей любых культур и времен. Одним из эффективных методов работы с детьми, испытывающими те или иные эмоциональные и поведенческие затруднения, является сказкотерапия. Основное отличие её от других методов заключается в том, что психологическое воздействие происходит на ценностном уровне. Сказки предупреждают о последствиях разрушительных поступков, но не навязывают жизненных программ.

Психогимнастика – это курс специальных занятий (этюдов, упражнений и игр), направленных на развитие и коррекцию различных сторон психики ребенка (как ее познавательной, так и эмоционально-личностной сферы). Она примыкает к психолого-педагогическим и психотерапевтическим методикам, общей задачей

## АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

которых является сохранение психического здоровья и предупреждение эмоциональных расстройств у детей. В психогимнастических упражнениях при помощи мимики мы выражаем различные эмоциональные состояния, владеем мышцами лица, учимся снимать напряжение, передавать определенные эмоциональные состояния, учимся оптимистическому видению мира, ощущению радости внутри себя.

Детская арт-терапия, которую мы используем в нашем детском саду это простой и эффективный способ гармонизации развития личности ребенка через развитие способности самовыражения и самопознания. Арт-терапевтические упражнения способствуют «прорыву» страхов, комплексов, зажимов в сознание. Каждое упражнение, снимая маски и зажимы возвращает к сути, к сердцу, к проживанию самых важных эмоций.

Музыкотерапия – это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, а также для лечения различных соматических и психосоматических заболеваний. Именно очищающее воздействие музыки позволяет использовать её в коррекционной работе с детьми, которые имеют проблемы в развитии.

В работе с детьми музыкотерапию используем с целью коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, психосоматических заболеваний, отклонений в поведении, восстановления и укрепления здоровья. Музыкотерапия применяется и в индивидуальной, и в групповой форме. Каждая из этих форм может быть представлена в трёх видах музыкотерапии: рецептивной, активной, интегративной.

Рецептивная музыкотерапия используется в работе с детьми имеющих эмоционально-личностные проблемы, конфликтные внутрисемейные отношения, переживающих состояние эмоциональной депривации, чувство одиночества, отли-

## АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта

чающихся повышенной тревожностью, импульсивностью. Занятия средствами рецептивной музыкотерапии направлены на моделирование положительного эмоционального состояния.

В психокоррекционной работе совместно с психологами применяется интегративная музыкотерапия. Примером может быть синтез музыкального и наглядно-зрительного восприятия даёт более сильный психокоррекционный эффект. Помимо обычного прослушивания музыки (пассивная форма музыкотерапии) используем и множество активных приемов, заданий и упражнений: метод арттерапии, метод цветотерапии, элементы сказкотерапии, игротерапия, психогимнастические этюды и упражнения, вокалотерапия, прием музицирования на детских шумовых и русских народных музыкальных инструментах. Педагогам рекомендуем использовать произведения классической музыки для регуляции психоэмоционального состояния.

Все перечисленные методы напрямую воздействуют, наполняют, расширяют и обогащают эмоциональное развитие дошкольников. Оно является важной составляющей в развитии детей, так как никакое общение, взаимодействие не будет эффективным, если его участники не способны, во-первых, «читать» эмоциональное состояние другого, а во-вторых, управлять своими эмоциями. Понимание своих эмоций и чувств также является важным моментом в становлении личности растущего человека. В дошкольном возрасте эмоциональный мир ребенка богаче и разнообразнее. От базовых эмоций (радости, страха) он переходит к более сложной гамме чувств: радуется и сердится, ревнует и грустит.

Вся жизнь ребенка раннего и дошкольного возраста подчинена его чувствам. Управлять своими переживаниями он еще не может. Поэтому дети, гораздо больше подвержены переменам настроения, чем взрослые. Их легко развеселить, но еще легче огорчить или обидеть, так как они почти совсем не знают себя и не умеют владеть собой. Именно в дошкольном возрасте ребенок осваивает высшие

## **АКТУАЛЬНЫЕ ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ ПРАКТИКИ: обобщение и распространение опыта**

формы экспрессии - выражение чувств с помощью интонации, мимики, пантомимики, что помогает ему понять переживания другого человека, «открыть» их для себя.

Все это учитывается в работе с детьми в МДОУ «Детский сад «Сказка», и специалисты с большим вниманием и индивидуальным подходом к каждому участнику образовательного процесса, создают все оптимальные условия для эмоционального благополучия детей.

### **Список литературы**

1. Выготский, Л. С. Психология развития человека. - М.: Смысл: Эксмо, 2004. - 136 с.
2. Гогоберидзе, А.Г., Деркунская, В.А. Современные педагогические технологии музыкального воспитания и развития детей раннего и дошкольного возраста/ А.Г. Гогоберидзе, В.А. Деркунская. – СПб. : Детство-пресс, 2010.
3. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Грабенко, Т. М. Практикум по песочной терапии. – СПб., 2002.
4. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Путешествие в страну сказок/ Практическое пособие. - М., 2004. - С.12 - 59.
5. Радынова, О. П. Музыкальные шедевры: Настроения, чувства в музыке. – М.: ТЦСфера, 2009. - 208 с.
6. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога – Москва: Владос, 1999. - с. 32 - 274.
7. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования, 2014.