

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТ-  
ТЕРАПИИ КАК ОДНОГО ИЗ  
СПОСОБОВ  
ГАРМОНИЗАЦИИ  
ВНУТРЕННЕГО МИРА  
РЕБЁНКА С  
ОКРУЖАЮЩЕЙ  
ДЕЙСТВИТЕЛЬНОСТЬЮ

Стажировочная площадка на базе  
МБОУ СОШ №5 Карасукского района

# ЦЕЛЬ СТАЖИРОВОЧНОЙ ПЛОЩАДКИ:

повышение профессиональных  
компетенций  
участников-стажёров по вопросам  
обучения и воспитания  
обучающихся с ОВЗ

## ЗАДАЧИ СП:

- 1) Обучить специалистов образования на практике применять эффективные методы арт - терапии на учебных и внеурочных занятиях с обучающимися с ОВЗ.
- 2) Оказать помощь специалистам в проектировании урока в инклюзивном классе с использованием методов арт-терапии.

«Ум ребёнка находится на  
кончиках его пальцев»

*В.А. Сухомлинский*

# АРТ-ТЕРАПИЯ — ЭТО ЛЕЧЕНИЕ ИСКУССТВОМ, ТВОРЧЕСТВОМ. ( А. ХИЛЛ).

Она решает следующие задачи:

- 1) Пробуждает жизненные силы, активизирует внутренние ресурсы, в том числе память и работоспособность.
- 2) Создает новые мотивы, установки, закрепляя их в реальной жизни с помощью произведений искусства.
- 3) Развивает познавательную и эмоциональную сферы, творческие способности. Компенсирует недостающие возможности.
- 4) Помогает формировать навыки межличностной коммуникации. Налаживает внутреннюю целостность и общение с самим собой.
- 5) Оптимизирует личностные качества. Обеспечивает социальную адаптацию. В целом помогает достойно жить.

# ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ АРТ-ТЕРАПИИ:

**Цель:** гармонизация развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

## Задачи:

- Расширять эмоциональный опыт;
- Снижать импульсивность, тревогу, агрессию детей;
- Снижать эмоциональное и мышечное напряжение;
- Совершенствовать коммуникативные навыки и творческие способности;
- Воспитывать межличностное доверие и групповое сотрудничество;
- Развивать познавательные процессы;
- Развивать чувственный аппарат на основе сенсорных эталонов.

- Методы арт терапии в коррекционной работе позволяют получить следующие позитивные результаты:
  1. Обеспечивает эффективное эмоциональное реагирование, придает ему (даже в случае агрессивного проявления) социально приемлемые, допустимые формы.
  2. Облегчает процесс коммуникации для замкнутых, стеснительных или слабоориентированных на общение обучающихся.
  3. Дает возможность невербального контакта (опосредованного продуктом арттерапии), способствует преодолению коммуникативных барьеров и психологических защит.
  4. Создает благоприятные условия для развития произвольности и способности к саморегуляции. Эти условия обеспечиваются за счет того, что изобразительная деятельность требует планирования и регуляции деятельности на пути достижения целей.
  5. Оказывает дополнительное влияние на осознание обучающимися своих чувств, переживаний и эмоциональных состояний, создает предпосылки для регуляции эмоциональных состояний и реакций.
  6. Существенно повышает личностную ценность, содействует формированию позитивной "Я-концепции" и повышению уверенности в себе за счет социального признания ценности продукта, созданного обучающимся.

# МЕТОДИКИ И ФОРМЫ АРТ-ТЕРАПИИ ДЕЛЯТСЯ НА:

- 1) Вспомогательные
- 2) Лечебные
- 3) Активные
- 4) Пассивные
- 5) Групповые
- 6) Индивидуальные

## ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ:

- психодрама,
- художественно-творческая деятельность (изотерапия, музыкотерапия, работа с глиной, песочная терапия, маскотерапия.),
- библиотерапия.

## ЛЕЧЕБНЫЕ:

- сказкотерапия,
- игротерапия,
- цветотерапия.

## АКТИВНЫЕ:

- самостоятельное творчество по созданию творческого продукта;

-самостоятельное творчество на основе использования существующих произведений искусств.

Это может быть рисование, лепка, работа с песком, пение, танец. Все эти занятия развивают творческие способности, творческую активность, воображение, речь, мелкую моторику, эстетическое чувство.

Активные виды деятельности укрепляют физически, активизируя хорошо функционирующие, здоровые системы организма ребенка.

## ПАССИВНЫЕ:

- анализ и интерпретация ребенком произведений искусства.

## Основные виды арт-терапии

- ✓ **изотерапия** (рисуночная терапия) – работа с рисунком и цветом;
- ✓ **библиотерапия** - творческое чтение произведений;
- ✓ **музыкотерапия** - воздействие через восприятие музыки;
- ✓ **имаготерапия** - воздействие образом, театрализация;
- ✓ **сказкотерапия** - воздействие посредством сказки, притчи, легенды;
- ✓ **кинезитерапия** - танцевально-двигательная терапия;
- ✓ **драматерапия** - разыгрывание какого либо сюжета;
- ✓ **игровая терапия** - основана на использовании ролевой игры;
- ✓ **куклотерапия** - основан на процессах идентификации ребенка с любимым героем мультфильма, сказки и с любимой игрушкой;
- ✓ **коррекционная ритмика** - вид активной музыкальной терапии и кинезитерапии;



**МУЗЫКОТЕРАПИЯ- ЭТО СИСТЕМА  
ПСИХОМАТИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ ЗДОРОВЬЯ ЧЕЛОВЕКА С  
ПОМОЩЬЮ МУЗЫКАЛЬНО-АКУСТИЧЕСКИХ ВОЗДЕЙСТВИЙ.**

**При использовании музыкотерапии  
происходит:**

- эмоциональная активизация ребенка – он получает заряд положительных эмоций;
- ребенок развивает навыки и способности к общению в совместной деятельности с родителями или друзьями;
- происходит регуляция эмоционального фона, настроения и самочувствия ребенка;
- формирование чувства прекрасного.

- Музыкотерапия – это метод, использующий музыку в качестве средства коррекции эмоциональных отклонений, страхов, двигательных и речевых расстройств, отклонений в поведении, при коммуникативных затруднениях, а также для лечения различных соматических и психосоматических заболеваний.
- Слово «музыка» происходит от греческого корня (мюзе). Специалисты по мифологии говорят, что девять муз, небесных сестер, правящих пением, поэзией, искусствами и наукой, были рождены от Зевса и Мнемозины, богини памяти; таким образом, музыка – это дитя естественной любви, обладающая грацией, красотой и необычными целебными свойствами, которые неразрывно и изначально связаны с божественным порядком и памятью о нашей сути и судьбе.
- Терапия – в переводе с греческого «лечение».
- Таким образом, термин «музыкотерапия» обозначает использование музыки в целях восстановления и укрепления здоровья.

- ◉ *Музыка обладает магической силой и может усмирить дикаря, смягчить камень или согнуть кряжистый дуб.*

*У. Конгрив, британский драматург, XVII век*

# ВОКАЛОТЕРАПИЯ – ЛЕЧЕНИЕ ПЕНИЕМ.

- ◎ *Психологи утверждают, что лучший способ повысить качество своей жизни – просто начать радоваться ей.*
- ◎ Методы **ВОКАЛОТЕРАПИИ** активно используются во всем мире *для лечения и профилактики как физических, так и психических расстройств*: неврозов, фобий (навязчивые, болезненные страхи перед чем-либо), депрессии.

# ТАНЦЕТЕРАПИЯ

- это уникальный вид психотерапии, который берет свое начало в танцевальном искусстве. В ее основе лежит связь между психикой и телом. Если укреплять и развивать эту связь, то состояние души и психики будет более здоровым. Во время танца можно распознать, пережить и выразить разные чувства и эмоции. В процессе танцедвигательной терапии возможно улучшить свои коммуникативные способности и наладить общение.

- Помимо физической активности, танцы также являются социальной деятельностью. Танцы могут помочь детям улучшить свои социальные и коммуникативные навыки: научиться работать в команде, развивать чувство доверия и сотрудничества и заводить новых друзей. Если ваш ребенок застенчив, занятие танцами может побудить его общаться с другим детьми своего возраста и помочь уменьшить беспокойство по поводу новых людей или мест. Танец также может помочь облегчить страхи, связанные с выступлением перед аудиторией.

# КИНЕЗИТЕРАПИЯ

Это активная музыкотерапия предполагает активное включение ребенка в музыкотерапевтический процесс посредством пения или вокалотерапии, движения или танцетерапии, а так же игры на музыкальных инструментах - инструментальная музыкотерапия.

# ИМАГОТЕРАПИЯ

- **Имаготерапия** (от лат. *imago* — образ) занимает особое место среди видов арт-терапии. Ее основой является театрализация психотерапевтического процесса. Имаготерапия опирается на теоретические положения об образе, а также о единстве личности и образа.
- По своей организации имаготерапия может проводиться в разных формах:
  - индивидуальной
  - групповой

# *Куклотерапия* - ОДИН ИЗ ВИДОВ ИМАГОТЕРАПИИ

- Основана на идентификации с образом любимого героя (сказки, мультфильма, игрушки)  
Используется при нарушениях поведения,
- при страхах,
- при нарушении коммуникативной сферы



- Куклотерапия используется в работе с детьми и основана на перевоплощении ребёнка в образ любимого героя (сказки, мультфильма, игрушки)



# ПСИХОДРАМА

- ◉ дети играют не готовые роли, а импровизируют под руководством педагога
- ◉ Либропсихотерапия – лечебное чтение, библиотерапия – лечение через книгу (специально подобранные произведения)

# СКАЗКОТЕРАПИЯ

В основе ее лежат сказки с различным смыслом.

С помощью сказкотерапии можно оказать помощь детям с различными психологическими проблемами (агрессивным, пассивным, неуверенным, застенчивым, с проблемами принятия своих чувств).

Сказка позволяет детям раздвигать рамки их обычной жизни, переживать сложные явления и чувств, в доступной форме постигать эмоциональный мир чувств и переживаний.



# **«СКАЗКА – ЭТО ТО ЗОЛОТО, ЧТО БЛЕСТИТ ОГОНЬКОМ В ДЕТСКИХ ГЛАЗАХ» — ХАНС КРИСТИАН АНДЕРСЕН**

## ◎ Виды терапевтических сказок:

### • Дидактическая сказка:

В ней ребёнок узнает об обычных окружающих его вещах, предметах, людях (семья, дом, животное, дерево, солнце), а также об общих правилах поведения. В таких сказках обычно содержатся ещё и задания, которые помогают закрепить полученную информацию на практике. Такие сказки могут иметь разный формат – рассказ в книге, мультфильм, игра – и обычно они вызывают у детей живой интерес, отвлекая от рутинных занятий.

- **Медитативная сказка**

- ⊙ Особый вид сказок, который помогает ребёнку погрузиться внутрь себя, обратиться к своему подсознанию через яркие визуальные образы и погружение в сказочный процесс. Такие сказки лучше всего рассказывать перед сном или в специально созданных условиях. Можно включить расслабляющую музыку, попросить ребёнка закрыть глаза, убрать яркое освещение.

- **Сказка для гиперактивных детей**

- ⊙ Из названия понятно, что эти сказки предназначены для слишком активных детей или детей с синдромом дефицита внимания. Они помогают малышу сконцентрироваться, учиться контролировать своё поведение, нормализовать эмоциональное состояние, стать спокойнее.

- **Психологическая сказка**
- ◎ Психологические сказки служат для развития личности ребёнка, формирования различных позитивных моделей поведения.
  - **Художественная сказка**
- ◎ Такие сказки учат детей морально-этическим принципам, знакомят их с традициями народа.
  - **Диагностическая сказка**
- ◎ Диагностическая сказка помогает скорее взрослому, чем ребёнку, потому что позволяет определить тип личности малыша, особенности его характера и отношения к миру.

- Логопедическая сказка

- ⊙ Подходят для детей с тяжёлыми нарушениями речи и в основном воспроизводятся в виде простых и познавательных игр. Логопедические сказки помогают устанавливать причинно-следственные связи и усваивать социальные нормы, принятые в обществе.

- Сказка для детей с интеллектуальной недостаточностью

- ⊙ Здесь тоже почти всегда используется формат игры. Эти сказки помогают развивать творческое мышление, учиться визуализировать и создавать образы, устанавливать причинно-следственные связи, общаться на вербальном языке, развивать чувство юмора.

# ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ

## Возможности песочной терапии:

- Расслабление и успокоение;
- Самовыражение и развитие творческих способностей;
- Возможность высказать свои чувства;
- Развитие мелкой моторики, фантазии, развитие речи ребенка;
- Диагностика проблем ребенка;
- Мягкая психокоррекция.



- ◎ Занятия песочной терапией являются очень полезными для детей с ОВЗ, так как, зачастую у таких детей происходит задержка речи, психического развития, когнитивных способностей, часто наблюдаются нарушения эмоционально-волевой сферы. У детей могут развиваться различные психологические проблемы, «комплексы». Прежде всего, это неуверенность в себе, что может привести к социальной дезадаптации (ребенок замыкается в себе, становится грубым, раздражительным, начинает избегать сверстников).

- В основу песочной терапии с детьми с ОВЗ положены представления о тесной взаимосвязи между мелкой моторикой и развитием полушарий головного мозга. При любом взаимодействии с песком, используются обе руки, порой одновременно, благодаря чему идет благотворное влияние на развитие правого и левого полушария, а так же их взаимодействия. У детей улучшается эмоциональное состояние, активно развивается мелкая моторика: ведь каждый элемент рисуется определенным пальчиком определенной руки, а маленькие фигуры побуждают детей задействовать полностью всю кисть руки: и ладонь, и пальцы. Ребенок учится владеть своими руками, успокаивается, тренирует внимание, воображение, в результате чего укрепляется его нервная система.

# ДОСТОИНСТВА ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ:

- Позволяет снять контроль сознания;
- Освобождает творческий потенциал и внутренние чувства;
- Позволяет проработать психотравмирующие ситуации;
- Обеспечивает непосредственно игру, где нет никакого правильного или неправильного пути;
- Является непосредственно творческим языком для детей и обеспечивает регресс для более старших;
- Не имеет ограничений для использования с детьми разных возрастов и имеющих разный интеллектуальный статус;
- Возможность перейти из роли пострадавшего в роли созидателя.

# ИЗОТЕРАПИЯ

Терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием. Изобразительное творчество позволяет ребенку ощутить и понять самого себя; выразить свободно мысли и чувства, мечты и надежды; быть самим собой.

**Изотерапия дает возможность:**

- выход внутренним конфликтам;
- помогает понять собственные чувства и переживания;
- способствует повышению самооценки;
- помогает в развитии творческих спосо



"Рука – своего рода  
внешний мозг".

**И.Кант**

"Ум ребенка находится  
на кончиках его пальцев".

**В.А.Сухомлинский**

Аристотель отмечал: занятие рисованием способствует  
разностороннему развитию ребенка.

Об этом писали выдающиеся педагоги Я.А. Коменский,  
И.Г.Песталоцци, Ф.В. Фрёбель".

Учеными доказано, что течение мыслей и зрительное  
восприятие у детей, пропорционально скорости движения  
руки.



1. Устал — рисуй цветы.
2. Злой — рисуй линии.
3. Болит — лепи.
4. Скучно — заполни листок бумаги разными цветами.
5. Грустно — рисуй радугу.



# ПРИЕМЫ ИЗОТЕРАПИИ:

- Марания



# ПРИЕМЫ ИЗОТЕРАПИИ:

- Рисование пальцами, ладошками.



# ПРИЕМЫ ИЗОТЕРАПИИ:

- Рисование по мокрому листу



# ПРИЕМЫ ИЗОТЕРАПИИ:

Рисование сухими листьями,  
сыпучими материалами и  
продуктами



# ТЕХНИКА КАРАКУЛЕЙ



- 1. «Мандала» – это рисование в круге.
- 2. Направленная визуализация – позволяет направить воображение ребенка или взрослого человека в нужное русло.
- 3. Техника пластики настроения – подразумевает работу с использованием мягких материалов (пластилин, глина, солёное тесто). Эта техника помогает снять напряжение, снижает чувство тревоги.
- 4. Работа с песком – прекрасно подходит для агрессивных людей.
- 5. Рисование на стекле – проводится в парах, что помогает развитию навыков общения.
- 6. Фотоколлаж, аппликации – снимает напряжение в мышцах, развивает абстрактное мышление.
- 7. Пальчиковое рисование – это замечательная профилактика против тревожности, социальных страхов, снятие напряжения. Благодаря необычному способу рисования у детей возникает широкий эмоциональный диапазон, что важно при арт-терапии.
- 8. «Музыкальное» рисование – пациентам предлагается, прослушав музыку, нарисовать её. Прослушивание музыкальных произведений благотворно влияет на мозговые процессы, положительно влияет на нервную систему. А задача изобразить мелодию на бумаге прекрасно помогает развитию абстрактного мышления.

- Каким детям может понадобиться коррекция арт-терапией
- 1. С повышенной тревожностью.
- 2. С агрессивной формой поведения.
- 3. Неуверенным в себе, зажатым детям.
- 4. детям с частой сменой настроения.
- 5. Тем, у кого нездоровый психологический климат в семье.
- 6. Детям, находящимся в состоянии, близком к депрессивному.

○ Каким образом происходит коррекция психо-эмоциональных состояний?

- 1. Помогает выразить негативные эмоции.
- 2. Снизить уровень тревожности.
- 3. Преодолеть страхи.
- 4. Развивает творческие способности ребёнка.
- 5. Способствует нормализации отношений с окружающими.

Неоднократно доказано, что коррекция арт-терапией помогает добиться положительной динамики при работе с детьми с особыми потребностями в образовании. Потому что у этих детей имеется нестабильность эмоционально-волевой сферы. Не все школьники идут на контакт с психологом, поэтому лечение искусством – идеальный способ коррекции поведения.

- Подводя итог, можно сделать вывод о том, что
- 1. В арт-терапии активно используется цветовая палитра, помогающая педагогу правильно формировать личность, страдающую ЗПР;
- 2. Символический язык рисунка представляет собой связь учитель-обучаемый;
- 3. Арт-терапия развивает эмпатические качества: сострадание, сопереживание, доброту;
- 4. «Язык цвета» является средством самопонимания в восприятии и самовыражении

Занятия с использованием арт-терапевтических техник и приёмов изображения не утомляют детей с ОВЗ, у них сохраняется высокая активность, работоспособность на протяжении всего времени, отведенного на выполнение задания. Применение нетрадиционных техник позволяет осуществлять индивидуальный подход к детям с ОВЗ, учитывать их желания, интерес.

Использование арт-терапевтических методов и приёмов в поддержании и развитии детей с ОВЗ, нормализует их эмоциональное состояние, развивает коммуникативные навыки и волевые качества, что существенно повышает социальную адаптацию и облегчает интеграцию в общество. Это является исключительно важным для всех детей.