

6.8. Застосування арт-терапії для різних вікових груп

6.8.1. Арт-терапія для дошкільного віку

Для маленьких дітей будь-яке заняття творчістю – це завжди весело, приємно та корисно для розвитку як дрібної моторики, так і вищих психічних функцій, але арт-терапія – це не тільки все те що назвали.

Методи арт-терапії допоможуть вирішити багато психологічних **проблем дошкільника:**

- знизити рівень тривожності, агресивності, імпульсивності,
- допоможуть гармонізувати психічний стан,
- зняти психосоматичну напругу,
- підняти рівень самооцінки,
- подолати дитячі страхи та інші труднощі.

Методи арт-терапії часто застосовують в корекції міжособистісних стосунків у дитячому колективі, сім'ї і ін.

В процесі арт-терапії відбувається зцілення психіки і паралельно дитина знайомиться з навколишнім світом, формує позитивне ставлення до нього.

Техніки арт-терапії працюють на невербальному рівні, тому їх добре застосовувати з дітьми, які погано говорять. Це актуально для діагностики, та при корекції.

Окремо варто сказати про роботу з емоційним компонентом психіки при заняттях арт-терапією. Заняття дозволяють малюкам виражати свої емоції, почуття використовуючи малювання, ліплення, ігри з різними видами піску та іншими матеріалами.

У дошкільному віці застосовують групові та індивідуальні форми арт-терапії відповідно поставлених завдань.

Переваги використання арт-терапії з дошкільниками:

- Простота застосування технік
- Високий інтерес у дітей до процесу арт-терапії
- Висока ефективність терапії

- Відсутність протипоказань до застосування (крім важких психічних порушень таких як розлади свідомості, маніакальне збудження)

Методи арт-терапії з дошкільниками сприяють:

- Розвитку дрібної моторики
- Зняттю психосоматичної напруги
- Розвитку мовлення та фантазії
- Зниженню рівня тривожності, агресивності, імпульсивності
- Сприяють гармонізації особистості
- Підвищенню самооцінки

Методи арт-терапії з дітьми дошкільного віку

- Ізо-терапія
- Пісочна терапія (Sand-Play)
- Пісочна анімація (Sand-Art)
- Ігрова терапія
- Казкотерапія
- Музична терапія
- Кольоро-терапія
- Танцювальна терапія
- Лялько-терапія

Для ефективності роботи, сеанси арт терапії повинні носити системний характер, бути регулярними.