

«Нетрадиционное рисование как одна из форм арт-терапии»



*«То, что является творческим, зачастую
терапевтично, то, что терапевтично,
часто представляет творческий процесс»*

Карл Роджерс

Сегодня в дошкольных учреждениях уделяется большое внимание здоровьесберегающим технологиям, которые направлены на решение самой главной задачи дошкольного образования – сохранить, поддержать и обогатить здоровье детей.

Одной из современных коррекционных технологий является арт-терапия.

Арт-терапия – не просто красивое и модное слово, а прежде всего, это современный метод положительного психологического воздействия.

Детская арт-терапия – это эффективный способ психологической помощи, основанный на творчестве и игре. Другими словами, это – лечение творчеством.

Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности ребенка через развитие способности самовыражения и самопознания. Арт-терапия предлагает ребенку выразить свои эмоции, чувства с помощью продуктивных видов деятельности, одним из которых является нетрадиционное рисование.

Рисование в целом, и в особенности нетрадиционное, прекрасный способ выразить свои чувства, надежды, страхи, сомнения и конфликты. Причем происходит это на бессознательном уровне.

Так, нетрадиционная техника «Марание» (рисование ладошками, ножками, пальчиками, кулачками) дословно обозначает «пачкать, грязнить». 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. Далеко не все дети старшего возраста по собственной инициативе переходят на такое рисование. 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 таких детей «игры с грязью» служат профилактикой и коррекцией тревожности, социальных страхов, подавленности.

Краски помогают более открыто проявлять разнообразные эмоции. Их можно облечь в привлекательную для детей форму: можно замазывать краской вход в пещеру; брызгами,

пятнами, разнообразными линиями создавать города, явления природы, сказочных существ; закрасивать цветными мелками собственный силуэт, нарисованный на полу, что позволяет ребенку без опасений удовлетворить деструктивные влечения.

Такой известный способ рисования, как «Кляксография» способствует развитию воображения, развивает правильное дыхание, а в терапевтических целях используется при повышенной возбудимости.

«Монотипия» - базовая графическая техника, не только развивает тактильные ощущения, воображение, но и снимает мышечное напряжение.

Акварисование (эбру) – технология рисования по поверхности воды - помогает не только развитию детской фантазии и воображения, но и оказывает удивительный успокоительный эффект.

Нетрадиционных техник рисования – великое множество, и каждая из них несет в себе терапевтический эффект. Каждый рисунок ребенка уникален. Каждая новая работа – это естественный способ рассказа о себе, о своих чувствах и мыслях в текущий момент времени, а также о своем опыте и переживаниях. Помимо этого, представленный метод арт-терапии является хорошим способом социальной адаптации, поскольку использует средства невербального общения. Это очень важно для детей, которым сложно выразить свои мысли в словах.

Таким образом, рисование широко используется в терапевтических и психокоррекционных целях: для снятия психического напряжения, стрессовых состояний, при психологической коррекции неврозов и страхов.

Рисуйте с детьми!

Дайте им возможность выразить себя, сделать то, что в обычной жизни им строго запрещено. И тогда излишняя демонстративность, негативизм, агрессия уступят место инициативности и творчеству.

Список использованной литературы

1. Казакова Р. Г., Сайганова Т. И., Седова Е. М. «Рисование с детьми дошкольного возраста. Нетрадиционные техники, планирование, конспекты занятий». – М.: «ГЦ Сфера», 2006.
2. Киселева, М.В. Арттерапия в работе с детьми: руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми / М.В. Киселева. – СПб.: Речь, 2007. – 160 с.
3. Медведева Е.А., Левченко И.Ю., Комиссарова Л.И., Добровольская Г.А. «Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании» М. – 2001.