

Методика проведения совместной деятельности в центре творчества с использованием арт-терапии

Арт-терапия (терапия искусством) – метод психокоррекции, который впервые был использован в психотерапии А. Хиллом в 1938 году.

Арт-терапия (лат. *ars* — искусство, греч. *therapeia* — лечение) представляет собой методику лечения и развития при помощи художественного творчества.

Помимо всего прочего, арт – терапия – прекрасный способ безболезненно для других выразить свои эмоции и чувства.

Детская арт - терапия – это простой и эффективный способ психологической помощи, основанный на творчестве и игре. Другими словами, это – лечение творчеством.

Основная цель арт - терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Арт-терапевтические упражнения для детей – это:

- знакомство со своим внутренним «я»;
- развитие эмоциональной сферы ребенка и закрепление доверия к миру;
- развитие сенсорных способностей ребенка – ощущений, восприятия, внимания к чувствам,
- помощь в проживании периода адаптации – снятие негативных стрессовых состояний – гнева, тревоги, обид, реакции на резкий уход матери;
- развитие интеллекта, мелкой моторики, речи, воображения, творческих способностей;
- укрепление взаимоотношения между участниками. Развитие коммуникабельности;
- появление чувства внутреннего контроля и порядка;
- усиление ощущения собственной личностной ценности;
- повышение художественной компетентности.

Рекомендации по применению методов арт – терапии в работе с детьми

Занимаясь с детьми, необходимо учитывать следующие моменты:

- мелкая моторика у детей недостаточно развита, они неловкие и неуклюжие, не умеют регулировать силу, точность, направление движений. Часто отсутствие или несформированность этих умений сердит и расстраивает, поэтому нужно подсказывать и помогать правильно выполнять определенные действия;

- в коем случае не критикуйте ребёнка;

- если ребенок агрессивен, то в работе с ним стоит предпочесть лепку, так как рисунок будет только раздражать ребенка, а вот лепка, наоборот успокоит.

- всегда имейте самый широкий выбор цветовой палитры — карандашей, красок или фломастеров. Помните, что кисть более пластична и свободна, поэтому краски на первых порах предпочтительней. Усилие нажима и строгость линий, которых требует карандаш, не способствуют раскрепощению.

В центре творчества применяется один из видов арт-терапии — изотерапия.

Изотерапия предполагает использование следующих вариантов:

Свободное рисование — каждый рисует, что хочет. Рисунки выполняются индивидуально, а обсуждение происходит в группе. Тема или задается, или выбирается детьми самостоятельно.

Коммуникативное рисование — рисование в парах. У каждой пары свой лист бумаги, каждая пара совместно рисует на определенную тему, при этом, как правило, вербальные контакты исключаются, они общаются с помощью образов, линий, красок.

Совместное рисование — несколько человек (или вся группа) молча рисуют на одном листе, по окончании рисования обсуждается участие каждого члена группы, характер его вклада и особенности взаимодействия с другими участниками в процессе рисования.

Дополнительное рисование — рисунок посылается по кругу — один начинает рисовать, другой продолжает, что-то добавляя и т.д.

Несмотря на то, что изотерапия — это терапия, в первую очередь, рисованием, занятия не должны ограничиваться обычным набором изобразительных средств: бумага, кисти, краски, и традиционными способами их использования. Здесь уместно использовать все виды художественных материалов: краски, карандаши, восковые мелки, пастель, бумага различной фактуры, цвета и размера, кисти разных размеров и жесткости, уголь, соленое тесто, глина, сыпучие продукты (крупы, горох, фасоль, макароны) засушенные листья.

Можно использовать рисование пальцами и ладонями, пульверизатором, губкой или ватными палочками; рисование на стекле, аппликации и т. д.

Любой процесс арт-терапии для любого возраста делится на 4 этапа:

- настройка (это может быть простое упражнение или игра);
- сам процесс;
- обсуждение;
- рефлексия.

Для проведения упражнений в группе должно быть не более 10 человек, причем чем младше дети, тем меньше должна быть группа. Во второй младшей и средней группах рекомендуемые упражнения можно проводить малыми

подгруппами. Разумеется, упражнения можно проводить и с одним-двумя детьми.

Занятия по арттерапии включаются в основную запланированную деятельность в центре творчества¹ раз в месяц.

Список литературы:

1. Алябьева Е.А. «Психогимнастика в детском саду», ТЦ «Сфера», М., 2003г.
2. Зинкевич – Евстигнеева Т.Д. «Практикум по сказкотерапии», Спб, «Речь», 2006г.
3. Капская А.Ю., Мирончик Т.Л. «Развивающая сказкотерапия для детей», СПб. «Речь», 2006 г.
4. Киселева М. В. «Арт-терапия в работе с детьми»: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. - СПб.: Речь, 2006г.
5. Копытин А. И., Свистовская Е. Е. «Арт - терапия детей и подростков». - М.: Когито - Центр, 2007.
6. Копытин А.И., Корт Б. «Техники аналитической арт-терапии», Спб, Речь, 2007г.
7. Капская А.Ю., Мирончик Т.Л. «Планета чудес». Развивающая сказкотерапия для детей. 224 с. обл. Речь, СПб, 2008г.
8. Лебедева Л.Д. «Практика Арт-терапии: Подходы, диагностика, система занятий», Спб, Речь, 2008г.
9. Моница Г.Б., Ларечина Е.В. «Игры для детей от года до трех лет», Спб, «Речь», 2008г.
10. Погосова Н.М. «Цветовой игротренинг», Речь, Спб, 2007 г.