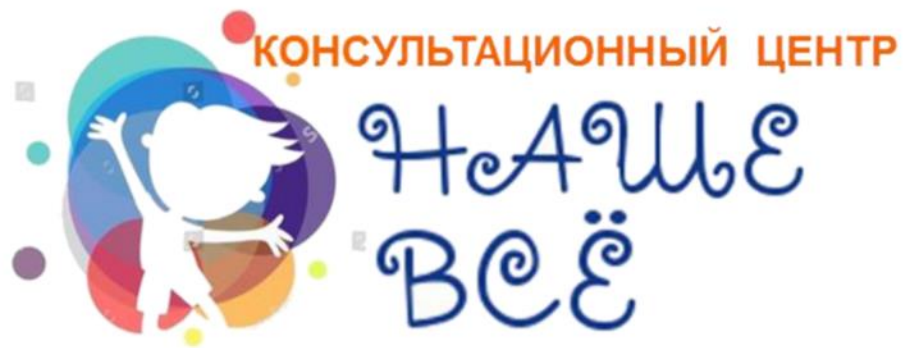




АРТ-ТЕРАПИЯ





Изотерапия одно из самых популярных направлений арт-терапии.

Ее суть – использование изобразительного искусства в педагогических и терапевтических целях. Обычно это рисование, но программа **изотерапии** может включать применение техник нетрадиционного рисования, лепки из пластилина, глины, занятия по декору и **фотосъемке**.

Эффективность применения метода **изотерапии основывается** на **том**, что он позволяет выражать чувства на символическом уровне. При этом:

- скрытые переживания выражаются свободнее и легче;
- неприятные или тяжелые волнения не воспринимаются, а преобразовываются в творчество;
- появляется возможность отстраниться от внутренних тревог и страхов, что является первым шагом на пути к освобождению от них.

Преимущества **изотерапии** состоит **в том**, что основой в её процессе служит рисунок, который становится **посредником между общающимися** (что важно в работе с замкнутыми, застенчивыми и агрессивными детьми); кроме того, это отражение внутреннего мира, а так же – возможность прислушаться к себе, своим чувствам (*импульсивные дети*); социально приемлемый способ выхода агрессии, разрядки напряжения; возможность самовыражения и самоизменения.



По мнению Виолетты Оклендер, рисование как таковое, даже без какого-либо вмешательства взрослого – это мощное **средство самовыражения**, которое помогает осуществить самоидентификацию и обеспечивает путь для проявления чувств.

Самое главное отличие **изотерапии** от изобразительной деятельности в том, что в ней нет стандарта или образца изображения.

Ребёнок, в такой деятельности становится успешным, так как на него не спускают правила и не навязывают изображаемый образ.



В **изотерапии** ребёнок создает изображение интуитивно, передавая свои чувства, отходя от стандартов изобразительной деятельности, которые ему закладывают при обучении навыка рисования.

Существуют основные принципы данного направления, на которых базируются занятия по **изотерапии** :

1. запрещается ставить задачу нарисовать правильно или красиво. Чем произвольнее изображение, тем нагляднее передача того, что происходит внутри ребенка.

2. Создание соответствующей обстановки, отсутствие отвлекающих факторов.



3. Все изображения исключительно от руки (никаких линеек и других чертежных принадлежностей).

4. предоставление широкого ассортимента изобразительных инструментов.

5. Запрещается самокритика работы. (*"я не умею рисовать", "у меня очень плохо получается" и т. д.*)

6. Обязательное условие, чтобы ребенок по окончании работы прокомментировал то, что нарисовал.

7. В групповых занятиях нельзя давать остальным участникам комментировать рисунки других без их разрешения.



Для **изотерапии** 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 и т. д.

При рисовании ребенок должен иметь максимальную свободу для проявления инициативы и необходимое для этого физическое и психологическое пространство. Из опыта работы с детьми я сделала вывод что, краски наиболее функциональны, поэтому при рисовании лучше использовать их.

У ребенка-**дошкольника** сила нажима руки на карандаш при рисовании еще не равномерна, поэтому карандаши, фломастеры, ручки быстро ломаются. При рисовании красками имеется возможность постепенно освоить нажим.





Используя
изотерапию,
у детей
повышается
социализация,
улучшается
ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ
фон и могут
открываться
новые таланты.

Это не удивительно, так как этот метод относится к самому мягкому, но одновременно глубокому, высвобождающему скрытые **эмоции** и энергетические резервы ребенка.

Использование изотерапии в коррекции эмоциональной сферы старших дошкольников помогает :



- Детям преодолеть коммуникативные барьеры;
- Хочется отметить, что от занятия к занятию взаимодействие детей становилось все активнее. Особенно это проявлялось в процессе создания парных и коллективных работ. Работа в парах часто вызывала споры у **дошкольников**. Но в процессе детям удавалось найти общее решение, и они с удовольствием представляли результат на обсуждении.

- Сравнивая высказывания детей при обсуждении в начале и конце года, можно отметить, что они стали развернутыми и осознанные. Большинство не испытывали затруднений в сочинении сказок по собственным произведениям. Даже те, кто поначалу не мог вообще ничего сказать, сочиняли короткие рассказы и могли ответить на вопросы по своему рисунку.





С помощью **изотерапии** дети преодолевают страхи и застенчивость, улучшается их **эмоциональный настрой**, снижаются **эмоциональное напряжение**, агрессивность, тревожность, и улучшается психологический климат в коллективе.



Желаю успехов!