

## **Элементы арт-терапии, как метод коррекции эмоционально-волевой сферы**

**Арт-терапия** - это современный метод положительного психологического воздействия, с целью поддержания и укрепления здоровья детей. "Арт" - искусство, "Терапия" - лечение.

Термин введен Андрианом Хиллом в 1938 году. Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания. Арт-терапия не ставит своей целью сделать человека художником или актером. Она является хорошим способом социальной адаптации, помогает устанавливать отношения между людьми, так как использует средства невербального общения. Посредством искусства ребенок не только выражает себя, но и больше узнает о других. Через рисунок, игру, сказку, музыку арт-терапия дает выход сильным эмоциям, помогает понять собственные чувства и переживания. Арт-терапия - это метод, связанный с раскрытием творческого потенциала ребенка и познанием своего внутреннего мира.

### Преимущества арт-терапии перед другими формами работы:

-в работе может участвовать каждый, арт терапия не требует наличия художественных навыков

-изобразительная деятельность является мощным средством сближения детей

-арт терапия является средством свободного самовыражения

-арт терапия вызывает положительные эмоции

### Можно выделить особенности арт-терапевтического подхода:

1. Безоценочное восприятие всех работ: ведь в арт-терапии нет «правильного» или «неправильного», и это нужно четко объяснить. Детям нужно чувствовать себя в безопасности, знать, что создание образов — это способ передачи своего опыта, мыслей и чувств и что их не будут оценивать.

2. Важен и уникален вклад каждого из детей. Все работы нужно рассматривать с равным уважением, вне зависимости от профессионализма.

3. Важен рассказ о своей работе. Условия для рассказа и обсуждения работы ребенка не должны быть директивными. Нельзя интерпретировать работу ребенка, детей нельзя заставлять раскрывать больше, чем они того желают.

4. При работе с подгруппой желательно установить основные правила. Их нужно выполнять с взаимным уважением, ценя вклад каждого, чтобы окружающая среда была безопасной, чтобы все дети хорошо себя чувствовали.

### Польза применения арт-терапевтических приемов в работе с детьми:

- У ребенка появляется чувство значимости, повышается самооценка
- Воспитывается чувство коллективизма
- Отмечается высокая степень активизации самостоятельной работы каждого ребенка
- Создается комфортный психологический климат в группах
- Формируется умение слушать и принимать чужую точку зрения
- Идет развитие речи и коммуникативных навыков
- Повышается уровень внимания

## **Изотерапия**

Изотерапия - воздействие средствами искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и другими. Основная цель использования изотерапии - повышение эмоционально-положительного фона, создание благоприятных условий для успешного развития ребенка.

Активное использование искусства как терапевтического фактора и тренинга эмоциональной сферы дает мощный толчок для творчества ребенка.

Дети на таких занятиях в созданном воображаемом сюжете активно играют с различными предметами – песком, цветной манкой, волшебными красками и тестом, мелкими бусинками и камешками. Их не учат рисовать, брать "нужную" краску, лепить по образцу, им дают возможность создавать уникальное личное произведение.

Рисование - мощное средство самовыражения, которое обеспечивает путь для проявления чувства. В зависимости от настроения, ребенок выбирает ту или иную краску. Подобно тому, как растекается краска, часто ведут себя и эмоции. У каждой линии и у каждого цвета есть свой характер, свое настроение. С их помощью ребенок передает все, что у него внутри. Рисуя, ребенок попадает в сказку, наполненную радостью, взаимопониманием, успехом.

Печатание - техника изображения с помощью печати. В раннем возрасте на занятиях по ознакомлению с окружающим, предлагается печатание листьями. Лист дерева намазывают краской и отпечатывают на бумаге, - так создаются декоративные композиции. Рисование свечей. Для этого, с помощью кусочка свечи, дети наносят контурное изображение, затем сверху широкой кисточкой или губкой наносят краску. Пластилинное рисование используется тогда, когда необходимо отвлечь детей от грустных мыслей. Оно отвлекает внимание детей на процесс моделирования новой картины, дает возможность выплеснуть агрессивные эмоции, сплющивая и размазывая пластилин по картону. Рисование кусочками поролона. Во время рисования можно сначала смочить поролоном с водой лист бумаги - тогда изображение получится таинственным.

## **Игротерапия**

Игра помогает стимулировать ребенка, развить его сенсомоторные навыки, снизить эмоциональное напряжение. Средствами игротерапии выступают: игры на подражание, игры с песком, игры на снятие психо-эмоционального напряжения. Детские игры необходимы для гармоничного развития детей как в физическом, так и в умственном плане. Игра для детей является отражением окружающей его жизни, - это всегда импровизация.

Арт терапия - это технология, позволяющая развивать детское воображение и мышление, обеспечивать познавательное развитие детей, активизировать и стимулировать их речевую активность, улучшать качество внимания, развивать ребенка творчески, снижать уровень тревожности и агрессии у детей.

В процессе арт-терапевтической работы развиваются коммуникативные навыки ребёнка, способность к сотрудничеству со сверстниками. Помимо всего прочего, арт-терапия – прекрасный способ безболезненно для других выразить свои эмоции и чувства.

Таким образом, арт-терапия дополнительно способствует формированию положительной самооценки ребёнка и его позитивного отношения к окружающему миру, развивает сенсорные способности, влияет на эстетическое развитие.

## **Список литературных источников:**

1. Киселева М.В. «Арттерапия в работе с детьми». - СПб. Речь, 2006 г.
2. Копытин А.И. Теория и практика арт терапии. СПб., 2002.
3. Мухина В.С. Детская психология. Апрель Пресс, М., 2000
4. Осорина М.В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых. СПб, 2007.
5. Утробина К.К., Утробин Г.Ф. «Увлекательное рисование «
6. Фатеева А.А. «Рисуем без кисточки»