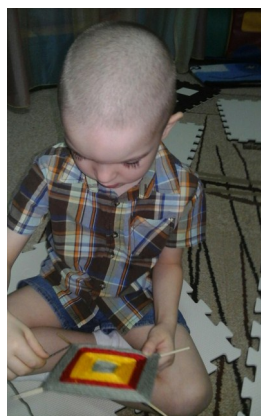


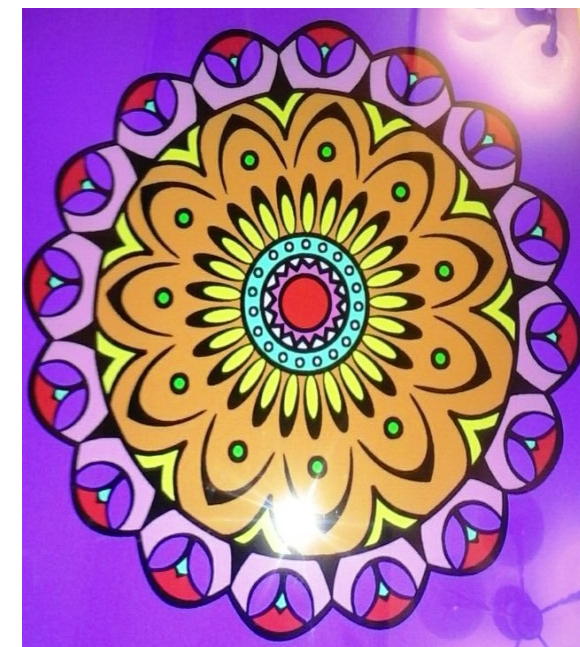
Мандалотерапия – одно из направлений арт-терапии (исцеление искусством). На наш взгляд, это естественный и радостный способ улучшения эмоционального состояния, снятия напряжения, выражения чувств, что способствует развитию творчества, художественному и духовному самовыражению детей.

В психологии мандалу впервые начал использовать швейцарский психиатр Карл Густав Юнг.

Для психолога мандала имеет ценность как арт-терапевтический метод в коррекционной, диагностической и развивающей работе. Поэтому знакомим вас с некоторыми технологиями применения мандал в деятельности педагога-психолога Думчевой Е.В. дошкольного учреждения и педагога дополнительного образования Вервейн О.Г.



ЧАСТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДЕТСКИЙ САД №191 ОТКРЫТОГО
АКЦИОНЕРНОГО ОБЩЕСТВА
«РОССИЙСКИЕ ЖЕЛЕЗНЫЕ
ДОРОГИ»



Наши контакты:

662155, г.Ачинск, 3-й микрорайон
Привокзального района, 31 А
Телефоны 8(39151)6-59-24 – заведующий
Барсукова Елена Ивановна

Использование мандал в детском саду

Что такое Мандала и как она помогает в развитии ребенка?

Слово «Мандала» в переводе означает «круг», «диск». В духовных традициях мандала – это не просто круг или узор, это целая модель мироздания, в которой заключается гармония и примирения с миром.

Карл Юнг пришел к выводу, что метод мандалы – это путь к нашему центру, к открытию нашей уникальной индивидуальности.

А чем полезны мандалы?

Зачем их раскрашивать? И зачем их создавать?

1. Развиваются творческие способности, произвольность поведения; воображение;
2. Снимается внутреннее напряжение, релаксация;
3. Развивается мелкая моторика рук, графомоторные навыки;
4. Воспитывается аккуратность, усидчивость;
5. Активизируется бессознательное.

С какого возраста можно заниматься созданием мандал?

1–2 года Рисование в пустом круге (в этом возрасте важны цвет и форма). Рисование вместе с мамой безопасными пальчиковыми красками (четыре основных цвета: красный, желтый, синий, зеленый).

3–5 лет Раскрашивание готовых мандал на выбор ребенка и рисование собственных. Гуашь, цветная пастель масляная, работа с цветным песком (восемь цветов: красный, желтый, синий, зеленый, фиолетовый, серый, коричневый, черный). Также можно использовать различные природные материалы, крупы, макаронные изделия, пряжу, нити и пр. (клей для закрепления материалов)

6–7 лет Раскрашивание готовых мандал на выбор ребенка и рисование собственных. Можно уже использовать в работе более сложные акварельные краски. Создание собственных мандал из ниток, цветного песка, декоративных мелких камней, природного материала и т.п.

Использование мандал в практической работе психолога детского сада

Развитие эмоций у дошкольников остается актуальной проблемой на сегодняшний день. Дети очень часто неадекватно выражают свои эмоции, не могут правильно оценить эмоции других детей, что является барьером в налаживании доброжелательных взаимоотношений.

Для того, чтобы стабилизировать эмоциональное состояние тревожных, импульсивных детей, развить у них навыки саморегуляции в нашем учреждении в работе с детьми применяется метод мандал: созерцание, рассматривание мандал; раскрашивание готовых мандал; создание собственных.

Мандала – це символическое круглое изображение, которое представляет собой как мир вне нас, который мы можем видеть (круг), так и невидимый мир (центр), который сокрыт внутри нас. По восточным верованиям мандала-рисунок в круге, который обладает целительными свойствами и используется как инструмент для медитаций. Однако нас интересует не магический или религиозный смысл мандалы, а ее психологическое содержание.