Оздоравливающее воздействие работы

с солёным тестом на психологическое

здоровье ребёнка.

Целительное влияние пшеничных зёрен, муки, соли, а так же солёного теста на организм человека было известно на Руси с давних времён. Считалось, что фигурки из солёного теста приносят в дом здоровье, радость, защищают от негативного влияния. А сам процесс лепки из солёного теста имеет оздоравливающее влияние на нервную систему человека. Из солёного теста лепили забавные фигурки, дарили их на новоселье, Новый год, свадьбу. Назывались такие фигурки «мукосольки», «хлебосольки».

На Руси всегда дорогих гостей встречали хлебом и солью. Пшеничное зерно символизирует здоровье и благополучие, олицетворяет жизнь, долголетие; соль- охраняет и защищает от негатива.

Выглянуло солнышко

И согрело зёрнышко,

Вышел дождик на часок-

Вот и вылез колосок:

Ровный, золотой,

Солнцем налитой!

Сила солнца и зерна-

И муке она дана!

Помня всё об этой силе,

Круто тесто замесил

В нём мука ,вода и соль

Снимет головную боль,

Нам поднимет аппетит

И от зла нас защитит!

Одна из самых острых проблем современного общества- психологическое здоровье детей. В наше неспокойное время почти каждому ребёнку требуется психологическая коррекция. На детей обрушивается огромное количество информации. В связи с этим дети испытывают психоэмоциональные нагрузки, иногда и стресс.

Дети начинают уставать даже от тех видов деятельности, которые раньше их не утомляли. В результате- даже обычно спокойные дети начинают капризничать, плакать, становятся раздражительными, а порой и агрессивными. Из-за постоянных стрессовых ситуаций у детей повышается уровень тревожности, возникает рассеянность, невнимание, упрямство.

Для обеспечения психоэмоционального комфорта ребёнка очень результативно использование арт- терапии (лечение творчеством). Лепка из такого нетрадиционного и доступного материала как солёное тесто, очень увлекательный для ребёнка вид деятельности. Солёное тесто очень эластичное, оно легко принимает любую форму, создаёт психологический комфорт на тактильном уровне.

У детей наблюдается «сенсорный голод», необходимость к прикосновениям так как именно кинестетический опыт является в дошкольном возрасте ведущим. Прикосновение к эластичному материалу (солёное тесто)позволяет ребёнку расслабиться, сбросить напряжение, включиться в процесс творчества, подключаются внутренние резервы организма.

Работа с тестом позволяет снять стресс, помогает выражению чувств, помогает приобщить к социальной активности необщительных детей.

Развивается мелкая моторика. Тактильная чувствительность влияет на развитие центра речи головного мозга ребёнка, формируется память произвольное внимание. Стабилизируется эмоциональное состояние ребёнка. Такое творчество имеет благоприятное действие на физические и психологические параметры здоровья ребёнка- снимается раздражительность, нормализуется пульс и работа сердечной, кровеносной и нервной систем.

У детей развивается эстетический вкус, творческие способности. Во время творчества происходит сотрудничество между ребёнком и взрослым, которые объединены общей идеей. Ребёнок испытывает удовольствие, уверенность в своих силах и возможностях. Самооценка играет огромную роль в развитии личности ребёнка. Следует давать ребёнку больше самостоятельности, возможности проявлять инициативу, экспериментировать, фантазировать, активизировать свой творческий потенциал. Тонус руки влияет на память, на развитие речевого аппарата . В. А. Сухомлинский отмечал:

«Истоки способностей и дарований у детей- на кончиках их пальцев».

Особенно важно привлекать к такому виду творчества детей, у которых нарушено речевое развитие, так как чем активнее работают пальцы рук, тем лучше дети разговаривают. От степени развития речи во многом зависит развитие личности ребёнка и его социализация в современном обществе.

Важно, что работа с солёным тестом содержит в себе определённые трудности. Ребёнку необходимо приложить некоторые волевые усилия, благодаря которым достигается желаемый результат. Создавая задуманные образы, дети испытывают положительные эмоции. Очень высоко оценил роль социальных эмоций А. В. Запорожец, он назвал их «механизмом эмоциональной коррекции поведения».

Творчество с использованием солёного теста даёт хорошие результаты по коррекции агрессивного и демонстративного поведения дошкольников. В процессе творчества происходит психоэмоциональная регуляция организма, улучшается настроение, снимается нервное напряжение. У ребёнка повышается общий тонус организма, стимулируется умственная деятельность, что благополучно сказывается на формирование личности.

У ребёнка с демонстративной формой поведения появляется возможность привлечь внимание к себе с хорошей стороны. Важно бережное отношение к результатам творчества ребёнка, положительная оценка его достижения.

Такая нетрадиционная творческая деятельность позволяет ребёнку выразить свои эмоции насытить высокую потребность демонстративного ребёнка во внимании. Демонстративность находит естественный выход, и эта особенность ребёнка не будет мешать дальнейшему развитию. Ребёнок учится через творческие образы выражать свои чувства, своё эмоциональное состояние, радоваться, достигая поставленной цели, он ожидает праздника и получает его! Происходит чудо! И очень важно, что это чудо создаёт он сам! Это значимо для самооценки и личностного роста. При этом необходимо как можно чаще хвалить ребёнка(совсем независимо от результата, ведь ребёнок старался и вкладывал свои чувства и душу!)

Работа с солёным тестом оказывает благоприятное воздействие на нервную систему ребёнка, даёт опыт самореализации, происходит интенсивное развитие головного мозга. А психическое здоровье ребёнка имеет прямую зависимость от состояния головного мозга. Развитие головного мозга характеризуется уровнем развития на данном возрастном этапе, качеством мышления, и самое главное- степенью эмоциональной устойчивости.

В работе с агрессивными детьми такой вид деятельности способствует преодолению раздражительности, у детей происходит урегулирование психоэмоционального состояния.