

РЕКОМЕНДАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

ТЕМА:

ПЯТЬ ТЕХНИК ДЛЯ РАБОТЫ С ДЕТЬМИ

Изотерапия - помогает детям не только выплеснуть творческую энергию, но и работает на улучшение психологического здоровья, стимулирует эмоциональное и психическое развитие ребенка, гармонизирует нервную систему. Элементы изотерапии для детей дошкольного возраста — это самый бережный и деликатный подход, который позволяет аккуратно воздействовать на психику ребенка и решать даже самые сложные проблемы.

Чем полезен данный вид терапии

Комплексное развитие ребенка строится из многих факторов. Это и интеллектуальное развитие ребенка, и физические упражнения (например, хореография для детей). Важна морально-нравственная база, развитие лидерских качеств. Но каркасом для всего является гармоничное психическое состояние и уверенность ребенка в себе. Через творчество ребенок не только достигает этого внутреннего баланса, но и приобретает множество других полезных навыков:

- Познает себя, формирует понятие о себе, как о личности, индивидуальности;
- Безопасно и гармонично проживает сложные и деструктивные чувства;
- Учится самовыражаться;
- Развивает ощущение собственной ценности, значимости;
- Улучшает успеваемость и социализацию в коллективе;
- Учится искать ответы на свои вопросы;
- Развивает эмоциональный интеллект, учится чувствовать свои эмоции и потребности;
- Улучшает скорость мышления;
- Развивает мелкую моторику за счет работы с глиной, пластилином, кистью, пальчиковыми красками.

Пять техник для самостоятельной работы

Хороших результатов можно добиться на занятиях в которые включены элементы изотерапии. А некоторые техники можно применить дома. Для этих занятий в домашних условиях вам понадобятся творческие принадлежности: восковые мелки, гуашь, акварельные краски, цветные карандаши, масляная пастель. Чем большее разнообразие цветов и материалов вы предложите ребенку, тем продуктивнее пройдут занятия.

Техника «Рисунок в круге»

Круг — замкнутая форма, которая психологически воспринимается как безопасная и надежная. Круг часто выступает контейнером для наших переживаний, злости, обиды, печали. В момент, когда ребенок рассержен или расстроен, предложите ему

выплеснуть все эмоции, раскрасив нарисованный на белом листе круг. Рисовать можно любыми красками, пастелью, кистями или даже руками.

Техника «Маски»

Отчасти она напоминает упражнения, связанные с актерским мастерством, но упор здесь делается не на лицедейство и творческое самовыражение, а на возможность заглянуть вглубь себя и изучить себя. Приготовьте несколько бумажных заготовок масок и предложите ребенку нарисовать одну маску такой, каким он бывает обычно, а другую — каким хотел бы быть. Обсудите работы.

Техника «Я в образе животного»

Работа с образами животных очень ресурсна и для детей, и для взрослых, поэтому ее очень часто используют. Это задание лучше выполнять в компании, так будет интереснее обсуждать результаты, но возможно провести его индивидуально с ребенком. Попросите ребенка нарисовать себя в образе зверя, птицы или насекомого. Обсудите рисунок? Спросите, почему он выбрал именно такой образ. Какие у этого животного есть сильные стороны, которыми ребенок хотел бы обладать?

Техника «Акватипия»

В этой технике используются стекла разных размеров, но можете взять целлофановый пакет или файл. Главное, чтобы поверхность была ровной и чистой. Предложите ребенку выбрать 2–4 цвета, которые наиболее подходят его переживаниям или настроению. Лучше использовать гуашь. Далее в течение нескольких минут ребенок может рисовать на стекле или файле свое настроение — лучше, если это будет абстракция. Когда рисунок готов, возьмите чистый лист и отпечатайте на нем рисунок. Берите новые и новые листы, пока отпечаток не станет совсем блеклым.

Предложите ребенку поискать в получившихся образах знакомые предметы и ассоциации. Эта техника применяется чтобы показать детям, как быстры и скоротечны негативные переживания, и как быстро от них избавиться.

Техника «Моя планета»

Предложите ребенку пофантазировать и придумать свою собственную планету. Какая она? Как она называется? Кто ее населяет? Предложите нарисовать ее и вместе придумайте ее историю.

Мы приглашаем вас и ваших детей на занятия по художественно - эстетическому направлению с элементами изотерапии.

Ваш ребенок раскроет творческий потенциал и станет уверенным в себе и успешным!