**Автор:** Шестерикова Жанна Сергеевна

**Должность:** воспитатель

**Место работы:**МДОБУ ЦРР детский сад «Белочка»

**Тема:** «Арт-терапия, как средство адаптации детей раннего возраста в ДОУ»

Проблема адаптации детей к детскому саду на современном этапе стоит особенно остро, являясь настоящим вызовом для родителей и педагогов. С одной стороны, современная экономическая реальность заставляет большинство семей возвращаться к работе практически сразу после рождения ребенка, что оставляет мало времени на подготовку к переходу в детский сад. С другой стороны, все более распространенный личностно-ориентированный подход к воспитанию детей требует повышенного внимания к их индивидуальным особенностям и потребностям. Переход от уютного и привычного домашнего мира к строгому распорядку, новым лицам и коллективу в детском саду представляет собой серьезное испытание для ребенка. Отсутствие привычного круга общения, необходимость следовать новым правилам и режимам, отсутствие постоянного присутствия родителей – все это провоцирует у малышей стресс, который может проявляться по-разному: плачем, капризами, отказом от еды, нарушением сна, аппатией. В некоторых случаях, неправильное преодоление этого периода может перерасти в затяжной стресс, переходящий в тяжелую форму адаптации, которая может негативно повлиять на физическое и эмоциональное развитие ребенка. Важно понимать, что адаптация к детскому саду – это процесс, неотъемлемая часть взросления ребенка, который требует времени, терпения и сотрудничества со стороны всех участников этого процесса. Адаптационный период для ребёнка серьезное испытание.

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.

Цель каждого дошкольного образовательного учреждения - адаптировать личность ребенка к социуму, и в каком бы возрасте ребенок не пришел впервые в детский сад, для него это сильное стрессовое переживание, которое необходимо смягчить.

В данном случае 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.

Таким современным методом является арт-терапия. (от англ. art —«искусство» + терапия) под арт-терапией обычно подразумевается терапия изобразительным творчеством...

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 в детском саду представляет собой важный инструмент для достижения психологического здоровья и гармоничного развития детей. Занятия искусством, такие как рисование, лепка, театрализованные игры и другие виды творческой деятельности, не только развивают творческие способности, но и помогают формировать у детей правильное мировоззрение. В процессе таких занятий дети учатся выражать свои чувства и эмоции, что является ключевым аспектом их эмоционального развития.

Творчество способствует улучшению навыков самовыражения, что, в свою очередь, помогает детям лучше понимать и осознавать свои переживания. Через арт-терапию они могут раскрывать свой внутренний мир, а также учиться справляться с трудными эмоциями, такими как страх, гнев или печаль. Это особенно важно в раннем возрасте, когда дети только начинают осваивать социальные навыки и учатся взаимодействовать с окружающими.

Кроме того, арт-терапия способствует развитию мелкой моторики и координации движений, что также играет значительную роль в общем развитии ребенка. Создание художественных произведений требует концентрации и терпения, что помогает формировать у детей такие качества, как настойчивость и усидчивость.

Не стоит забывать и о том, что занятия искусством в группе способствуют развитию социального взаимодействия. Дети учатся работать в команде, делиться идеями и принимать во внимание мнения других, что очень важно для их социальной адаптации. Таким образом, арт-терапия в детском саду не только помогает детям раскрыть свой творческий потенциал, но и формирует у них здоровое отношение к окружающему миру, способствует развитию эмоционального интеллекта и укрепляет психологическое здоровье.

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.

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».

Таким образом, чтобы адаптировать ребенка к детскому саду, необходим метод положительного психологического воздействия, таким методом является арт-терапия, так как арт-терапия - 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, музыка, аудиальное развитие, литература и др., что позволяет создать наиболее эффективные условия для успешной адаптации детей раннего возраста к детскому саду.

**Список литературы:**

Арт-терапия / ред.-сост. А. И. Копытин. — СПб, 2001. – 320с.

Донцова Е. П. Программа песочной игротерапии в адаптационный период. // Персональный сайт. [Электронный ресурс] Web : https://doncova-ozr-dou30.edumsko.ru/articles/post/2660710

Киселева М. В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов. – СПб. : Изд-во : Речь, 2006. –160с.

Кочеваткина А. В. Программа музыкотерапия как средство адаптации детей раннего возраста // Образовательная социальная сеть «nsportal.ru». [Электронный ресурс] Web:  https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2016/11/15/muzykoterapiya-kak-sredstvo-adaptatsii-detey-rannego-vozrasta-k

Соловьева Е. И. Программа изотерапии как средство успешной адаптации в ДОУ. // Педагогический опыт. Всероссийский журнал. [Электронный ресурс] Web:https://www.pedopyt.ru/categories/5/articles/2177?ysclid=l98cist3md678921172

Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д. Чудеса на песке. Песочная игротерапия / Т. М. Грабенко, Т. Д. Зинкевич-Евстигнеева - СПб.: институт специальной педагогики и психологии, 2010. – 50с.