

БӨЛІМ: БАЛАБАҚША

Мектеп жасына дейінгі балаларға арналған арт-терапиялық жаттығулар

ЖАРИЯЛАНДЫ
16.01.2026СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/186699/>**Несипбаева Динара Рысалықызы**

«Жамбыл облысы әкімдігінің білім басқармасы

Тараз қаласының білім бөлімінің

№17 бөбекжай-бақшасы» КММ

Тәрбиеші

Аңдатпа: Бүгінгі таңда психотерапияның маңызды бағыттарының бірі арт-терапия болып табылады. Сондықтан бұл терапия тез дамып келе жатқан психотерапиялық әдістің жаңа түрі болып табылады. Бұл терапия түрі бүгінде өте табысты болып саналады. Арт-терапия – балалармен психологиялық жұмыстың баға жетпес және өте тиімді әдісі. Арт-терапия – бейнелеу өнерінің көмегімен емдеу. «Арт-терапия» термині (арт – өнер, арттерапия – өнер арқылы терапия). Арт-терапия тек емдеу ғана емес, сонымен қатар шығармашылықты дамыту, тұлғаны дамыту және үйлесімділік болып табылады және кез келген жағдайды шешуге көмектеседі.

Түйін сөздер: Балаларға арналған арт-терапия – шығармашылық пен ойынға негізделген психологиялық қолдаудың қарапайым және тиімді түрі. Басқаша айтқанда, бұл шығармашылық терапия. Арт-терапияның негізгі мақсаты — өзін-өзі көрсету және өзін-өзі тану қабілетін дамыту арқылы тұлғаның дамуын үйлестіру.

Балалардың еркелігін еске түсіретін қарапайым жаттығулар арқылы сіз адамның психологиялық жағдайын (ересектердің де, балалардың да) диагностикасын ғана емес, сонымен қатар көптеген жүйке бұзылуларымен сәтті күресуге болады.

Арт-терапия – балаларға арналған жаттығулар – бұл:

- Ішкі жан дүниеніңізді тану; Өзінің тұлға ретіндегі түсініктерін қалыптастыру;
- жағымды өзін-өзі қабылдауды қалыптастыру;
- өз сезімдері мен эмоцияларын білдіруді үйрену;

- психоэмоционалды стресстен құтылу;
- Ұсақмоториканы, коммуникативті дағдыларды, қиялды ойлауды және әр түрлі шығармашылық іс- әрекеттерге дағдыландыру.

Сонымен, құру және елестету арқылы сіз эмоционалды тәжірибеңізді түсіне аласыз, өзіңізді және ішкі әлеміңізді түсіне аласыз немесе балаңызға ұялшақтықты жеңуге, қорқынышты жоюға, көпшіл және адамдармен қарым-қатынасқа ашық болуға көмектесе аласыз. Арт-терапия жаттығулары санадағы қорқыныштарды, кешендерді және шектеулерді «жаруға» көмектеседі.

Арт-терапия үшін арнайы дайындық қажет емес екенін атап өткен жөн. Арт-терапия арқылы балалармен қарым-қатынас жасау өте жемісті және қызықты. Ойын іс-әрекетіне негізделген, онда балалар тәрбиеші айтқан белгілі бір тапсырмаларды орындайды. Бұл тамаша форма бірқатар сөйлеу ойындарын, жаттығуларды, сөйлеуді түзетуге арналған тапсырмаларды, танымдық және психикалық процестерді, сенсорлық дағдыларды дамытуға мүмкіндік береді.

Арт - терапиялық жаттығулар арқылы баланың өзін-өзі көрсету, өзіне деген сенімділік. Дағдыларды, белсенді тыңдауды, эмпатияны және бір-бірімен пікірлеспей әрекеттесу қабілетін дамытуға болады. Мысалға, «Шеңбер сызу...» жаттығуының мақсаты — рефлексияны дамыту; әрбір қатысушының жеке ерекшеліктерін, құндылықтарын, ұмтылыстарын, проблемаларының сипатын және оның топтағы орнын нақтылауға мүмкіндік береді; тұлға аралық және топтық қарым- қатынастарды және олардың динамикасын ашады және топтың бірігуін қалыптастыру мүмкіндігіне ие. Бұл техника үшін шеңбер үйлесімділіктің мифологиялық символы ретінде таңдалды. Шеңбер барлық геометриялық фигуралардың ішіндегі ең «мейірімді» болып саналады, өйткені ол мақұлдау, достық, жанашырлық, жұмсақтық пен нәзіктікті білдіреді. Шеңберде жұмыс істеу интегративті, эмоционалды, интуитивтік (оң жарты шар) ойлауды белсендіреді, топты біріктіреді, тұрақтандырады және жағымды тұлға аралық қарым-қатынастардың қалыптасуына ықпал етеді. С.Райстың байқауы бойынша, тіпті кішкентай балалар да барлық фигуралардан шеңберлерді жақсы көреді. Бұл дөңгелек пішіннің қарапайымдылығына байланысты болса керек. Э.Бюлоу «Ал мынау саған белгі...» деген мақаласында атап өткендей, таңбалардың алуан түрлілігін бейнелеу барысында суретші парақтың бүкіл бетін ең шетіне дейін толтырып, оны сол жаққа толтырғандай етіп толтырады . өзі үшін ашылды. Бірде үлкенірек, бірде кішірек, түйісетін немесе қиылысатын, кейде бір-бірінің ішінде орналасқан шеңберлермен нүктеленген көптеген парақтар шеңбердің символ ретіндегі мағынасы туралы сұрақты тудырады. Сызылған шеңберлер әдетте геометриялық тұрғыдан мінсіз. Дегенмен, бұл сөздерді табу қиынға соғатын өзін-өзі қамтамасыз ететін бірліктер. Санада эстетикалық артықшылықтар адамның назарын ұстанатын белгілі бір форма туралы идеялар ғана туындайды.

Арт-терапиялық жаттығуларының балаға деген көмегі:

- баланың эмоционалдық саласын дамытуға және әлемге деген сенімділігін арттыруға көмектеседі;
- бейімделу кезеңінен оңай өтуге көмектеседі – жағымсыз күйзелістен арылтады – ашулану, қорқыныш, реніш, ананың белгілі бір уақытқа кенеттен кетуі және т.б.;
- баланың сенсорлық қабілеттерін – түйсіктерін, қабылдауын, интеллектін, ұсақ моторикасын, тілін, қиялын, шығармашылық қабілеттерін дамытады; баланың әлеуметтік тәжірибесін байытады, баланың коммуникативті дағдыларын дамытады;
- Арт-терапия әлемді түсінуге, оны зерттеуге, эксперименттік және эксперименттік әрекеттерді дамытуға көмектеседі;
- үйлесімді, рухани дамыған тұлғаны дамытуға көмектеседі;
- баланың дамуы мен тәрбиесіндегі проблемалар мен кемшіліктерді, оның тәжірибесі мен жағдайын, әлеммен қарым-қатынасын ашу;

ТҮСТІ ҚАБЫЛДАУ ЖӘНЕ ТҮСТЕРДІ ҚАБЫЛДАУҒА АРНАЛҒАН ДИДАКТИКАЛЫҚ ОЙЫНДАР (ТҮС ТЕРАПИЯ- СЫ);

Арт-терапиялық жаттығулар бөбекжай-бақшадағы балалардың шығармашылық қабілеттерін дамытуға, эмоционалдық жағдайын тұрақтандыруға және қарым-қатынас дағдыларын нығайтуға ықпал етеді. Бұл әдіс баланың ішкі сезімдерін еркін білдіруге мүмкіндік беріп, психологиялық жайлылықты қамтамасыз етеді.

Арт-терапия арқылы балалар өз эмоцияларын бояулармен, сазбалшықпен, музыкамен немесе қозғалыс арқылы жеткізіп, стрессті жеңілдетеді және өзіне деген сенімділігін арттырады. Сонымен қатар, бұл жаттығулар олардың ұсақ моторикасын дамытып, логикалық ойлауын жетілдіруге көмектеседі.

Қорытындылай келе, бөбекжай-бақшадағы арт-терапиялық жаттығулар – баланың жан-жақты дамуына ықпал ететін маңызды құрал. Тәрбиешілер мен ата-аналар осы әдісті белсенді қолданса, балалардың эмоционалдық және психологиялық әл-ауқаты нығая түседі.

Әдебиеттер тізімі:

1. *Арт-терапия [Мәтін]: Оқырман / Құрастыру және жалпы редакциясы А.И. Копытин . — Петербург: Петр, 2001. — 320 б.*
2. *Арнайы білім берудегі арт-терапия және арт-терапия[Мәтін]/Оқуқұралы.балалартерүшінорт.және жоғары білім . Оқулық*

нысандары / Е.А.Медведева, Л.Н.Комиссарова, Т.А.Добровольская – М.: Академия, 2001. – 248 б.

3. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Шығармашылық терапия бойынша практикум [Мәтін]: Оқу құралы. Жәрдемақы / Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М.- Санкт-Петербург . : Сөз, 2003. — 400 б.
4. Зинкевич-Евстигнеева, Т.Д. Ертегі терапиясы бойынша семинар [Мәтін] / Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. — Санкт-Петербург . : ООО «Реч», 2002. — 310 б.
5. Арт-терапия бойынша практикум [Мәтін] / өңдеген А.И. Копытин . — Санкт Петербург . : Питер, 2001. — 448 б.
6. Копытин, А.И. Арттерапияның теориясы мен тәжірибесі [Мәтін] / Копытин А.И. — Санкт-Петербург: Питер, 2002. — 368 б.

ҚМ АА Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.