

# **Тема: «Использование элементов арт-терапии в развитии эмоционального интеллекта дошкольников»**



**Подготовили:**

**Педагог – психолог: Павлова Валентина Михайловна**  
ГБДОУ № 80 Красносельского района Санкт - Петербург

**Педагог – психолог: Шилова Ирена Владимировна**  
ГБДОУ № 18 Красносельского района Санкт - Петербург

**Цель: Развитие эмоционального интеллекта дошкольников через использование элементов арт – терапии.**

**Задачи:**

- 1) Формировать способности саморегуляции;
- 2) Развивать эмоциональный интеллект и творческое воображение;
- 3) Снизить у детей тревожность, агрессивность и эмоциональное напряжение путем получения положительных эмоций, связанные с новыми впечатлениями;

# **Мандала – это...**

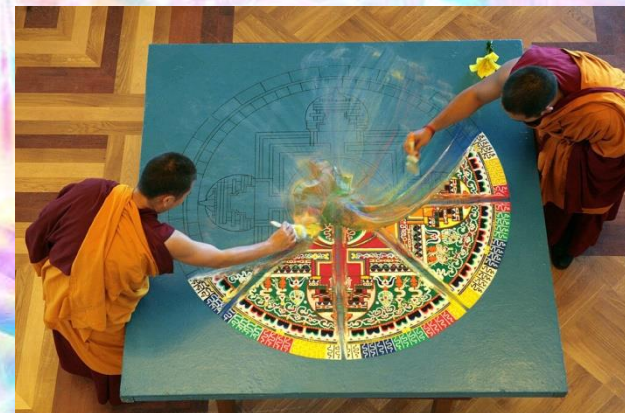
**Мандала («круг», «диск») — сакральный символ, используемый при медитациях, ритуальный предмет. Мандала — это геометрический символ сложной структуры, который интерпретируется как модель вселенной, «карта космоса». Мандала - символ гармонии и целостности мира.**

# Происхождение

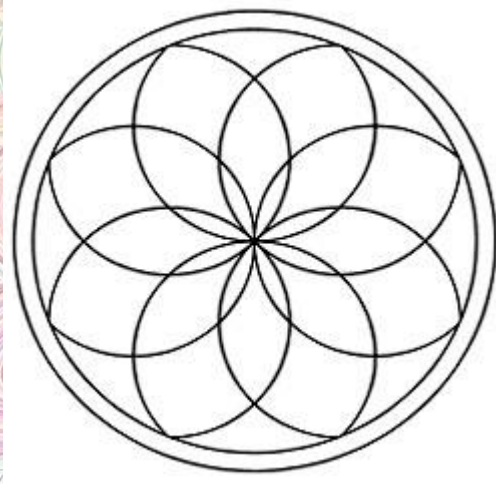
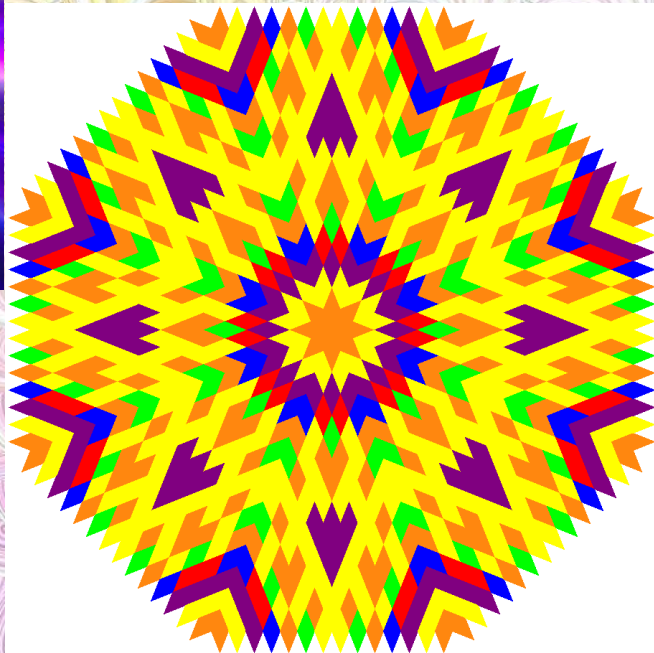
**Мандалы** появились в Индии и стали помогать, монахам уравнивать взаимосвязи духовного и материального миров. Первые упоминания были обнаружены около 3 т.л. назад в Индийской литературе Ригведа (круг, вместилище)

В психотерапию понятие мандалы в начале 20 века ввел Карл Густав Юнг.

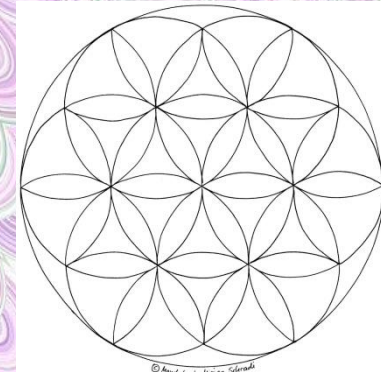
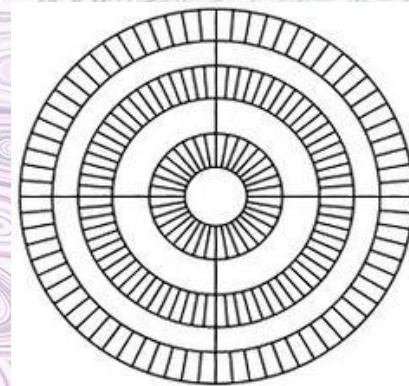
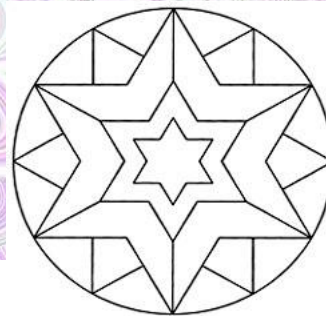
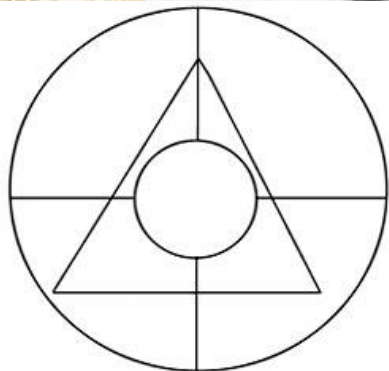
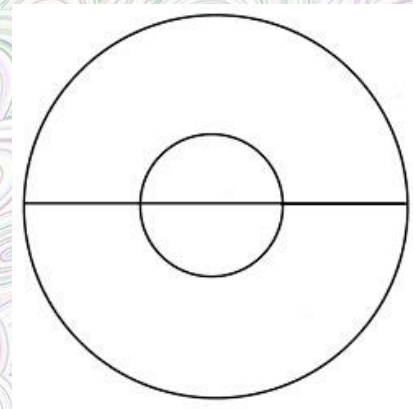
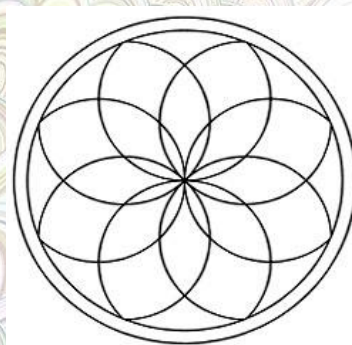
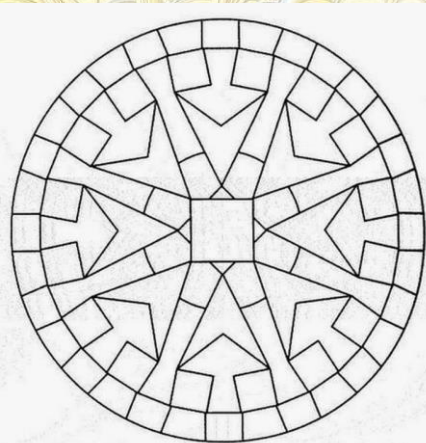
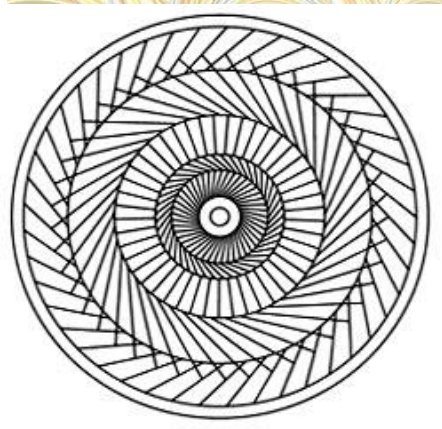
А мандала диагностику стали применять благодаря работам Джоанны Келлог. Ее труды были развиты и структурированы Александром Цайри, Эрикой Асипук и Александром Копытиным. Которые, применяются по настоящее время. Детскую модификацию мандала диагностики Копытина и Келлок нам предлагает Маргарита Шевченко в своих трудах.



**Мандалы бывают диагностические,  
терапевтические, лечебные, декоративные,  
числовые и мандалы – обереги**



# В диагностике по формам мандалы применяем альбом Александра Цайри и Александра Копытина

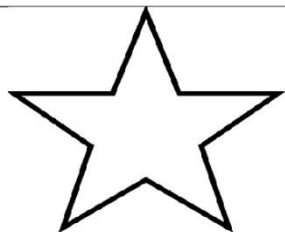


# Дети настраиваются и выбирают мандалу

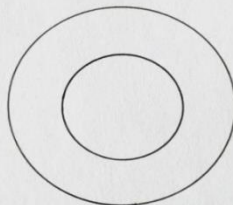


# Диагностика по сердцевине рисунка мандалы.

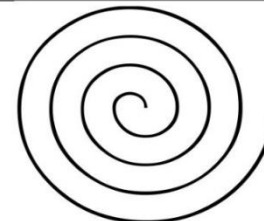
Безусловно взрослые рисуют и заполняют узорами пустую мандалу, но детям мы предлагаем готовые из альбомов Цайри – Осипук, Келлог и Копытина.



**вдохновение**



**энергия, гармония**



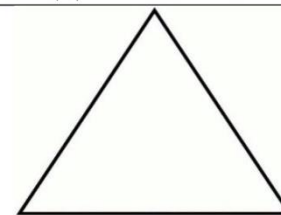
**движение**



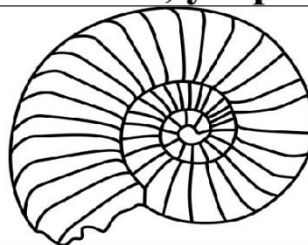
**поиск своего пути**



**устойчивость, уверенность**



**целеустремленность**



**уход в себя**



**Диагностика по цвету в мандале авторы так же Келлог, Осипук, Цайри и Копытин. Но в образовании мы применяем цветовой тест Люшера**

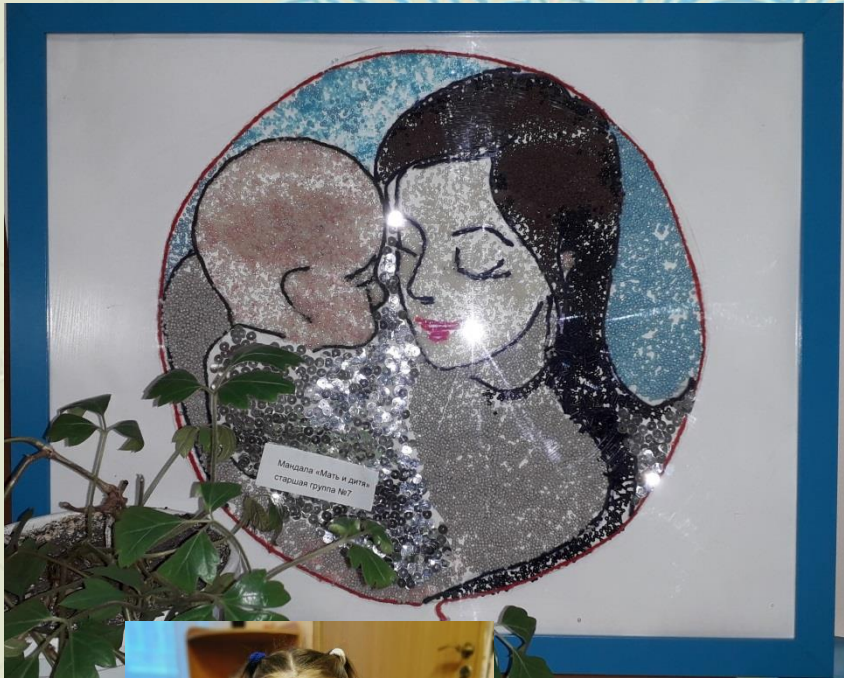


# Дети раскрашивают мандалы.

В детских садах и школах, где в короткие сроки необходимо провести быструю диагностику метод мандала достаточно эффективен в диагностике подгрупп. После окончания рисования мы проводим рефлекссию.



# По результатам диагностики, мы используем мандалы как элемент арт - терапии



**Элементы арт - терапии прекрасно интегрируют  
между собой.  
Мандалу мы рисуем на песке.**



# Выкладываем из камней, кристаллов марблс, ракушек и глиняных бусин.



# Конструируем мандалы из бисера



# И в раскрашивании мандалы (Цветотерапия)



# Арт - терапия ведется в подгруппах, для настроения в работе мы используем музыку





# Родители с удовольствием участвуют в мастер - классах (семейная арт терапия)



**После тренингов на данную тему, педагоги включили в свою работу этот метод!**



**Объединение элементов арт терапии способствуют прорыву эмоций, проживанию и избавлению от комплексов. Методы арт терапии проводятся как с воспитанниками их родителями, таки с педагогическим коллективом.**





**Мандала** это проективный метод, который отображает проекцию эмоций здесь и сейчас.

А в психотерапии это способ общения и структурирования себя и своего внутреннего мира. **Мандала** вносит равновесие, и спокойствие чего не хватает в любом возрасте детям с неврозами и психическими расстройствами. А также педагогам как способ избежать профессионального выгорания. **Мандана** прекрасно интегрирует со всеми видами арт – терапии.

# Спасибо за внимание!

## Литература:

- Александр Копытин «Системная арт – терапия», «Основы арт – терапии», Психодиагностика в арт терапии», « Методы в арт – терапии преодоление последствий»
- Копытин А.И. (ред.) «Диагностика в арт-терапии. Метод мандала»
- Александр Цайри. «Диагностические мандалы, используемые в консультативной практике (индивидуальный и групповой варианты)»
- Джоан Келлог [13 стадий Большого круга мандал](#)
- <https://moonshaman.com/13-stadij-bolshogo-kruga-mandal-dzhoan-kellog/>
- Метод МАРИ ( MARI) Джоанна Келлог <https://www.b17.ru/article/32450/>
- Эрика Осипук <https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200700409>
- Маргарита Шевченко «Мандалы гармонии и медитации для восстановления энергии»

## Музыка для работы с мандалой:

- Китáро настоящее имя Масанори Такахаси - японский композитор,
- Мантры или звуки природы.