Основные направления в работе по арт-терапии

Арт-терапией называют использование самых разных видов искусства в лечебно-профилактических и коррекционных целях. «Арт-терапия» дословно переводится как «лечение искусством». Это особая форма психотерапии, основанная на творчестве. В ход могут идти привычные малышам лепка, рисование, аппликация.

Разные методики арт-терапии используются для диагностики психического развития и эмоционального состояния ребенка, и для лечения заболеваний. Материалы и пособия различны: аудиозаписи, графика, живопись, фотография, скульптура, пластилин, тесто, глина, а также песок и вода.

Занятия творчеством помогают малышу гармонизировать видение окружающей его природы, цивилизации, человеческого общества. Дело в том, что в процессе творчества активно задействуется правое, «творческое» полушарие мозга, в то время как современная цивилизация в основном задействует левое, «логическое».

Все методики арт-терапии щадящи для ребенка. Арт-терапевт аккуратно и издалека настроит малыша на диалог, постепенно, через творчество, сформирует мостик доверия, и ребенку проще будет рассказать о том, что его тревожит, а также пережить проблему.

Рисование – самый распространенный вид арт – терапии. Это естественное для всех малышей занятие помогает точно определить состояние ребенка, а также помочь ему справиться со многими комплексами и страхами. Изотерапия – самый изученный метод, он дает больше всего возможностей для психоанализа. Определенные фигуры, изображенные ребенком, цвета, которые он использует для своей картины, - все это показывает насколько малыш напряжен, что его тревожит, какие переживания он не может высказать словами. А потом, после обсуждения картин с психологом, постепенно вносит коррективы в свое творчество.

 Детям очень нравится макать пальцы в краску и смотреть, какие веселые разноцветные отпечатки остаются на бумаге. Эта методика называется – рисование пальчиковыми красками.

Так же в арт-терапии применяется лепка. Она развивает мелкую моторику, внимательность, наблюдательность и усидчивость, а под руководством психолога помогает корректировать многие заболевания и поведенческие отклонения, например снимает излишнюю «моторность», структурирует энергию ребенка, направляет ее в правильное творческое русло. Арт-терапия – прекрасный путь установить правильные отношения с миром.