

*Хованская Ольга Николаевна*

тьютор

*Худякова Марина Евгеньевна*

тьютор

*Пятина Анастасия Игоревна*

педагог-психолог

МДОУ «Д/С №22»

п. Северный, Белгородская область

## **АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ С РАС**

*Аннотация:* в статье представлены виды арт-терапевтических методик. В частности, автором предложены такие методы, как песочная терапия, изотерапия, Рисование Эбру и др.

*Ключевые слова:* арт-терапия, мелкая моторика, РАС.

*Арт-терапия* – это вид психотерапии и психологической коррекции, основанный на искусстве и творчестве (терапия изобразительным творчеством с целью воздействия на психоэмоциональное состояние человека).

При расстройствах аутистического спектра характерными являются индивидуальные проявления нарушений в каждом конкретном случае, поэтому невозможно предложить универсальный метод коррекционной работы. Поскольку арт-терапевтические средства полиморфны по своей природе, это позволяет затрагивать различные каналы восприятия, принимать во внимание специфику сенсорной сферы, вне зависимости от интеллектуального развития ребенка.

Ниже представлю направления занятий, которые я использую в своей работе.

*Песочная терапия.*

Цель занятий: формировать навыки коммуникации в ходе совместной творческой и игровой деятельности.

Задачи занятий: стимулировать речевую активность ребенка (в том числе звукоподражание), учить его взаимодействовать в процессе игры, навыки ответной социальной реакции.

Песочная терапия замечательна тем, что любое прикосновение можно считать художественной деятельностью, особенно при помощи взрослого, который может придать смысл даже простому отпечатку руки ребенка, например, превратив его в какой-то предмет. В игре с песком стимулируются нервные окончания кончиков пальцев, прикосновения к песку вызывают приятные ощущения, поскольку песок в световой песочнице характеризуется особой структурой и физическими свойствами.

Занятия с песком проводятся в индивидуальной форме. Игровой сюжет, объекты, которые включались в игру, и сложность игрового сюжета подбираются, учитывая интересы ребенка и уровень его актуального развития.

Для занятий использую световой песочный стол, проводится все в игровой форме с теми элементами, что интересуют ребенка. Игра протекает от простых манипуляций с песком до игры со смыслом. Постоянное поддержание интереса ребенка к деятельности, позволяет предотвратить появление стереотипной игры с песком. Некоторые упражнения я опишу ниже:

– *рисование*. Ребенок учится создавать собственные изображения и узоры на кварцевом кинетическом песке. Это способствует развитию художественно-творческих навыков и улучшению концентрации внимания;

– *управление и контроль*. Ребенок пересыпает небольшую горку песка с собственной ладони в ладонь партнера. Тактильное взаимодействие содействует умиротворению и расслаблению. Ребенок в непринужденной форме учится чувствовать себя комфортно в команде.

Для моего воспитанника это занятие, выступает не только в роли коррекционного элемента, но и является мотивационным стимулом. После того как ребенок собрал все жетоны, на основном занятии, в поощрение он получает занятие в песочнице.

По мере погружения ребенка в песочную терапию начали происходить некоторые изменения, у мальчика стал повышаться интерес к совместной деятельности, возросла познавательная активность, ребенок активнее вступает в контакт, постепенно снижается уровень поведенческих стереотипов.

### *Изотерапия.*

Цель занятий: снижение эмоционального возбуждения, формирование коммуникативных навыков в ходе совместной творческой деятельности.

Задачи занятий: стимулировать собственную речевую активность ребенка (в том числе звукоподражание), формировать коммуникативные умения выражения просьбы и отказа, ответную социальную реакцию.

На первых установочных занятиях основной целью являлось вовлечь ребенка в продуктивную творческую деятельность. На занятиях я поощряла любые манипуляции красками, фломастерами, карандашами, мелками. Очень важно сформировать положительную реакцию ребенка и подкрепить его интерес к процессу. Так же я предоставляла ребенку возможность выбрать самому материал для работы. Сначала рисование проводилось с использованием приема «рука в руке». В процессе занятия я расширяла возможности понимания действий на картинках, что в дальнейшем служило основой для введения в жизнь ребенка визуального расписания. Совместная художественная деятельность способствует увеличению спонтанных высказываний, помогает обучению понимания признаков и свойств предметов – цветов, форм и т. д.

Следующим этапом изотерапия проводилась в нетрадиционных техниках, таких как: рисование на мокрой бумаге; рисование с использованием техники раздувания краски, рисование ладошками, рисование мятой бумагой и рисование по технике Эбру. Данная техника требует специальных красок, которые не растворяются в воде, оставляя ее кристально чистой по окончании работы.

Ребенка завораживает процесс работы, а также показывает положительную динамику в развитии моего воспитанника. Остановимся на технике Эбру чуть подробнее.

*Рисование Эбру*, также этот метод называют водной анимацией. Эта техника рисования раскрывает творческую индивидуальность, так как для создания изображения используют эмоции и чувства, не имея никаких образцов и четких ориентиров.

Изображение создается красками на специальном растворе, которое после можно переводить на бумагу, ткань, дерево, стекло и керамику. Смешиваясь между собой, краски образуют причудливые и неповторимые узоры. На занятиях используются только естественные материалы, они гипоаллергенны и натуральны. Рисовать можно как пальцами, так и палочками, кисточками, что будет полезным для развития мелкой моторики. Сочетание краски и воды, приятных на ощупь, делает процесс приемлемым для сенсорно чувствительных детей с РАС.

Занятие проходит в знакомом для ребенка месте, в арт студии. Я брала неглубокую емкость нужных размеров, наполняла необходимой жидкостью, подготавливала нужные краски и инструменты, включала спокойную музыку, для создания особой атмосферы.

На начальном этапе для меня было очень важно правильно пригласить ребенка к сотрудничеству, чтобы он сам сделал выбор ко мне присоединиться. Я демонстрировала место для творчества и давала простую инструкцию «*Сядь за стол*», ребенок с радостью присаживался, рассматривая краски и кисточки, в предвкушении дальнейшего развития событий.

Далее следовал этап знакомства с предметами на столе и их предназначением. Я называла предмет и показывала, как им нужно действовать. Окунала кисть в краску и «*разбрызгивала*» по поверхности воды, демонстрируя ребенку как капли краски расплываясь, создают фигуры разной формы.

Во время этого процесса мне очень интересно было наблюдать, у ребенка было то самое особое состояние, называемое медитативным. Мой воспитанник, рисуя, очень старался, находился в моменте, погружаясь в процесс.

После того как все художественные трансформации завершились, начиналось самое волшебное действие! Я брала лист бумаги, опускала его на воду на несколько секунд, затем снимала, и рисунок оставался на бумаге.

Таким образом, в конце каждого занятия, начиная с самого первого, мы имели готовый, очень красивый рисунок. Ребенок сразу получал успешный опыт и отличный результат своей деятельности, а это крайне важно для детей с РАС в любом деле.

Проведение занятий с использованием нетрадиционных техник способствует снятию детских страхов, развивает пространственное мышление, учит детей свободно выражать свой замысел, работать с разнообразным материалом, развивает мелкую моторику рук, ребенок во время занятия получает эстетическое удовольствие, которое оказывает успокоительных эффект.

#### *Выводы.*

Работа с применением арт-терапевтических средств позволяет детям с расстройствами аутистического спектра осознать собственный, в том числе и эмоциональный, опыт, что помогает обеспечить эффективную коммуникацию. В результате индивидуально подобранных арт-терапевтических занятий наблюдается формирование новых навыков коммуникации у детей, достигается возможность участия в совместной деятельности со взрослым, улучшается понимание обращенной речи и речевых инструкций, расширяется пассивный словарь.

Каждая новая работа – это естественный способ рассказа о себе, о своих чувствах и мыслях в текущий момент времени, а также о своем опыте и переживаниях, не нашедших словесного выражения и ставших для ребенка эмоциональным грузом. Ребенок не задумывается о конечном результате, он получает удовольствие от процесса и учится выражать свои чувства, справляться с переживаниями, дает возможность выходу своей накопившейся энергии, а также развивает творческие способности.