

## «Арт – терапия для развития творческих способностей детей дошкольного возраста»

### **Лучшие виды арт-терапии для детей:**

**Изо- терапия.** Рисовать, лепить, делать аппликации любят и умеют все детки. Это прекрасный способ перенести на внешний объект не выраженные негативные эмоции, снять напряжение и избавиться от страхов.

Изо- терапия – это терапия рисованием. Для изо терапии подходят все виды художественных материалов: краски, карандаши, восковые мелки, пастель, бумага различной фактуры, цвета и размера, кисти разных размеров и жесткости, грим, уголь, соленое тесто, глина

**Игро -терапия.** Направлена на преодоление социально-психологических трудностей. Заключается в том, что ребенок моделирует разные социальные ситуации, в которых ему трудно самовыражаться и проигрывает их, выбирая нужные игрушки.

**Песочная терапия.** Также проводится в игровой форме. Ребенок при поддержке и под руководством арт-терапевта в мини-песочнице воссоздает картину своей жизни или волнующей ситуации. Такая терапия помогает обрести уверенность в себе, избавляет от страхов и комплексов.

**Драма - терапия.** Заключается в разыгрывании арт-терапевтических ролевых игр. Во время такой арт-терапии приобретаются коммуникативные навыки, ребенок учится общаться и выражать себя, а также происходит коррекция самооценки.

**Сказко- и библио-терапия.** Терапевтические сказки слушают детки помладше, ну а школьники сами читают те книги, которые оказывают на них благоприятное влияние, развивают личность. Терапия книгой избавляет от страхов, комплексов, неврозов, поднимает самооценку, учит ставить и достигать личные цели, прививает культурные ценности.

### **Давайте познакомимся с некоторыми техниками изо - терапии:**

**Тесто – пластика** - техника лепки проста, для работы с тестом необходимы соль, мука, вода. Тесто – материал экологически чистый, очень пластичный, легко приобретает форму. Оно не липнет к рукам, очень легко отмывается, безопасно при попадании в рот. Более того, лепка из соленого теста благотворно влияет на нервную систему, в целом. Тесто – пластика именно поэтому полезна гипер активным детям, со страхами, тревожностью, а также

с агрессией. Пластичность материала позволяет таким детям вносить многочисленные изменения в работу, что положительно сказывается на их эмоциональном состоянии. Дети учатся планировать, работать в коллективе, самостоятельно разрешать возникающие проблемы. И что важно: изделия из теста достаточно прочны и с ними можно играть.

**Лепка глиной** - работая с глиной, агрессивный ребенок находит выход своим чувствам, а неуверенный в себе, занимаясь лепкой, учится контролировать ситуацию.

Во время лепки глину можно рвать, крошить, резать, ломать изделия, а потом все начинать сначала, создавая желаемый образ.

### **Рисование песком и моделирование в песочнице**

Песок для детей остается наиболее притягательным материалом. Рисование песком и песочная арт-терапия – новый и простой вид изобразительной деятельности дошкольников. А для взрослого это еще один способ понять чувства ребенка. Дети под спокойную музыку создают на песке неповторимые шедевры своими руками. Удивительным образом горсть песка превращается в настроение ребенка, пейзаж, звездное небо, лес или море. Песок – та же краска, только работает по принципу "света и тени", прекрасно передает человеческие чувства и переживания, мысли и стремления. Рисуя сухим или мокрым песком, ребенок познает мир, т.к. работа связана с самостоятельной экспериментальной и творческой деятельностью. Данный вид творчества как средство коррекции позволяет ребенку преодолеть чувство страха, выразить в рисунке, постройке эмоции, дает свободу, вселяет уверенность в своих силах. Рисуя, строя замки из песка, разыгрывая сказки, ребенок развивает тактильные ощущения, раскрепощается, проигрывает волнующие его ситуации.

### **Рисование пальцами, ладонями (другими частями тела)**

Марание – спонтанное рисование детей. В буквальном понимании «марать» – значит, «пачкать, грязнить». Можно представить особенные тактильные ощущения, которые испытываешь, когда опускаешь палец в гуашь – плотную, но мягкую, размешиваешь краску в баночке, подцепляешь некоторое количество, переносишь на бумагу и оставляешь первый мазок. Речь идет о

спонтанных рисунках детей, выполненных в абстрактной манере, о ритмичности движения, случайности мазков и штрихов, размазывании и разбрызгивании краски, нанесении множества слоев и смешивании цветов. Здесь нет категорий «правильно–неправильно». Такой способ создания изображений проективно представляет индивидуальность ребенка, приводит детей к собственным маленьким открытиям. Естественность такого рисования способствует тому, что ребенок «забывает» о социальных запретах и незаметно для себя может осмелиться на действия, которые обычно не делает. Но далеко не все дети по собственной инициативе переходят на такое рисование. Некоторые, попробовав этот способ, возвращаются к кисти или губке, как к более привычным средствам изображения. Как правило, это дети с жесткими социальными установками поведения, ориентированные на раннее развитие, а также те, в которых родители видят «маленьких взрослых», от которых ждут зрелого поведения, сдержанности, разумности мнений. Именно для этих детей «игры с грязью» служат профилактикой и коррекцией тревожности, социальных страхов, подавленности, а работа на одном листе в паре или всей группой добавляет выразительности результату, а также обогащает взаимодействие детей.

**Аква тушь** проста, необычна и близка детским играм с водой. Первым слоем на лист бумаги крупными мазками наносится гуашевый рисунок. После его высыхания вторым слоем весь лист покрывается черной тушью. Затем рисунок опускается в воду. В воде гуашь почти смывается, а тушь – лишь частично. В результате на черном фоне остается тонированный рисунок с размытыми контурами. Каждый этап работы удерживает внимание и интерес ребенка. Выполняя работу, дети с дефицитом внимания приобретают возможность получить радость от поэтапной деятельности с отодвинутым результатом, а испытывающие негативизм получают побудительный мотив для включения в творческую деятельность.

**Штриховка и каракули** - это графика, самое доступное упражнение, для которого нужны только бумага и карандаш (ручка, фломастер). Ребенок

свободно, не задумываясь о результате, рисует на листе бумаги клубок линий, затем пробует разглядеть в нем и описать какой-то образ. В процессе описания можно уже осознанно дорисовывать его, выделять контуры, заштриховывать отдельные участки и т.д. Из отдельных каракулей может сложиться образ, либо сочетание предстанет в абстрактной манере.

Похожа на штриховку – техника «фроттаж», когда заштриховывается поверхность листа, под которую подложен плоский предмет или заготовленный силуэт (наверняка каждый пробовал так «проявить» монетку). Штриховки и каракули помогают почувствовать нажим карандаша или мелка, снимают напряжение перед рисованием. Штриховки просты в исполнении. Ритм штриховки, каракулей создает настрой на активность, тонизирует ребенка. .

**Монотипия** - ещё одна очень интересная разновидность изо -терапии.

Чернилами, тушью, акварелью или жидко разведенной гуашью на гладкой, не впитывающей краску поверхности (пластик, линолеум, глянцевая плотная бумага) делается рисунок: пятна, линии и пр. К этой поверхности прикладывается лист бумаги (или лист сгибается пополам), изображение наносится на половину листа, затем лист снова сгибается и плотно проглаживается ладонью. Краска симметрично отпечатывается на другой половине листа, и на нем в зеркальном отражении отпечатывается изображение. Оно может быть менее четким по сравнению с оригиналом, более расплывчатым, могут стереться границы между разными красками. Сложенный лист раскрывается, и перед взором оказывается... Ребенок разглядывает то, что получилось, описывает возникший образ. При желании готовый отпечаток можно дорисовать или приклеить сверху нужные элементы для завершения образа. Все это не только развивает тактильные ощущения, воображение, снимает мышечное напряжение, но и доставляет ребенку радость.

Рисование на воде - аква -рисование – это технология рисования по поверхности воды. Рисунок наносится красками, которые не растворяются в

воде, а остаются на поверхности. Затем краски смешиваются между собой при помощи кисти (или палочки) и образуют причудливые и неповторимые узоры. Далее на рисунок накладывают бумагу или ткань, осторожно снимают и высушивают. И рисунок готов. Рисование на воде помогает не только развитию детской фантазии и воображения, но и оказывает удивительный успокоительный эффект. Аква-рисование на воде требует специальных красок. Поэтому его можно заменить на рисование на стекле.

### **Рисование сухими листьями**

Использование сухих листьев - каждую осень, в конце сентября, дети собирают желтые, красные, рыжие листья и несут букеты своим мамам. Но сухие осенние листья могут служить прекрасным материалом для арт - терапии. С помощью листьев, клея ПВА и красок можно создавать изображения. На лист бумаги клеим, который выдавливается из тюбика, наносится рисунок. Затем сухие листья растираются между ладонями на мелкие частички и рассыпаются над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Когда дети пытаются изобразить какой-то предмет, то изображение получается «лохматым», пушистым, эффектным и привлекательным. Эти экологически чистые способы рисования создают приятные сенсорные ощущения и расслабляющий эффект. Изображения с помощью мелких сыпучих материалов и продуктов

Похожая техника – изображение с помощью мелких сыпучих материалов и продуктов: круп, вермишели, цветного песка и т.д. Дети высыпают на лист с клеем сыпучие материалы целыми горстями. Но при стряхивании лишних материалов изображение все равно останется только в месте приклеивания.

Данная техника создания изображений подходит детям с выраженной моторной неловкостью, негативизмом, зажатостью, способствует процессу адаптации в новом пространстве, дарит чувство успешности.

### **Использование предметов окружающего пространства**

Дети могут рисовать мятой бумагой, резиновыми игрушками, кубиками, губками, зубными щетками, палочками, нитками, соломинками, овощами,

ластикami и чем-то еще. Детская инициатива использовать нетипичные предметы для создания изображений всегда приветствуется. Привлечение окружающих предметов по инициативе ребенка служит для взрослых знаком вовлеченности в творческую деятельность. И это просто весело!

Рисование предметами окружающего пространства создает почву для общего укрепления эмоциональной сферы, уменьшения зависимости (в частности, от ритуалов), повышения настроения и развития воображения.

Цветотерапия – разновидностей этого вида арт-терапии тоже очень много. О влиянии цвета на психику и здоровье знали еще древние. Цвет исцеляет, даже если просто смотреть на него продолжительное время.

#### **Наиболее арт-терапевтические цвета:**

- Желтый – помогает сосредоточиться, повышает творческую активность, избавляет от депрессии.
- Оранжевый – бодрит, снимает стресс, борется с депрессией.
- Зеленый – снимает напряжение, гармонизирует, заряжает оптимизмом.
- Синий и голубой – снимает эмоциональное напряжение, успокаивает, помогает расслабиться.

Арт-терапия, пожалуй, лучший вид психотерапии и само-терапии, который позволит не просто справиться с той или иной психологической проблемой, но встать на путь **развития личности**. Это та работа над собой, которая меняет мировоззрение, которая позволяет с “позиции жертвы” перейти на уровень сознания.

#### **Список используемой литературы:**

1. Горичева В.С., Нагибина М.И. Сказку сделаем из глины, теста, снега, пластилина. Москва, «Академия развития», 20010
2. Дрезнина М. Игры на листе бумаги. Москва, «Искатель», 2005.
3. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми С.Пб, «Речь», 2007.
4. Киселева М.В. Арт-терапия в практической и социальной работе. С.Пб, «Речь», 2007.
5. Кряжевой Н.Л. Развитие эмоционального мира 2008

6. Копытин А.И. Практикум по арт-терапии. С.Пб, «Питер», 2001.
7. Мардер Л.Д. Цветной мир. Москва, «Генезис», 2007.
8. Мамайчук И.И. Психологокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. С.Пб, «Речь», 2006.
9. Хананова И. Соленое тесто. Москва, «Арт-Пресс книга», 2010.
10. «Арт-терапия с детьми дошкольного и младшего школьного возраста»  
[http://www.diagora.ru/article\\_art\\_terapia.php](http://www.diagora.ru/article_art_terapia.php)
11. «Арт-терапия с детьми дошкольного возраста» Мардер Л.Д.  
<http://vunderkind.2x2forum.ru/t186-topic>
12. «Арт-терапевтические методики в специальном дошкольном образовательном учреждении» <http://rudocs.exdat.com/docs/index-362586.html?page=3>
13. «Диагностика дошкольников. Проективные методики и арт-терапия в психологической диагностике личности дошкольников»  
<http://www.effecton.ru/403.html>