

## Что такое «арт-терапия»?

– направление в психотерапии и психологической коррекции, основанное на применении для терапии искусства и творчества

– это воздействие средствами искусства на ребенка.

- рисуночная терапия, основанная на изобразительном искусстве.

В процессе творческой деятельности создаётся атмосфера эмоциональной теплоты, происходит более глубокое понимание себя и своего внутреннего мира. И это важно, в первую очередь, для детей. Для ребёнка творчество – это его жизнь, его реальность. Для него не столько важно как что-то нарисовано или вылеплено из пластилина – сколько, что именно. Поэтому для него столь естественным становится самовыражение именно в творческой деятельности.

Этот метод применяется при проблемах эмоционально-личностного развития, а том числе аутизме, задержке умственного развития, нарушениях речи, слуха, зрения, двигательных функций.

**Цель использования терапии:** формирование и укрепление психологического здоровья ребенка, и развитие его творческого потенциала.

**Задачи, которые мы можем решить:**

- Расширение эмоционального опыта;
- Снижение импульсивности, тревоги, агрессии детей;
- Снижение мышечного напряжения;
- Воспитание межличностного доверия и группового сотрудничества;
- Совершенствование коммуникативных навыков и творческих способностей;
- Развитие познавательных процессов;
- Совершенствование зрительно-пространственной ориентировки;
- Способствование расширению словарного запаса, связной речи, лексико-грамматических представлений;
- Развитие фонематического слуха и восприятия;
- Обучение новым приёмам рисования и развитие умения экспериментировать.

Существуют различные виды арт-терапии (выделяют активные и пассивные, групповые и индивидуальные):

- Библиотерапия (в том числе сказкотерапия)
  - Музыкаотерапия
  - Драматерапия
- Танцевальная терапия
  - Куклотерапия
  - Песочная терапия
  - Глинотерапия

Одним из наиболее продуктивных и действенных методов обучения, развития и организации работы с детьми, имеющих проблемы со здоровьем, является – песочная терапия.

Игра с песком - это естественная и доступная для ребенка с ОВЗ форма деятельности. Ребенок часто не может выразить словами свои переживания, страхи, и тут ему на помощь приходят игры с песком, так как игра ребенка является символическим языком для самовыражения, а также средством коммуникации. Проигрывая взволновавшие его ситуации с помощью игрушечных фигурок, создавая картину собственного мира из песка, ребенок освобождается от напряжения. А самое главное - он приобретает бесценный опыт символического разрешения множества жизненных ситуаций, ведь в настоящей сказке все заканчивается хорошо.

### **Какие же игры можно использовать?**

- «Чувствительные ладошки» ( по Т.Д. Зинкевич - Евстигнеевой)  
«Положите ладоши на песок, закройте глазки, почувствуйте, какой он. Откройте глазки, расскажите, что вы чувствовали (ответы детей). Сделайте то же самое, повернув ладошки другой стороной. Расскажите о своих ощущениях».
- Оставить отпечатки ладошек, кулачков, ребер ладоней.
- Создать узоры и рисунки - солнышко, бабочка, буква или целое слово.
- «Пройтись» каждым пальчиком правой и левой руки поочередно.

- Посчитать камешки и решить на песке математическую задачку.
- Можно писать слова на песке печатными и письменными буквами, сначала пальчиком, потом палочкой, держа ее как ручку. Песок позволяет дольше сохранить работоспособность ребенка. Ошибки на песке исправить проще, чем на бумаге. Это дает возможность ребенку ощущать себя успешным.
- Упражнение "Необыкновенные следы".  
 "Идут медвежата" - ребенок кулачками и ладонями с силой надавливает на песок.  
 "Прыгают зайцы" - кончиками пальцев ребенок ударяет по поверхности песка, двигаясь в разных направлениях.
- «Археология». Закопайте игрушку (ребёнок не знает, какую). В ходе раскопок, по открывающимся частям ребёнок должен догадаться, что спрятано. Закопайте 2 – 3 предмета. Пусть малыш раскопает один из них и на ощупь попробует определить, что это.
- Игра «Назови звук» (по Н.В.Дуровой). Педагог предлагает детям вырыть в песке небольшие лунки для мячика. Затем он подталкивает мячик в лунку ребёнка и называет слово, интонационно выделяя согласный звук. Ребёнок называет выделенный звук и перекачивает мяч обратно в лунку педагога. Затем задание даётся другому ребёнку и т.д. Слова: с-с-сом, су-м-м-мка, за-р-р-ря, ку-с-с-сок, сту-л-л-л, ру-ч-ч-чка, кра-н-н-н, шар-ф-ф-ф, кры-ш-ш-шка, д-д-дом.

Еще множество игр Вы можете придумать самостоятельно.

Дайте волю своей фантазии!

#### Литература:

1. Зинкевич-Евстигнеева, Т. Д., Грабенко, Т. М. Практикум по креативной терапии. [Текст] - СПб., 2003г. - 400 с.
2. Сапожникова О.Б., Гарнова Е.В. Песочная терапия в развитии дошкольников. – М.:ТЦ Сфера, 2017. – 64 с.
3. Штейнхардт, Л. Юнгианская песочная психотерапия. [Текст]- СПб., 2001г. - 320 с.
4. Юнг, К. Г. Архетип и символ. [Текст]- М., 1991г.- 284с.
5. Юнг, К.Г. Структура психики и процесс индивидуации. - М., 1996г. - 269 с