***Консультация по арт-терапии для детей***

***дошкольного возраста***

 Не всегда дети развиваются так, как того хотели бы любящие родители. Различные психологические проблемы могут возникнуть у малыша даже в самой благополучной семье. И для их решения замечательно подойдет арт-терапия, включающая в себя огромное количество методов, приемов и форм работы. Очень удобно то, что использовать их можно не только на занятиях у профессионалов, но и в домашних условиях.

 Арт-терапия - это комплекс психотерапевтических методов и приемов, ключевой особенностью которых является активное задействование искусства. Занимаясь творчеством, ребенок не только помогает внимательному взрослому понять свои проблемы, но и таким образом сам решает их. Известно, что произведения искусства помогают избавиться от страха, отвлечься от проблем, поэтому взрослые люди включают классическую музыку, наслаждаясь ее дивными звуками, идут в музей и часами стоят, вглядываясь в полотно. То же самое происходит и с ребенком. Но для него необходимо подбирать задания более простые, комфортные по возрасту – например, создать собственное «произведение», в котором в нестандартной форме выразить свои мысли и переживания. Это и есть лечение искусством.

 Основной целью занятий арт-терапией с детьми является организация им психологической помощи, решение проблем, которые могут стать препятствиями в дальнейшей взрослой жизни, борьба с комплексами и страхами, фобиями. Основное значение лечения искусством состоит в том, что ребенок в процессе создания чего-то нового становится более уравновешенным, постепенно повышается его самооценка, способность к самоанализу. Занимаясь творческой деятельностью, малыш не просто создает некий конкретный продукт, но и учится действовать по плану, достигать поставленной цели, находить альтернативу.
 В домашних условиях можно использовать работу с художественным творчеством, дающую возможность расслабиться, проявить себя, отказаться от общепринятых рамок и раскрыть свою личность. Полезна и танцевальная терапия (кинезитерапия), которая помогает выразить эмоции и переживания в спонтанных движениях, обрести свободу, избавиться от застенчивости и комплексов, сбросить груз негативных эмоций. При построении занятия использовать следует любой из двух основных приемов: дать малышу конкретное задание (например, нарисовать животное), но не особо ограничивая его в технике; ничем не стеснять малыша, дать ему, к примеру, краски и лист бумаги, чтобы он сам изобразил то, что посчитает нужным.

Какой из них выбирать – каждый решает сам. Это зависит от индивидуальных особенностей малыша. Некоторые специалисты советуют после создания произведения обсудить его с «творцом», поговорить, почему он сделал именно так, а не иначе. Но если ребенок пока не настроен на диалог, это не обязательно. При регулярных занятиях со временем он сам начнет испытывать потребность в том, чтобы поделиться впечатлениями.