

# АРТ-ТЕРАПИЯ В ДОУ

Подготовила :  
Воспитатель Заростова Е.М.

# Что такое арт-терапия?

Буквально арт-терапия означает «лечение искусством». Она заключается в том, что человек получает возможность самовыражения с помощью творчества. Причем успешность арт-терапии не зависит от того, на каком уровне находятся его творческие способности.

# Арт-терапия помогает:

- снять стресс и напряжение;
- избавиться от негативных переживаний;
- справиться с различными страхами;
- познать себя и повысить свою самооценку;
- обрести душевное равновесие.

# Основные принципы арт-терапии

- Поддерживать в ребенке его достоинство и позитивный образ «Я»;
- Не применять негативных оценочных суждений, отрицательного программирования;
- Принимать и одобрять все продукты творческой деятельности ребенка, независимо от содержания, формы и качества.

# Виды арт-терапии

Выделяют следующие виды арт-терапии:

**Изотерапия** – арт-терапия, связанная с различными видами изобразительного искусства: живописью, графикой, лепкой, аппликацией, росписью и т. д.

**Музыкотерапия** – арт-терапия с помощью музыки. Включает в себя прослушивание песен и инструментальной музыки, игру на музыкальных инструментах, пение.

**Кинезитерапия** – лечение танцем и движением. Сюда входят занятия танцами, подвижные игры, сеансы массажа и лечебная физкультура.

**Библиотерапия** – арт-терапия посредством чтения или написания собственных произведений. Литература может быть самая разнообразная, и по форме, и по содержанию. В библиотерапии выделяют сказкотерапию – лечение сказками.

**Песочная терапия** – арт-терапия, главным инструментом которой является песок. Песочная терапия включает в себя пересыпание песка, песочную анимацию, возведение песочных скульптур и замков.

**Имаготерапия** – арт-терапия на основе драматического искусства, которая предполагает постановку театральных сценок.

**Фототерапия** – в нее могут входить проведение фотосессий и фоторепортажей, слайд-терапия, фотопрогулка и т. д.

Некоторые специалисты выделяют так называемую арт-синтезтерапию, включающую в себя разные виды арт-терапии, например, и рисование, и прослушивание музыки, и создание фотографий.

Очень популярной среди остальных видов в последнее время стала песочная терапия, особенно с песочной анимацией: кроме того, что работа с песком сама по себе очень успокаивает, это еще и очень необычное и интересное занятие.



Но чаще всего под арт-терапией подразумевают именно изотерапию – она является и эффективной, и наиболее доступной, и интересной для всех.



## Арт-терапевтические методы

Изотерапия – это терапия с помощью изобразительного искусства. Терапия искусством позволяет максимально реализовать творческие способности ребёнка, помогает ребёнку познать своё предназначение. Благодаря рисованию, человек легче воспринимает болезненные для него события.

Музыкотерапия очень эффективна в коррекции нарушения общения, возникших у детей по разным причинам. Контакт с помощью музыки безопасен, ненавязчив, индивидуализирован, снимает страхи, напряжённость .

Сказкотерапия – метод, использующий сказочную форму для интеграции личности, развития творческих способностей, расширения сознания, совершенствования взаимодействия с окружающим миром.



На занятиях мы используем интегрированную арт-терапию.

В неё входят такие виды арт-терапии:

- \*Художественную терапию (рисунок и живопись)
- \*Музыкальную терапию (использование музыки)
- \*Игровую терапию (игры)
- \*Сказкотерапию (сказки)
- \*Песочную терапию

Мы лепим...



# Сказкотерапия







Мы играем...











Спасибо за внимание!