

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

Центр развития ребенка - Детский сад " Медвежонок"

671561 Республика Бурятия, Муйский район, п. Таксимо, ул. Латвийская, 19, Тел/ факс 8(30132)55-5-00

E- Mailmdou.medved@gmail.com, ИНН 0313003602, КПП 031301001, ОКОНХ92400, ОКПО 46113761

Согласовано:

Старший воспитатель

Консультация для родителей

«Арттерапия - лучшее лекарство»

Воспитатель подготовительной группы «Звездочка»

Каманина Е.Н.

Таксимо 2020

Один из самых приятных способов избавления от жизненных неприятностей – арттерапия. Это вид психотерапии, в котором главным лекарством является искусство. В арттерапии используются все виды творчества: живопись, графика, рисунок, монотипия, коллаж, мозаика, лепка, фотография, боди-арт, музыка, танец и многое другое.

Как же происходит исцеление при арт терапии?

В процессе творчества человек отстраняется от своих невзгод, переосмысляет свои проблемы. При этом не важно, насколько хорошо вы рисуете, лепите или танцуете. В арт терапии важен процесс, а не результат.

Самое распространенное задание – это передать какое-нибудь настроение. Например, нарисовать грусть. Или станцевать радость. Или слепить счастье. Занимаясь этим видом психотерапии, человек начинает творить и в этом обретает успокоение и гармонию с миром и самим собой. Через творчество происходит самореализация, явление своей души миру. Через арттерапию происходит исцеление души и тела.

Арт-терапевт должен иметь медицинское психотерапевтическое образование. Но в случаях, когда дело не касается тяжелых болезней, арт-терапию вполне может проводить психолог или педагог.

С помощью арттерапии можно, например, справиться с зависимостью. Делается это так.

Нужно взять три листа бумаги и нарисовать свои эмоции. На первом листе – до возникновения зависимости. На втором – когда вы подвержены зависимости. И на третьем – когда вы справились с зависимостью. После этого нужно внимательно изучить свои рисунки, чтобы увидеть то, что с вами происходит и как нужно это изменить. С помощью арт терапии можно научиться легко избавляться от негативных эмоций и побеждать свои страсти. Вы можете облегчить душу и выпустить пар в танце или стихах. Ваше психологическое состояние намного улучшится.

Арт терапия для детей

С помощью арттерапии можно работать не только со взрослыми, но и с детьми. Техники арт-терапии снижают агрессивность, устраняют страхи и налаживают эмоциональную связь ребенка со своей семьей.

В работе с детьми важна непринужденность, способность терапевта к сопереживанию и в то же время аналитический склад ума. Для ребенка намного важнее не сами слова, а интонация, с которыми они произнесены.

Чтобы наладить контакт с малышом, необходимо активно использовать и «невербалику»: жесты и мимику.

Арттерапия используется и для развития особых детей. Искусство помогает малышам с нарушениями слуха, зрения, речи, опорно-двигательного аппарата. С помощью творчества дети могут понять и раскрыть свое Я.

Методы арт терапии весьма различны, поэтому этот она имеет множество видов: музыка — музыкотерапия; театр, образ — имаготерапия; литература, книга — библиотерапия изобразительное искусство — изотерапия; танец, движение — кинезитерапия, сказка - сказкотерапия, игра - игротерапия). В свою очередь каждый вид разделен на подвиды, например: изотерапия делится на рисунок, живопись, лепку.

Арттерапия дает ребенку простор для самовыражения, саморазвития и самопознания. Созданные ребенком в процессе арттерапии работы повышают его самооценку, степень его самопризнания.

Арттерапии в детском саду набирает все большую популярность. Вот один пример занятий арттерапией с дошкольниками.

Художественное творчество: лепка.

Тема: « Угощение для зайчиков».

Цель: научить лепить яблоко; развить интерес к художественному творчеству; стимулировать мелкую моторику рук.

Оборудование: картинки яблок, пластилин, дощечки.

СОД

Игровая ситуация. В гости к детям приходит из леса зайчонок и просит помочь детям пережить долгую зиму. Педагог предлагает слепить угощения для зайчиков.

Педагог показывает детям картинки и муляжи яблок, беседует с детьми о том, какие яблоки бывают по цвету, форме. После этого показывает последовательность выполнения работы (деление куска на части), обращает внимание на приемы лепки. Предлагает выполнить ребятам пальчиковую гимнастику «Жили-были зайчики» и начать лепить. Выполненные работы складываются в корзиночку для зайчика и его друзей. В конце занятия дети с педагогом поют песенку «Зайка серенький сидит».