

Мастер класс: «Приемы арт-терапии в работе с детьми ОВЗ».

Цель: повышение профессионального мастерства педагогов посредством использования приемов арт – терапии в своей педагогической деятельности.

Задачи:

1. Вспомнить разные приемы арт –терапии, которые можно использовать в своей деятельности;
2. Познакомить с новым приемом арт-терапии;
3. Создать положительный эмоциональный климат у участников **используя приемы арт -терапии.**

Оборудование: чистые листы а4, цветные карандаши и мелки, гелиевые ручки, проектор.

Ход работы:

Внутренний мир ребенка с проблемами в развитии сложен и многообразен. Как помочь таким детям увидеть, услышать, почувствовать окружающий их мир, полноценно, органично существовать и взаимодействовать в нем, познать свое «Я» и развиваться?

В настоящее время существует большое количество различных технологий, направленных на помощь детям с ОВЗ. Одной из таких технологий, несущей особые коррекционные и развивающие возможности, является арт-терапия.

Арт –терапия (от англ. –искусство+терапия) направление в психотерапии и психологической коррекции, основанное на применении для терапии искусства и творчества.

Цель арт-терапии не создать объект искусства, а работать с собственным Я, с внутренним миром человека. Она фокусируется не на результате, а на процессе. Вот почему не обязательно иметь творческие навыки, чтобы пойти на арт-терапию или стать педагогом-психологом, практикующим эту технику в своей работе.

Метод арт –терапии в коррекционной работе позволяет получить позитивные результаты:

-Обеспечивает эффективное эмоциональное реагирование, придает ему (даже в случае агрессивного проявления) социально приемлемые, допустимые формы.

-Облегчает процесс коммуникации для замкнутых, стеснительных или слабоориентированных на общение детей с ограниченными возможностями.

-Дает возможность невербального контакта (опосредованного продуктом арт-терапии), способствует преодолению коммуникативных барьеров и психологических защит.

-Создает благоприятные условия для развития произвольности и способности к саморегуляции.

-Оказывает дополнительное влияние на осознание ребенком своих чувств, переживаний и эмоциональных состояний, создает предпосылки для регуляции эмоциональных состояний и реакций.

-Существенно повышает личностную ценность, содействует формированию позитивной «Я-концепции» и повышению уверенности в себе за счет социального признания ценности продукта, созданного ребенком с ОВЗ.

С какими проблемами можно работать с помощью арт - терапии?

Повышение самооценки и уверенности в своих силах.

- Снижение уровня стресса.
- Преодоление депрессивных состояний и тревожных расстройств.
- Преодоление возрастных кризисов.
- Решение семейных конфликтов.
- Повышение навыков коммуникации.
- Самопознание (процессы, помогающие лучше понять свои жизненные цели, желания).
- Проработка психологических травм.
- Преодоление фобий.

Арт-терапевтические приемы:

-Изотерапия, позволяет оказывать воздействие на развитие ребенка посредством изобразительной деятельности. Здесь используются все виды изобразительности: рисование красками, карандашами, мелками, нетрадиционные техники рисования (геометрическими фигурами) лепка из пластилина и т.д. Изотерапия помогает обнаружить скрытые способности ребенка, избавляет его от различных страхов и внутренних конфликтов.

-Мандалотерапия, которая позволяет максимально реализовать творческие способности, не имеет ограничений или противопоказаний, является безопасным методом снятия напряжения. Это естественный путь исцеления, когда негативные эмоции преобразуются в позитивные.

-Игротерапия. Игра у ребенка является символическим языком для самовыражения. Манипулируя игрушками, ребенок может показать более адекватно, чем выразить в словах, как он относится к себе, к значимым взрослым, к событиям в своей жизни, к окружающим людям. Игра для детей является средством коммуникации.

-Цветотерапия - это способ корректировки психоэмоционального состояния ребенка при помощи определенных цветов.

-Сказкотерапия. Метод, использующий сказочную форму для развития творческих способностей, совершенствования взаимодействия с окружающим миром. Находясь в сказке, обучающийся взаимодействует со сказочными героями и, как в жизни, ищет пути решения проблем.

-Музыкотерапия – очень эффективна в коррекции нарушения общения. Контакт с помощью музыки ненавязчив, снимает страхи, напряжённость.

- **Танцетерапия** позволяет выразить свои и чувства и эмоции в свободном движении и импровизации под музыку.

-Песочная терапия– Игры с песком стабилизируют эмоциональное состояние ребенка, позволяют выразить душевные переживания. Дети рисуют свободно, не боясь ошибиться, потому что такие ошибки можно легко и многократно исправлять.

-**Драматерапия** — отыгрывание с помощью постановок негативных ситуаций, которые могут появляться в жизни детей.

-**Куклотерапия** — использование театра, пальчиковых кукол.

- **Фототерапия** — относительно новое направление, берет свое начало в 1970-х годах. Вызывает целую гамму эмоций, особенно у детей с ОВЗ.

-**МАК-терапия** — психотерапевтические сеансы с применением метафорических карт.

-**Кинезитерапия** – движение – лечение, реабилитационная методика.

А чтобы нам лучше познакомиться, предлагаю перейти к **технике «Визитка»**. Каждый участник оформляет собственную визитку, где указывается свое имя и схематическое изображение себя в виде любого образа: предмета, цветка, животного и т.д. Далее каждый участник коротко представляется, называет, что он изобразил и с чем это связано.

Знакомство с новой технологией **«Фрактальный рисунок»**.

Новая техника рисования (рисунок бессознания) с использованием цветных карандашей и мелков и глеевой ручки.

Рисунок является продолжением человека его малой частью, проекцией. И это маленькая часть отражает большое целое человека, его актуальное состояние.

На что направлен фрактальный рисунок:

-самовыражение и самопознание через творчество.

-расслабление и снятие эмоционального напряжения.

Чтобы исключить влияние сознательного на рисунок в момент рисования, предлагаю закрыть глаза и не отрывая руки от листа в течении 30-40 сек водить ручкой по листу, стараясь заполнить большую часть листа. Линии должны быть четкие и хорошо прочерченные. Скорость руки средняя без резких росчерков. Рисуем спокойно с большим количеством пересечений по горизонтале и вертикале выполняя круговые или какие другие геометрические формы. Рука должна двигаться спокойно сама по себе без какого –либо напряжения. Не изображаем знакомые фигуры (домики, цветочки и так далее).

Белый фон остается белым. Теперь посмотрите на свои рисунки. Каждый рисунок имеет свое очертание, у кого какие формы и изгибы преобладают.

Следующий шаг. Закрашиваем ячейки, так как подсказывает бессознательное. Предлагаю выбрать цвет с закрытыми глазами. Ячейки закрашивать ровно и аккуратно. Одновременно можно использовать мелки и карандаши.

Одним цветом можно закрасить либо одну ячейку, либо некоторое количество ячеек, но не более 10—15. В случае, когда в руки попадает карандаш одного и то же цвета, то хотя бы одну ячейку, но закрасить необходимо, после чего карандаш возвращается в общий набор. Рисунок является продолжением человека его малой частью, проекцией. И это маленькая часть отражает большое целое человека, его актуальное состояние.

Ключ к расшифровке фрактального рисунка.

Практическое использование:

-Ярко выраженные черты характера, индивидуальные качества, особенности поведения и состояния автора рисунка можно определить по следующим параметрам:

- характер линии;
- размер и конфигурация рисунка;
- размер и конфигурация ячеек;
- цветовая гамма рисунка,
- отдельные доминирующие цвета и оттенки.

Если рисунок содержит характерные особенности, которые занимают до 60—75% его площади, это указывает на то, что качества и черты характера автора, а также его состояние ярко выражены.

Особенности, занимающие 30—35% площади рисунка, указывают на средний показатель качеств и черт характера.

1. Анализ и расшифровка информации, содержащейся во фрактальном рисунке, начинается с линий

Сначала необходимо посмотреть и оценить качество линии, которой нарисован контур рисунка. Оценить, насколько линия плавная, насколько линия прочерченная, контрастная, толстая. Необходимо оценить скорость, с какой линия проведена. Определить: спокоен был человек в момент нанесения или находился в агрессивном состоянии.

Четко прочерченная линия — уверенный, твердый характер, целеустремленность и самостоятельность, аккуратность, исполнительность, обязательность.

Нажим при проведении линии не везде одинаковый — чаще всего это творческий человек с гибким характером, мечтатель, не всегда устойчивые эмоции, иногда проявляется неуверенность в себе.

Слабо прочерченные линии — болезненное состояние, комплексы, заметная неуверенность в себе.

Резкие, угловато прочерченные линии — эмоциональное напряжение, стрессовое состояние.

Линии с плавными переходами — гармоничное, стабильное состояние.

Расположение линий по концентрическому кругу, кругообразный повтор в рисунке — склонность к навязчивым состояниям, неврозам.

2. Размер и конфигурация рисунка

Маленький рисунок (не более 1/3 площади листа) — с одной стороны, комплексы и заниженная самооценка, с другой — склонность к эгоцентризму.

Средний размер (около 2/3 площади листа) и овальный периметр рисунка — чаще всего это показатель уравновешенного характера.

Большой рисунок (значительно больше 2/3 площади листа) с линиями, выходящими за пределы листа, — нестабильное эмоциональное состояние, в некоторых случаях неспособность к концентрации внимания.

Прямоугольная форма периметра рисунка — прямолинейный, зачастую сложный характер.

Конфигурация рисунка с причудливо выраженными "хвостиками" по его периметру — яркая индивидуальность, неординарность, в некоторых случаях нестабильность характера.

3. Ячейки. Конфигурация и размеры

Ячейки на фрактальном рисунке тоже несут в себе достаточный объем информации об его авторе. Когда линия многократно пересекается в пространстве, получается огромное количество ячеек разных размеров, конфигураций и пропорциональных соотношений. Они могут быть треугольные, петлеобразные, круглые, вытянутые и т. д. Ячейки могут раскрыть чрезвычайно любопытные подробности, а их совокупность дает четкую картину о человеке как личности.

Гармоническое сочетание размеров ячеек на всей площади рисунка (1/3 крупных, 1/3 средних, 1/3 маленьких) — говорит об уверенности в себе, целеустремленности, стабильности.

Большое количество крупных ячеек — добрая открытая натура.

Большое количество средних ячеек — исполнительность, аккуратность, педантизм, наличие аналитических способностей, склонность к точным наукам.

Большое количество мелких ячеек — закомплексованность, стремление к детализации, в некоторых случаях неуверенность в себе, но всегда аккуратность и старательность.

Плавные, округлые ячейки с небольшим числом геометрических форм — рассудительный спокойный характер, склонность к творчеству.

Большое количество геометрических форм — ярко выраженная склонность к анализу, скептицизм в оценках, прямолинейный авторитарный характер.

Резко прочерченные, угловатые, неровные ячейки — эмоциональная нестабильность, раздражение, стресс.

Примечание.

Внимательно проанализируйте геометрические формы ячеек:

а) заметное, количество ячеек геометрической формы, полученных просто пересечением линий, показывает наличие твердого характера и присутствие деловых качеств. Но при этом отмечается некоторый комплекс зависимости от настроения;

б) геометрические формы ячеек, прорисованные соответствующими движениями руки и заполняющие весь или большую часть рисунка, свидетельствуют о прямолинейном, консервативном типе характера, также этому человеку могут быть присущи такие черты, как целеустремленность и бескомпромиссность.

4. Пятна

Маленькие черные (точечными пятнами) ячейки — наличие качества "формирователя" событий (о чем человек думает, то и происходит).

Любое небольшое черное пятно — свидетельство начала изменения событий в настоящем времени.

Заметное количество средних пятен или большое пятно черного цвета — энергетический голод, обессточенность (нежеланный труд, работа вхолостую).

Большое локальное темное пятно — острая проблема личного характера.

5. Характерные цветовые акценты

Большие ячейки красного цвета — предрасположенность к навязчивым состояниям, тревожность.

Заметное количество красных пятен среднего размера — напряженность, неустойчивые эмоции.

Одна или несколько больших ячеек коричневого цвета — долго не решаемые проблемы межличностных отношений.

Большое количество оттенков зеленого цвета — природная способность организма к саморегуляции.

Одна или несколько крупных ячеек фиолетового цвета — тревожное состояние, агрессия, острый стресс.

6. Цвет

Чистый без пятен и помарок белый фон рисунка — высокая концентрация внимания, исполнительность, пунктуальность.

Случайно или намеренно не закрашенные ячейки белого цвета — говорят о значительной невостребованности природных особенностей.

О других цветах можно сказать следующее.

Желтый цвет:

Лимонно-желтый — цвет педагога, учителя.

Цыпляче-желтый — цвет "ретранслятора", передатчика информации, комментатора.

Зеленый цвет всех оттенков - цвет здоровой энергии, оптимальная способность сопротивляемости и самовосстановления организма, способности к целительству.

Синий цвет:

Голубой — цвет спокойной энергии.

Синий и темно-синий — цвет холодной равнодушной энергии.

Сиреневый — цвет сильной энергии.

Фиолетовый — цвет фонтанирующей энергии.

Фиолетовый — цвет мощной, неуправляемой энергии.

Красный цвет:

Розовый — цвет теплой энергии.

Алый, малиновый — цвет, сигнализирующий о наличии опасности, цвет тревоги.

Густой оттенок красного цвета, бордовый, вишневый - цвет силы, агрессивной энергии.

Оранжевый цвет — цвет жизненной, сексуальной энергии.

Коричневый цвет:

Светлые оттенки (золотистый, бежевый, охра, песочный) коричневого цвета — цвет чистой энергии, святой энергии.

Коричневый — цвет, определяющий наличие беды, глубоких переживаний, депрессии (в сочетании с другими темными цветами и оттенками)

Темно-коричневый — цвет, определяющий наличие беды, глубоких переживаний, депрессии (в сочетании с другими темными цветами и оттенками).

Серый цвет — цвет, определяющий наличие нестабильных энергий, в сочетании с другими темными цветами — пограничное состояние. В малом количестве этот цвет означает скорое изменение происходящих событий.

Черный цвет — цвет энергетической ямы, вакуума, пустоты, энергетического обесточивания.

Примечание.

В целом, говоря о цвете, необходимо отметить следующее:

а) темные оттенки цветов показывают наличие чрезмерных (порой приобретающих отрицательное значение) качеств энергетических функций цвета;

б) средняя насыщенность цвета — оптимальные качества по энергетическим функциям цвета;

в) светлые, прозрачные тона каждого цвета — резервные или мало проявленные качества по энергетическим функциям цвета.

Это краткое описание расшифровки фрактального рисунка. Для объективной оценки своего тестового рисунка выпишите его характерные особенности на лист, определите наиболее часто встречающиеся параметры. Строго следуйте инструкции ключа при трактовке результата.

В данном описании даны лишь краткие характеристики цветов. Однако, это тот параметр, который является основным в методике фрактального рисунка.

Как уже говорилось, **цвета, преобладающие во фрактальном рисунке, являются цветами, преобладающими и в ауре автора рисунка.** И они характеризуют наличие определенных качеств характера, эмоциональное и физическое состояние.

Цветовая характеристика авторов достаточно обширна, поэтому я выношу ее отдельным файлом. Думаю, это описание необходимо иметь в своем архиве каждому.