

МБДОУ «Детский сад общеразвивающего вида № 197»

## **Мандала, как один из методов арт-терапии в работе с детьми дошкольного возраста.**



*Подготовили:  
Педагог-психолог  
Хорошилова Т.Е.  
воспитатель  
Пестрецова Ю.С.*

Воронеж 2018

# ***Арт-терапия - метод коррекции и развития посредством художественного творчества***

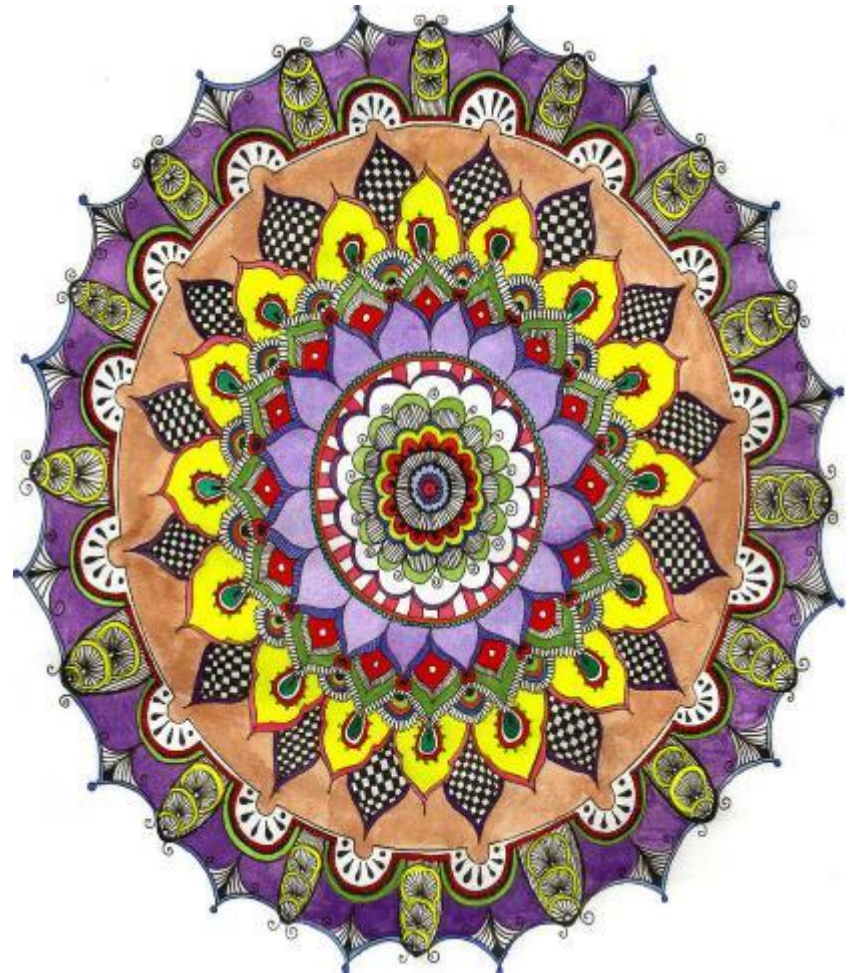
Суть арт-терапии состоит в использовании различных видов искусства и творчества для психологического анализа и коррекции. Методы арт-терапии отлично помогают в преодолении последствий стресса, в выявлении психологических и личностных проблем.

Цели индивидуальной и групповой арт-терапии заключаются в самовыражении и познании себя через символы в творчестве. К целям арт-терапии относится также самореализация, гармонизация личностного развития детей и взрослых.

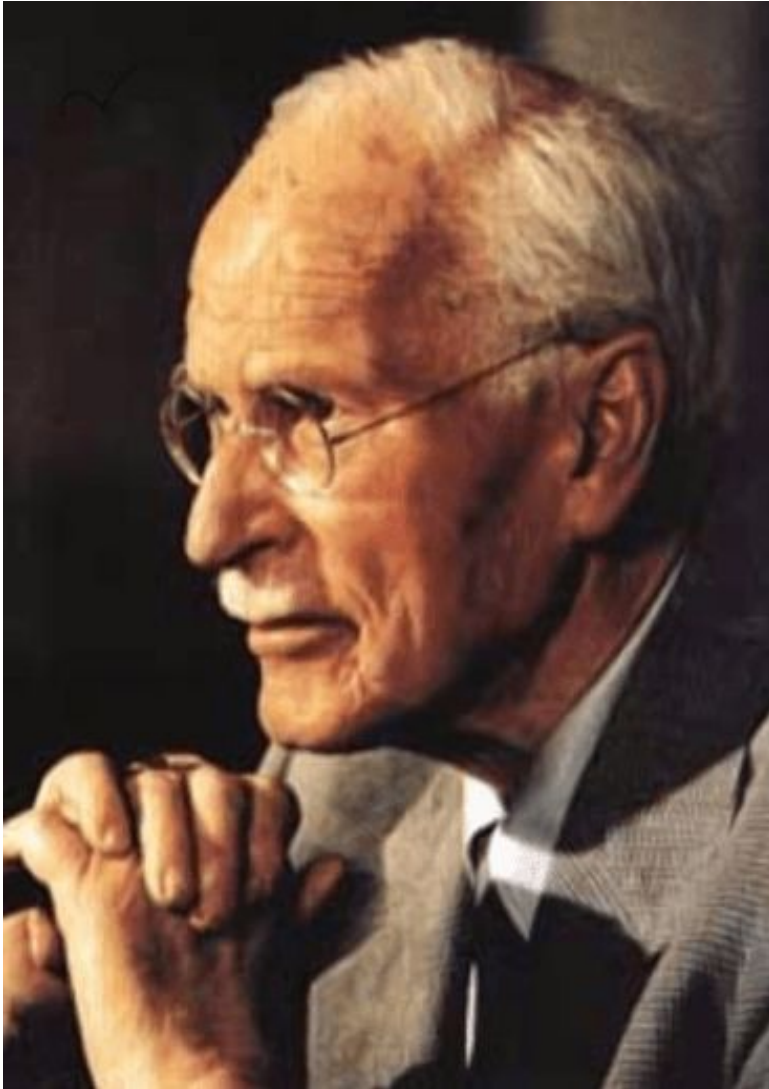
# *Слово «мандала» в переводе означает «круг», «диск».*

*Мандала* – это не просто красивый замысловатый рисунок. Это сложнейшая геометрия, несущая в себе грандиозную смысловую нагрузку.

*Мандала* — это ценный инструмент для развития положительных качеств человека, его силы и энергетики.

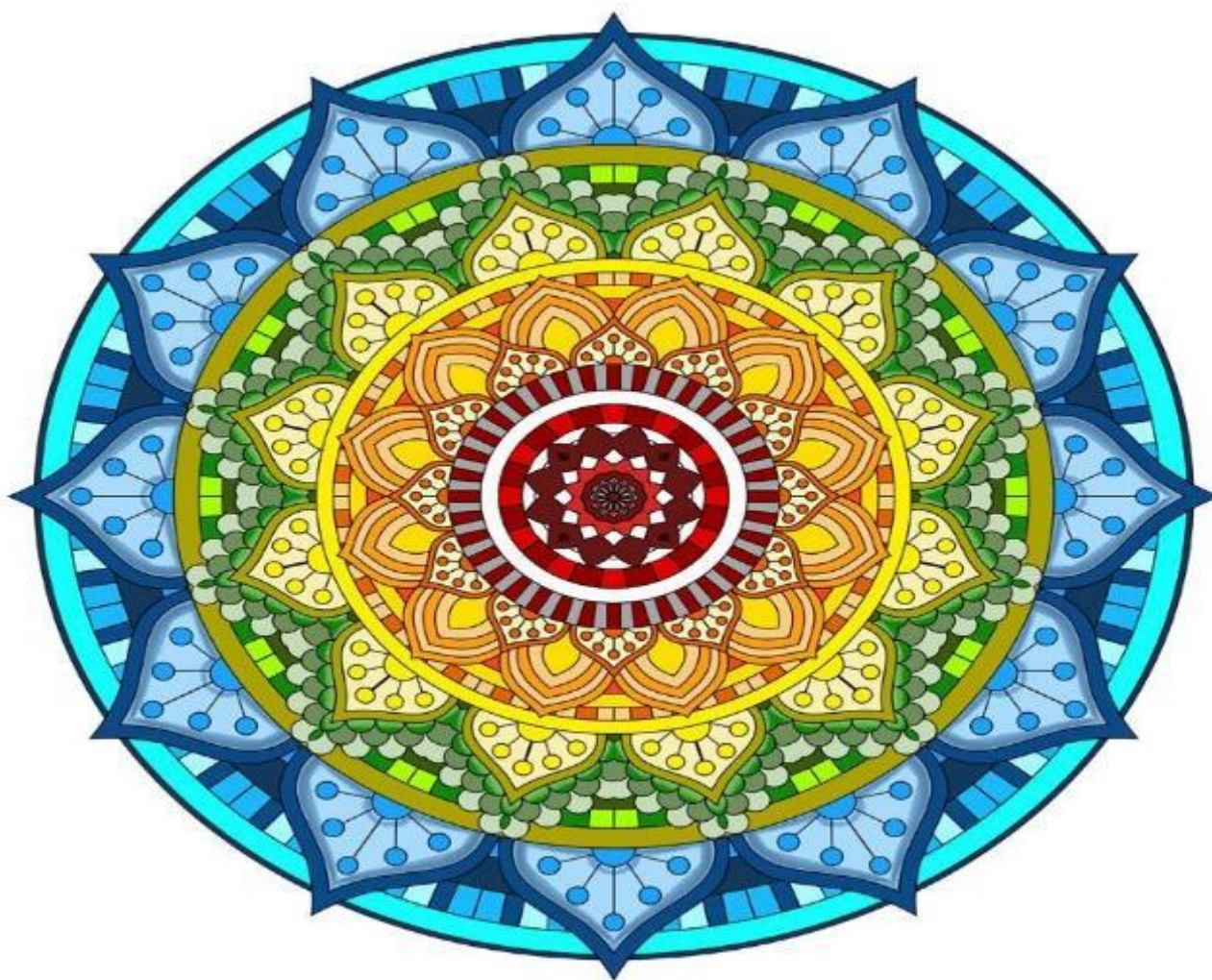


# Карл Густав Юнг



Швейцарский  
психиатр,  
последователь  
Зигмунда Фрейда,  
основоположник  
одного из  
направлений  
глубинной  
психологии,  
аналитической  
психологии.

**Мандалотерапия** - это безопасный и естественный способ изменения эмоционального состояния, снятия напряжения, выражения чувств и развития саморегуляции.



*Созерцание мандал* – это систематическое рассматривание картинки, начиная с краев и приближаясь к центру по часовой стрелке.



# *Раскрашивание готовых мандал*



# *Рисование и создание собственных мандал*



## *Правила работы при использовании мандал:*

1. Ребенку предлагается несколько мандал на выбор.
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. Педагог следит за состоянием напряжения/расслабленности в процессе работы.
7. Не высказываются оценочные комментарии по поводу работ.
8. После работы ребенку предлагается дать название мандале, которую он изобразил, проводится беседа по поводу работы, анализ его деятельности (допускаются корректные наводящие вопросы).

Совершенно не важно, умеет ли ребенок рисовать, лепить, моделировать, работать с карандашом, красками, пластилином, глиной. Ведь целью будет не создание шедевра, а та внутренняя работа, что позволит душе выйти из состояния ограничений, критики, запретов, увидеть себя и мир заново.

