**Консультация для родителей и примеры занятий с детьми по теме «Арт-терапия» педагога-психолога Подручной Е.Н.**

Арт-терапия сегодня считается одним из наиболее мягких, но эффективных методов, используемых в работе психологами и педагогами. Методы арт-терапии универсальны и могут быть адаптированы к различным задачам: от решения проблем социальной и психологической дезадаптации детей с ОВЗ и заканчивая развитием человеческого потенциала, использованием ребенком различных форм творческой деятельности с целью выражения своего психического состояния.

Основные цели арт-терапии:

* выражение эмоций и чувств, связанных с переживаниями своих проблем;
* активный поиск новых форм взаимодействия с миром;
* подтверждение своей индивидуальности, неповторимости и значимости;
* повышение адаптивности и гибкости в постоянно меняющемся мире.

Спектр возможностей арт-терапии очень широк:

-                направлена на решение психологических проблем;

-                может принимать участие практически каждый человек, независимо от своего пола, возраста, социального статуса;

-                помогает устанавливать отношения между людьми, т.к. с помощью искусства человек не только выражает себя, но и больше узнает о других;

-                позволяет познавать себя и окружающий мир **–**в творчестве человек воплощает свои эмоции, чувства, надежды, страхи, сомнения и конфликты; все это происходит на бессознательном уровне, и человек узнает о себе много нового;

-                развивает творческие возможности: во время занятий арт-терапией человек может открыть в себе неизвестные ранее таланты, реализовать свой внутренний потенциал;

-                в арт-терапии, в основном, используются средства невербального общения, это очень важно для людей, которым сложно выразить свои мысли в словах.

В качестве арт-терапии будем использовать изотерапию для детей младшего возраста:

**Изотерапия –**терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием**.**

В изотерапии могут применяться такие **занятия** при работе с детьми:

*Рисование на мокрой бумаге.* На предварительно смоченном листке бумаги при помощи акварели наносится рисунок. Желательно использование максимально возможной палитры цветов. Нужно наблюдать за тем, как цвета смешиваются друг с другом, ощущать свои чувства, возникающие в процессе наблюдения. Далее образованным на листе бумаги узорам дается название.

*Монотипии.* На стекле при помощи густых красок создается изображение, после чего отпечатывается на лист бумаги. В конце производится обсуждение полученных результатов.

*Техника раздувания краски.* Наносится водорастворимая краска с большим процентом содержания воды на лист бумаги при помощи трубочки и раздувается получившийся рисунок. Важно при выполнении упражнения использовать максимально возможную палитру цветов. В конце задания клиент делает попытку распознать получившийся образ, пофантазировать.

*Акварель и соль*. Положите соль на не просохший слой акварельной заливки.

Постарайтесь поймать момент, когда краска подсохла, но еще не утратила влажный блеск.

Обратите внимание, что слой не должен слишком мокрым. Он должен быть влажным, но без "луж".

Наблюдайте, как кристаллы соли впитывают в себя воду. В этих местах начнут образовываться светлые пятнышки разного размера.

Приостановить действие соли можно, аккуратно стряхнув ее с поверхности листа.

Если же бумага несколько пересохла, и кристаллы не впитывают в себя влагу, то добавьте 1-2 капли воды непосредственно на кристалл соли. Тем самым вы сможете возобновить действие эффекта.

Изотерапия по праву считается одним из самых эффективных и популярных направлений в арт-терапии. Доказано, что дети на занятиях с психологом (родителем) гораздо охотнее что-нибудь рисуют, нежели поют, танцуют или сочиняют стихи. Это позволяет наладить тесный, эмоциональный контакт со специалистом (родителем).