

*Булатович Ирина Николаевна*  
*Педагог – психолог*  
*СП «Детский сад №31» ГБОУ СОШ №14*  
*«Центр образования» г.о. Сызрань*  
*Самарская область, г. Сызрань*

**КОРРЕКЦИОННО – РАЗВИВАЮЩАЯ РАБОТА  
ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ СТАРШИХ  
ДОШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ ПОСРЕДСТВОМ ПРИЕМОВ  
ЦВЕТОТЕРАПИИ**

«Цвета действуют на душу: они могут выявить чувства, побуждать эмоции и мысли, которые нас успокаивают и волнуют, порождают печаль и радость». Гете.

Цвет окружает нас повсюду. Он — неотъемлемая часть нашей жизни. Цвету издавна приписывалось магическое значение, благотворное или отрицательное действие на человека, ведь для человека зрение является самым важным из всех видов чувств. Воздействие цвета на людей неоднозначно, а сугубо индивидуально, оно носит избирательный характер, и это необходимо учитывать в работе с дошкольниками.

Изучением влияния цвета на психоэмоциональное состояние ребенка занимается цветотерапия.

Цветотерапия – это способ корректировки психоэмоционального состояния ребенка при помощи определенных цветов. Благодаря такой простой методике, воздействию определенного цвета на ребенка с ОВЗ, можно добиться значительных результатов в коррекции апатии, раздражительности, чрезмерной активности и даже начинающейся детской агрессии.

Цветотерапия для детей с ОВЗ для начала предполагает определение любимого цвета каждого ребенка, а затем наполнение этим цветом как можно большего пространства, которое его окружает. Одни цвета ласкают взгляд, успокаивают, способствуют приливу сил, бодрят; другие, наоборот,

раздражают, угнетают, вызывают отрицательные эмоции. Цвет влияет на состояние человека, его чувства, повышают тонус. Лечебные свойства цвета известны давно и применяются в различных областях, в том числе и образовании, коррекционной педагогике.

Работа с цветом способствует решению многих задач в коррекционной работе с детьми с ОВЗ:

- повышает уровень коммуникативности детей, их эмоциональную отзывчивость;
- обогащает сенсорный и эмоциональный опыт детей;
- знакомит с приемами управления своими чувствами, формирует навыки самоконтроля;
- способствует творческой самореализации.

Работа по цветотерапии строится по следующим принципам:

- принцип последовательности (от простого к сложному);
- принцип возрастосообразности (возраст детей влияет на подбор игровых заданий и диагностики);
- принцип индивидуального подхода к ребенку;
- принцип всестороннего развития (через один вид терапии решаем различные развивающие, образовательные, коррекционные задачи).

Дошкольное детство – мир впечатлений и хорошего настроения, поэтому в коррекционной работе с детьми с ОВЗ необходимо сделать этот мир ярче и насыщенней используя метод цветотерапии.

Существует множество цветных методов, которые позволяют создать портрет личности, определить его актуальные психо-физиологическое состояние. Цветовые тесты позволяют четко фиксировать динамику эмоциональных состояний в разных ситуациях ребенка. Как говорил выдающийся швейцарский врач и психолог Макс Люшер «Покажи мне свои любимые цвета - и я скажу тебе, кто ты».

По результатам цветовой диагностики, коррекционная работа с детьми с ОВЗ строиться таким образом, чтобы помочь и скорректировать

эмоциональное состояние ребенка, позволить ему развить свой творческий потенциал, расширить представления об окружающем мире, учитывая индивидуальные особенности и предпочтения ребенка.

Организуя работу с дошкольниками по цветотерапии, учитывается гармоничное сочетание красок в окружающей ребенка обстановке, что является основой его комфортного существования. Цвет воздействует на эмоциональный настрой ребенка независимо от того, ощущает ли он это сам.

Все методики цветотерапии предполагают, то, что на цвете нужно сосредоточиться. Каждый оттенок несёт в себе своё целительное свойство для детской души. Поэтому с детьми проводятся коррекционные занятия посвященные определённому цвету, который предлагалось чувствовать, ощущать («Нравится ли тебе этот цвет?», «Каким тебе кажется этот цвет?»). Осознавая свои симпатии и антипатии по отношению к цвету или какому-то образу, осознавая свои мечты и фантазии, ребёнок расширяет границы общения с миром. Он становится более внимательным, терпеливым и радостным.



- Яркий красный – повысит работоспособность и активность, сделает выносливее и ускорит мыслительный процесс. Однако, если ребёнок чересчур эмоционален и подвижен, присутствие красного в его повседневной жизни нужно ограничить. Это касается и тех, кто способен быстро поменять позитивный настрой на агрессию.

Романтический розовый оттенок снизит возбудимость и поможет справиться с плохим настроением. Этот успокоитель нервной системы расслабит напряжённые мышцы и переведёт уставший детский организм в состояние спокойного глубокого сна.

Жёлтые оттенки – это пилюли радости и помощники в улучшении настроения, которые справятся с грустью и пассивным отношением ко всему. Если ребёнок по характеру меланхолик и склонен создавать внутри себя

конфликты, то жёлтый цвет снимет напряжение и будет не активно побуждать к действию, а мягко стимулировать мозговые процессы, отвечающие за речь и мышление.

Оранжевый – это смесь жёлтого и красного, потому он несёт в себе свойства обоих цветов, повышая активность и даря оптимизм.

Зелёная палитра борется с напавшим переутомлением и нужна тем детям, которые душевно неуравновешенны и раздражаются по всякому пустяку. Зелёный цвет покоя помогает и замкнутым ребятам, которые желали бы стать более открытыми в общении со сверстниками.

Синий колер крайне необходим тем детям, кто охвачен тревогами до депрессивного и истерического состояния. Он даёт ощущение безопасности. Его голубой оттенок действует как успокоительное, а фиолетовый послужит стимулятором для творческих детей, так как способен вдохновлять. Фиолетовая смесь быстро избавит от страхов и психических расстройств.

Белый цвет помогает обрести чувство равновесия, поможет взглянуть на окружающий мир через призму доброты и внутренне успокоит.

Чёрный всегда связывают с депрессивным состоянием замкнутости, и он на самом деле способен подавлять, когда его слишком много. Однако, этот цвет дисциплинирует и развивает выдержку и стойкость.

Рисование, ролевые игры, сочинение сказок – всё это основные виды работ на занятиях по цвету. Они ведут к освобождению от запретов и жёстких правил, к принятию всех сторон личности, что очень важно для ребёнка. Важно не жить в категориях «правильно – неправильно», «полезно – вредно», «хорошо – плохо», а чувствовать, как я отношусь к тому или иному событию, что я испытываю, что мне нужно.

В коррекционной работе с детьми используются определенные цветовые гаммы музыкальных произведений таких, как шедевры Бетховена синие, у Мендельсона преобладают светлые розовые оттенки, Шуман «пишет» зелёной краской, Чайковский любит голубой цвет, а Прокофьев склонен к жёлто-коричневому.



На занятиях очень важно понимать и принимать детей такими, какие они есть. Необходимо находиться с детьми в их пространстве, жить их чувствами и их ощущениями.

В настоящее время мною отрабатывается система цветотерапевтических игр, упражнений и занятий с детьми, подобраны дидактические игры и сказки с элементами цветотерапии.

Имеются материалы для родителей по ознакомлению с элементами цветотерапии, влиянию цвета на психоэмоциональное состояние человека. В работе с детьми по цветотерапии активно используется оборудование сенсорной комнаты (звукоактивированный проектор, прибор динамической заливки цвета, фиброоптический «Сухой душ», фиброоптические волокна и другое).



Работа только тогда способна приносить удовольствие и хорошие результаты, когда чувствуешь детей и всех, кто рядом с тобой. Занятия с элементами цветотерапии оказывают значительное влияние на эмоциональное состояние детей, прослеживаются следующие моменты: изменение характеристик (потребности в действии, эмоциональной вовлеченности, в переменах, в общении); оптимистичность, эмоциональная устойчивость; стремления к сопричастности к межличностному взаимодействию.

Таким образом, можно сказать, что цвет вносит эмоциональное оживление на занятиях, значительно развивает эмоциональный мир дошкольника.



#### Список литературы

Базыма Б.А. К вопросу о эмоциональных основах индивидуальных цветовых предпочтений в норме и патологии. //Вестник ХГУ. Харьков, 1989. N 337. с. 15-19.

Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты. Иллюстрированное руководство. М.,Изд-воВладос-Пресс, 2003

Гёте И.В. К учению о цвете (хроматика) // Психология цвета. - М.: Рефл-бук, 1996, С. 281-349.

Дубровская о. Восьмицветовой тест Люшера. Руководство по использованию.-М.: Когито-центр, 2003.

Егорова Елена проЦВЕТание по Максу Люшеру.- СПб.: Питер, 2007.-160с.

Калягин В.А. Энциклопедия методов психолого- педагогической диагностики лиц с нарушениями речи: Пособие для студентов, педагогов, логопедов и психологов.- СПб КАРО 2004 г.

Мардер Л.Д. Цветной мир. Групповая арт-терапевтическая работа с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. – М.: Генезис, 2007. – 143 с.