

Использование элементов Арт-терапии на занятиях по изобразительной деятельности.

А.Ю. Новикова
МБУДО «Эколого-биологический Центр»,
г.Братск

Дитя требует деятельности беспрестанно и утомляется не деятельностью, а её однообразием и однородностью. Неосознанно ребёнок тянется к той деятельности, которая сулит ему возможности развития.

К. Д. Ушинский

ЦЕЛЬ:

Развивать эмоциональную сферу детей ,способствовать выходу внутренней не комфортности и сильным эмоциям через различные методы арт-терапии.

Помочь детям справиться с такими проблемами, как заниженная самооценка ,гиперактивность ,плохая память, накопление отрицательных эмоций, трудности в общении.

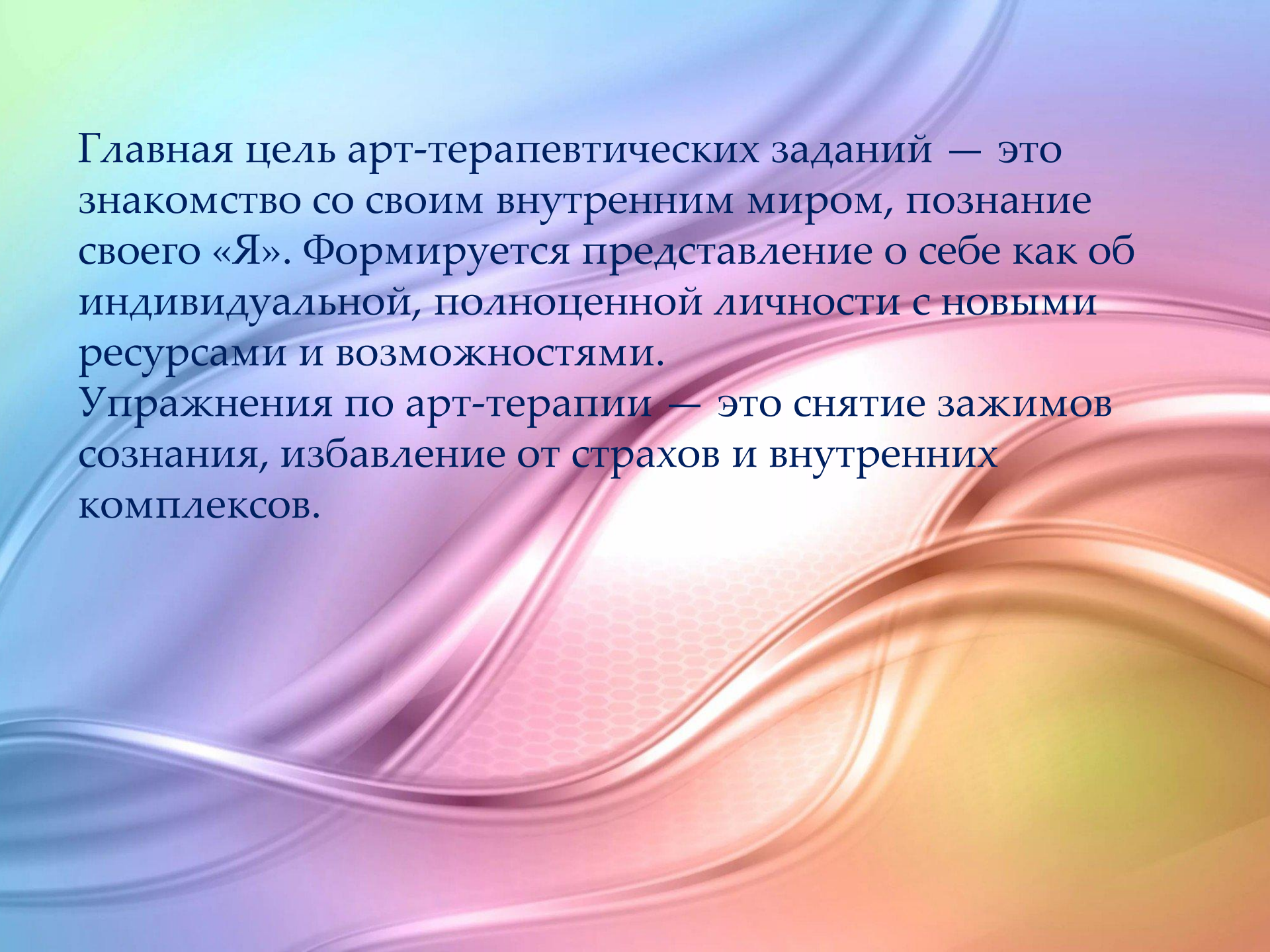
Задачи:

Развивать художественно-эстетический вкус у детей ,с помощью нетрадиционных методик рисования.

Помочь детям справиться с заниженной самооценкой,гиперактивностью.

АРТ-ТЕРАПИЯ

Арт-терапия - сравнительно новая методика, которая, тем не менее, активно используется в современной педагогике. Это уникальный метод естественного раскрытия личности. Этот вид коррекции основан на раскрытии творческого потенциала деятельности ребёнка, а также - «забота об эмоциональном самочувствии и психологическом здоровье о чем и говорит его название (art от англ. – искусство)



Главная цель арт-терапевтических заданий — это знакомство со своим внутренним миром, познание своего «Я». Формируется представление о себе как об индивидуальной, полноценной личности с новыми ресурсами и возможностями.

Упражнения по арт-терапии — это снятие зажимов сознания, избавление от страхов и внутренних комплексов.

Арт-терапия в буквальном переводе с английского – «лечение ИСКУССТВОМ».

Цель занятий искусством художник Мария Дрезнина формулирует так: формирование позитивного отношения к миру, «благодаря им человек испытывает радости и обретает уверенность в собственных силах. Это врачует лучше любого лекарства».

Следует отметить, что существует несколько разновидностей арт-терапии, которые основаны на разных видах искусства:

Арт–терапии используются разнообразные формы творческого (художественного) самовыражения, с применением различных методов:

рисования (рисунок карандашами, мелками, фломастерами)

живописи (рисование красками)

скульптуры (лепка из глины, оригами, лепка из соленого теста.)

Виды арт-терапевтических упражнений

Изотерапия - Лечение при помощи изобразительного искусства .терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием (живопись, лепка) используется для; психологической коррекции детей дошкольного и младшего школьного возраста с трудностями в обучении и социальной адаптации, при внутрисемейных конфликтах.. Для этого используются краски и кисти, мелки, пастель, маркеры или фломастеры. Кто-то предпочитает срисовывать изображения, а кто-то создает новые произведения.

Каждый вид обладает своими методиками

Мандалотерапия. Для лечения работают с мандалами – особыми геометрическими фигурами. Мандалы можно раскрашивать и рисовать по памяти, плести, высыпать песком. Есть готовые изображения, но можно придумывать свои.



Тестопластика. Терапия через манипуляцию с разными пластичными массами, например, пластилином, глиной, тестом. Данная методика очень эффективна при работе со взрослыми и детьми.

Куклотерапия. Для лечения человеку дается задание своими руками сделать куклу, используя для этого любые подручные материалы: ткани, бумагу, пластик, вату, нитки, элементы игрушек и т.д.

Сказкотерапия. Еще один вид терапии, подходящий для детей и взрослых. Сначала читается сказка или легенда. Затем она анализируется, переосмысливается или пересказывается. Иногда нужно сочинить собственную

Цветотерапия - Лечение и восстановление психической травмы с помощью цвета. Педагог производит цветовое воздействие на ребёнка в зависимости от поставленной задачи. Каждый оттенок имеет свое лечебное действие. Например, красно – оранжевый цвет воздействует на биение сердца, увеличивает частоту сердечного ритма и оказывает возбуждающее действие на человека, а темно – синий, наоборот, успокаивает и умиротворяет.

На своих занятиях ярким примером является изучение декоративно-прикладного искусства(промыслы)

Нетрадиционные техники рисования

Монотипия

Монотипия представляет собой особую технику рисования, которая доступна для использования всем людям, независимо от их способностей. Считается, что ее изобретателем стал художник итальянского происхождения - Джованни Кастильоне, живший в XVII веке, а распространение получила только в конце XIX века. Монотипия выполняется путем нанесения красок на гладкую поверхность. В качестве материала, который будет наноситься, можно использовать акварельный (для получения одноцветного рисунка) и масляный краски (для многоцветного). Для того чтобы разнообразить рисунок, можно применить различные способы нанесения мазков. Полученный рисунок дополняется различными средствами и приемами, среди которых стоит отметить обведение контуров черной и белой краской. Эта техника арт-терапии в психиатрии прекрасно подойдет для работы с детьми, так как она помогает им выразить свои эмоции.

Рисование по мокрой бумаге

До недавних пор считалось, что рисовать можно только на сухой бумаге, ведь краска достаточно разбавлена водой. Но существует целый ряд предметов, сюжетов, образов, которые лучше рисовать на влажной бумаге. Нужна неясность, расплывчатость, например если ребенок хочет изобразить следующие темы: "Город в тумане", "Идет дождь", "Ночной город", "Цветы " и т.д. Нужно научить ребёнка сделать бумагу немного влажной. Если будет бумага излишне мокрой - рисунка может не получиться. Поэтому рекомендуется намочить в чистой воде комочек ваты, отжать ее и провести или по всему листу бумаги, или (если так требуется) только по отдельной части. И бумага готова к производству неясных образов.

Рисование смятой бумагой или пакетом

Для этого берутся небольшие кусочки бумаги, сминаются в шарики. Затем бумага окунается в краску нужного цвета и примакиванием наносится рисунок на лист бумаги. Для каждого другого цвета нужен отдельный комок бумаги. Чем мельче изображение, тем меньше кусочек бумаги для сминания нужен. Эта техника интересна детям тем, что кроме того, что результат работы всегда положительный, рисунок получается интересный, а так же сам процесс сминания бумаги доставляет детям не меньшее удовольствие и развивает мелкую моторику. Так же можно использовать и полиэтиленовый кулек.

Рисование кусочками поролона

Почему-то мы все склонны думать, что , если рисуем красками, то обязательно и кисточкой. На помощь может прийти поролон. Можно разрезать его на кусочки. Теперь его можно обмакнуть в краску и методом штампов рисовать красивые волны, крону деревьев,

Граттаж

Это способ выделения рисунка путем процарапывания пером или острым инструментом бумаги или картона, залитых тушью. Слово "Граттаж" произошло от французского gratter - скрести, царапать, поэтому другое название техники - техника царапанья. Начинающие работают обычно так: плотную бумагу покрывают толстым слоем воска или парафина. Можно равномерно растереть по бумаге свечку. Затем широкой кистью, губкой или тампоном из ваты наносят на поверхность слой туши. Когда тушь высохнет, острым предметом - скребком, ножом, вязальной спицей - процарапывают рисунок, образуя на черном фоне тонкие белые штрихи.

Разновидность граттажа – пластилиновый граттаж. На плотный лист бумаги наносится тонкий слой пластилина и процарапывается острой палочкой рисунок.

Приемом тычок

Результаты этой технологии напоминают рисование мятой бумагой. Только для этой техники нужна жесткая кисть «щетина». Кисть должна быть сухой. Она обмакивается в разведенную гуашь и тычками наносится рисунок на лист бумаги, при этом кисть «смотрит в потолок»

Рисование через марлю

На лист бумаги накладывается смоченная марля и на нее гуашью наносится рисунок. Когда краска чуть подсохнет, марлю снимают. Детали прорисовывают тонкой кистью. в результате получаются образы пушистых животных, живописные пейзажи.

Мыльными пузырями

Добавить в воду шампунь или мыло, отжать в ней губку для образования густой пены. Затем собрать губкой пену на стекло, добавить краску, сверху положить лист бумаги. Разгладить его и поднять. Фон готов.

10 простых упражнений по арт-терапии для релаксации

Чтобы расслабиться, снять стресс и усталость можно воспользоваться легкими упражнениями по рисованию.

1. Нарисуйте свои хорошие черты характера;
2. Изобразите себя в виде животного;
3. Сделайте контур своей руки (ладони с пальцами) и создайте внутри уникальные рисунки;
4. Нарисуйте свое детское воспоминание;
5. Изобразите свой собственный герб;
6. Сделайте рисунок-абстракцию своих положительных моментов в жизни;
7. Разукрасьте камень или кирпич;
8. Соберите коллаж из листьев, палочек (приклейте их к бумаге) и дорисуйте фон, изображения вокруг них;
9. Создайте собственную интерпретацию известной картины;
10. Рисуйте свои мечты.

Индивидуальная арт-терапия

Для этой формы арт-психотерапевтической работы характерно то, что учащиеся обращаются за помощью во время занятия к педагогу, а затем в его же присутствии выполняет творческие задания. Педагог, к примеру, может дать задание нарисовать что-то на конкретную тему и в определенной технике, последовательно создать целостный художественный образ. В большинстве случаев продолжительность одной сессии составляет от 45 минут до 2 часов.

Групповая арт-терапия

В случае с групповой арт-терапией набирается целая психотерапевтическая группа. Процесс терапии может быть организован в двух форматах:

закрытая группа, состав участников в которой является постоянным;
открытая группа, где допускается участие новых людей.

Что касается длительности одного занятия, то по длительности оно проходит 1ч.-20мин. Групповые занятия способствуют погружению каждого участника в уникальную атмосферу, где все относится друг к другу бережно и с уважением, могут спокойно и свободно выражать свои чувства и обсуждать их, импровизировать и творить, создавая индивидуальные, парные или групповые арт-объекты.

Обычно как до, так и после выполнения заданий участники сообща обсуждают предстоящую работу.

Стоит ли практиковать арт-терапию

Характерный признак и основное отличие арт-терапии от любой другой психотерапевтической методики состоит в ее абсолютной безвредности и бережном воздействии на учащихся.

Принести какой бы то ни было вред с помощью творчества невозможно, в особенности, если к делу подключается профессионал.

Помимо этого, арт-терапия обращается к подсознанию детей, помогает им добраться до скрытых глубоко внутри характеристик и ресурсов, способствует развитию креативности и образного мышления, позволяет отвлечься от повседневных забот и получать удовольствие от процесса творчества.

Занятия творчеством, тем более, если они носят систематический характер, дают детям возможность пережить новый положительный опыт и накопить его.

Арт-терапия помогает решать множество задач и проблем, среди которых и возрастные, и личностные проблемы, и конфликты, и потери, и разного рода кризисы.

Также развиваются у детей графомоторные навыки, которые включают в себя;

Развитие мелкой мускулатуры пальцев (упражнения на развитие силы пальцев и быстроты их движений).

Зрительный анализ и синтез(упражнения на определение правых и левых частей тела, задания на ориентировку в пространстве по отношению к предметам, задания с условиями по выбору нужных направлений

Занятия проводится два раза в неделю.

Возраст	Количество детей в группе	Время занятий
7-8	10	1ч.-20 минут
12-13	12	1 ч.--20 минут

Критерии оценки овладения детьми изобразительной деятельностью и развития их творчества (Т.С.Комарова)

АНАЛИЗ ПРОДУКТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. Форма:

- **3 балла** – передана точно, части предмета расположены, верно, пропорции соблюдаются, чётко передано движение;
- **2 балла** – есть незначительные искажения, движения передано неопределённо;
- **1 балл** – искажения значительные, форма не удалась, части предмета расположены неверно, пропорции переданы неверно, изображение статическое.

2. Композиция:

- **3 балла** – расположение по всему листу, соблюдается пропорциональность в изображении разных предметов;
- **2 балла** на полосе листа; в соотношении по величине есть незначительные искажения;
- **1 балл** – композиция не продумана, носит случайный характер; пропорциональность предметов передана неверно.

3. Цвет:

- **3 балла** – передан реальный цвет предмета, цветовая гамма разнообразна;
- **2 балла** - есть отступления от реальной окраски, преобладание нескольких цветов и оттенков,
- **1 балл** – цвет передан неверно, безразличие к цвету, изображение выполнено в одном цвете.

4. Ассоциативное восприятие пятна:

- **3 балла** – самостоятельно перерабатывает пятно, линию в реальные и фантастические образы;
- **2 балла** – справляется при помощи взрослого;
- **1 балл** – не видит образов в пятне и линиях.

АНАЛИЗ ПРОЦЕССА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

1. *Изобразительные навыки*: 3 балла – легко усваивает новые техники, владеет навыками действия изобразительными материалами; 2 балла – испытывает затруднения при действиях с изобразительными материалами; 1 балл – рисует однотипно, материал использует неосознанно.
2. *Регуляция деятельности*: 3 балла – адекватно реагирует на замечания взрослого и критично оценивает свою работу; 2 балла – эмоционально реагирует на оценку взрослого, неадекватен при самооценке (завышена, занижена), заинтересован процессом деятельности; 1 балл – безразличен к оценке взрослого, самооценка отсутствует; заинтересован (равнодушен) продуктом собственной деятельности.
3. *Уровень самостоятельности, творчества*: 3 балла – выполняет задания самостоятельно, в случае необходимости обращается с вопросами, самостоятельность замысла, оригинальность изображения; 2 балла – требуется незначительная помощь, с вопросами обращается редко, оригинальность изображения, стремление к наиболее полному раскрытию замысла; 1 балл – необходима поддержка и стимуляция деятельности со стороны взрослого, сам с вопросами к взрослому не обращается, не инициативен, не стремится к полному раскрытию замысла.

Шкала уровней: 0 – 8 – низкий уровень; 9 - 16 – средний уровень; 17 – 21 – высокий уровень.

ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ

Общие показатели развития детского творчества:

- компетентность (эстетическая компетентность);
- творческая активность;
- эмоциональность (возникновение умных эмоций);
- креативность (творческость)
- производительность и свобода поведения;
- инициативность;
- самостоятельность и ответственность;
- способность к самооценке.

Специфические показатели развития детского творчества в продуктивных видах деятельности:

1. Субъективная новизна, оригинальность и вариативность как способов развития творчества.
2. Нахождение адекватных выразительных средств для создания художественного образа.
3. Большая динамика малого опыта, склонность к экспериментированию с художественными материалами и инструментами.
4. Индивидуальный «почерк» детской продукции.
5. Самостоятельность при выборе темы, сюжета, композиции, художественных материалов и средств художественно-образной выразительности.
6. Общая ручная умелость.

Ожидаемый результат

1. Значительное повышение уровня развития творческих способностей.
2. Расширение и обогащение художественного опыта.
3. Формирование предпосылок учебной деятельности (самоконтроль, самооценка, обобщенные способы действия) и умения взаимодействовать друг с другом.
4. Овладение простейшими операциями (резать, сминать, надрезать, плести и т.п.).
5. Сформируются навыки трудовой деятельности





