

## **Мастер-класс для педагогов «Использование арт-терапии в работе педагога-психолога»**

**Цель:** повышение профессионального мастерства педагогов – участников мастер-класса через педагогическое общение с демонстрацией применения арт-терапевтических технологий как средства формирования эмоциональной стабильности и восстановления психологического состояния участников образовательного процесса.

### **Задачи:**

1. Познакомить участников мастер-класса с арт-терапевтическими технологиями и их применением в практике.
2. Способствовать созданию положительного эмоционального настроения у педагогов, используя изотерапию как одну из форм организации мастер – класса.
3. Развивать профессионально – творческую активность, способствовать раскрытию внутреннего потенциала каждого педагога, путем создания условий для индивидуальной и коллективной работы.

### **Ход:**

#### **Часть 1: теоретическая.**

- Добрый день, уважаемые коллеги! Предлагаю вашему вниманию мастер-класс «Использование арт-терапии в работе педагога - психолога».

Термин «арт-терапия» появился в нашей стране не так давно и дословно означает – терапия искусством. Впервые метод арт - терапии увидел свет благодаря американскому врачу и художнику Адриану Хиллу в 1938 году. В результате своих наблюдений Хилл обнаружил, что его пациентам легче справиться с болезнью, когда они полностью отдают себя творческому процессу. И если изначально арт - терапию применяли только в психиатрических клиниках для лечения больных с выраженными эмоциональными нарушениями, то в настоящее время рамки ее применения значительно расширились. Арт-терапия не имеет ограничений и широко используется в педагогике и психологии для снижения утомления, негативных эмоциональных состояний и их проявлений, связанных с обучением у детей, работой у педагогов и воспитанием у родителей.

Сколько существует видов искусств и способов творческого самовыражения, столько и разновидностей арт-терапии. В зависимости от характера творческой деятельности и ее продукта можно выделить следующие виды:

- цветотерапия,

- сказкотерапия,
- музыкотерапия,
- песочная терапия,
- мандалотерапия,
- библиотерапия,
- кинотерапия,
- игротерапия,
- танцевальная терапия,
- фототерапия,
- куклотерапия,
- лепка,
- рисование.

Многие из этих методов широко распространены и возможно активно вами используются.

В своей работе педагога - психолога я также использую арт-терапию с детьми дошкольного возраста и взрослыми: родителями и педагогами. Эта работа ведется в двух формах: пассивной и активной. При пассивной форме мы созерцаем чужие произведения: рассматриваем картины, читаем книги, прослушиваем музыкальные композиции. При активной форме сами создаем продукты творчества: рисунки, поделки, сказки и т. д.

Наиболее часто при работе с детьми я применяю следующие виды арт-терапии:

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

**Библиотерапия** – воздействие на ребенка с помощью чтения специально подобранной литературы в целях нормализации его психических процессов.

**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.

**Музыкальная терапия.** Музыкотерапия очень эффективна в коррекции нарушения общения. Контакт с помощью музыки ненавязчив, снимает страхи, напряжённость.

**Куклотерапия** основана на процессах отождествления ребенка с любимым героем мультфильма, сказки или с любимой игрушкой, с которыми разыгрываются в лицах истории, связанные с травмирующей ребенка ситуацией. В куклотерапии применяются разнообразные куклы: куклы–марионетки, пальчиковые, варежковые, плоскостные, ростовые и многие другие.

**Лепка** (из глины, пластилина, теста) также исключительно благотворно воздействует на нервную систему, снимает напряжение и расслабляет. Тесто или глину можно мять, катать, сжимать, растягивать, скручивать, рвать на кусочки или сплющивать. Все эти действия отражают различные чувства и эмоции.

Наиболее распространена в моей работе с детьми и взрослыми **изотерапия**, 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.

Цель такой работы не научить рисовать, а помочь посредством арт-терапии справиться с проблемами, вызывающими отрицательные эмоции, дать выход творческой энергии.

При рисовании у детей происходит развитие сложных движений кистей рук и тактильной чувствительности, мышления, зрительно-моторной координации и глазомера. Этот метод устраняет агрессивное поведение, зажатость, неуравновешенность, низкую самооценку, чувство одиночества.

Об эффективности изотерапии в работе с взрослыми можно судить по положительным отзывам педагогов и родителей, активизации их участия в мероприятиях, усилению интереса к результатам собственного творчества.

В изотерапии я использую следующие техники рисования: «Отпечатки» «Процарапанная поверхность», «Техника раздувания краски», «Цветные пятна», «Кляксография».

В 2013 году я открыла для себя необыкновенно красивую технику рисования на воде – **эбру** и несколько позже начала использовать ее в своей практике.

«Эбру» означает облачный, волнообразный. Техника рисования по водной глади появилась в Турции в 16 веке. Еще совсем недавно этот прекрасный вид искусства был под угрозой исчезновения. Но в последние десятилетия искусство эбру получило новую жизнь: его сохраняют, развивают и несут в массы.

В технике используются специальные краски, которые не смешиваются между собой и раствор - вязкая вода с загустителем их морских водорослей, с поверхности которого рисунок переносится на бумагу. Все материалы для рисования изготовлены из натуральных, природных компонентов и это позволяет использовать технику в работе с детьми.

Рисование в технике эбру – не только творчество, но и признанный метод терапии. Дети, не имеющие большого мастерства в обычном рисовании, в этой технике - могут создавать настоящие шедевры. Эбру и для взрослых является прекрасным инструментом развития воображения и творческого начала, красочная мраморная живопись помогает побороть депрессию и поверить в собственные силы.

### **Обратите внимание на экран (документкамера)**

#### **Часть 2: показ.**

Суть рисования заключается в нанесении на поверхность воды рисунка. Краски задерживаются на поверхности воды, создавая тонкую пленку.

Сначала рисуем фон. Фон делают, окуная кисть в краску и как бы стряхивая лишние капли на поверхность воды. Кисти на родине Эбру традиционно делают из волос конского хвоста, а ручка изготавливается из стебля розы, называется такая кисть – фырчалар.

Краска образует очень тонкую пленку, поверх которой и будет располагаться основной рисунок. Можно оставить фон в виде капель, а можно поводить произвольно шилом или гребнями. Тогда у Вас получится более затейливый рисунок.

При помощи шила на поверхность капает краска в виде круга, который растекается по ее поверхности до определенного размера. Далее при помощи инструментов легкими движениями рук Вы придаете этим кругам нужную форму. Это могут быть цветы, бабочки, рыбки, лица людей, деревья, волны. Все полностью зависит от Вашей фантазии. Однако помните, что эбру – это, прежде всего, медитация, а, значит, важен не результат, а сам процесс!

Последним этапом такой работы будет перенос изображения на лист бумаги, но я сделаю это попозже. Сейчас мы с вами попробуем создать такой шедевр своими руками.

#### **Часть 3: Нарисуй свое настроение.**

В последний раз всколыхнувшись, тонкие линии и аккуратные штрихи послушно замерли, повинаясь твоему желанию и открывая твоему взгляду картину... целой бури разных эмоций.

- Я предлагаю вам не просто поработать в новой технике, а еще и нарисовать своё настроение. Это упражнение я применяю при работе с детьми и с взрослыми с целью установления контакта, знакомства, снятия напряжения.

Перед вами необходимое оборудование, подвиньте его к себе поближе. Прежде чем вы приступите к рисованию, попробуйте почувствовать в каком вы настроении. На что оно похоже? Какого оно цвета? А теперь рисуйте его так, как вам хочется.

Это могут быть цветные пятна, каракули. Ни один человек не может точно знать, каким получится его рисунок. Поэтому отпустите свою фантазию и доверьтесь воде, так Вы получите максимум удовольствия от рисования.

Рисуют.

*Занимательные факты (пока рисуют)*

Мало кто задумывается о том, что мы с вами, милые женщины, пользуемся приемами арт-терапии в повседневной жизни. Я могу привести несколько примеров, после которых вам станет все ясно. Например... маникюр

Многие женщины отмечают, что успокаиваются, когда красят ногти! Это медленная, кропотливая работа, требующая полного сосредоточения. А на цвете, форме и рисунке на ногтях отражается эмоциональное состояние их обладательницы: спокойное или агрессивное, озорное или грустное. И оно периодически меняется, как и маникюр!

Макияж - это тоже творчество по созданию своего внешнего облика. С помощью кистей, теней и карандашей женщина может создать агрессивный образ, может - наивный и детский, строгий или легкомысленный, стать младше или старше. Макияж сродни маске, только легче. Какое лицо вы нарисовали себе сегодня? Экспериментируйте с макияжем и получайте удовольствие!

Мыловарение, изготовление украшений, вязание, бисероплетение и т. д. - всё это различные способы выразить себя, своё отношение, мысли и чувства через творчество, т. е. арт-терапия!

Переводите на лист бумаги.

- Каждая ваша картина уникальна, никому, даже вам самим, не удастся создать её точную копию снова. Поэтому Эбру называют танцем ярких красок и неповторимых узоров.

Если вам показалась интересной данная техника, вы можете применить ее в своей работе.

Я благодарю вас за внимание.