***К. А. Крамчанінова***

***м. Дніпро***

**УДК 159.9**

**СУЧАСНІ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ МЕТОДИ ДЛЯ ДІТЕЙ**

Одна з головних проблем освіти та виховання полягає у формуванні людини, яка відповідає вимогам суспільства на сучасному етапі розвитку особистості. Більшість властивостей та особистісних якостей закладаються в дитинстві, тому становлення базових властивостей особистості в дитячому віці є надзвичайно важливим.

В сучасний військовий час дуже важливо звертати увагу на психоемоційний стан дитини. Арт-терапія є ефективним методом розвитку та гармонізації психіки дитини. Цей метод психотерапевтичного впливу ґрунтується на тому, що стан внутрішнього "я" дитини відображається в продуктах її творчості. Залучення до творчого процесу допомагає зменшити зайве збудження, тривожність, агресивність та набути впевненості в собі.

Арт-терапія вже не лише малювання – це комплекс методів та прийомів, які допомагаю регулювати психоемоційний стан дитини через прояви творчості в різних видах діяльності.

Техніки арт-терапії включають різноманітні види мистецтва, такі як живопис, малювання, скульптуру, музику та танці, які допомагають виразити емоції та почуття. Розглянемо сучасні арт-терапевтичні методи, які набувають популярності серед практичних психологів при роботі з дітьми різних вікових категорій.

**Ігрова терапія** є одним з видів арт-терапії, що використовує терапевтичний вплив гри для подолання психологічних і соціальних труднощів у дітей. Цей метод сприяє корекції і створенню міжособистісних відносин серед учасників та підвищенню самооцінки. Ігротерапія є основним методом для роботи з дітьми оскільки гра є невід'ємною частиною життя дітей і допомагає навчатися суспільним правилам та встановлювати відносини з оточуючими людьми. [1, с. 5-10] Ефективність методу залежить від того, наскільки клієнт може грати розкуто і з радістю.

**Казкотерапія** використовує метафору казок для створення зв'язків між казковими подіями та поведінкою у реальному житті. Цей метод допомагає клієнту усвідомити свою внутрішню сутність, гармонію зі світом та розширює свідомість [1, с. 10-12]. Казка сприяє контакту з архетипами та соціальними установками, що впливає на тематику та сюжет казки. Казкотерапія дозволяє пережити емоції, які не вдалося відреагувати вчасно чи конструктивно у реальному житті, а також розвиває креативність та фантазію. Казка є алгоритмом створення нової версії власного життя та наповнює особистість натхненням та мотивацією [3, с. 30-32].

Дуже дієвим методом у роботі з дітьми є **Піскова терапія,** що використовує природні матеріали, такі як пісок, вода, камінці, ракушки та рослини, для глибинної роботи з почуттями та переживаннями клієнта. Цей метод передбачає використання дерев'яного підносу, піску, води та колекції мініатюрних фігурок для створення піскових композицій. Колекція повинна включати фігурки людей різного віку та статі, фантастичних істот, тварин, будівлі та споруди. Піскова терапія допомагає відпрацювати витіснені емоції та переживання, розширює внутрішній досвід та змінює ставлення до себе та оточуючого світу [3, с. 21-24]. Основною метою є досягнення ефекту самозцілення через спонтанне творче самовираження несвідомого на свідомий рівень психіки. Піскова терапія є ефективним методом для пропрацювання травматичних ситуацій, відреагування на негативний емоційний досвід та зміни ставлення до себе та світу.

**Ебру терапія** малюнок на воді методи арт-терапії, широко визнані і активно використовуються педагогами і психологами в сфері освіти для корекції психологічного стану людини. Для кращого корекційного ефекту образотворчі техніки повинні бути нетрадиційними. Раз досвід незвичайний, то знижується контроль свідомості, слабшають механізми захисту. Арт-терапія Ебру – це одночасно і творчість, і лікування. Кожна день наша психіка взаємодіє з навколишнім середовищем, і вирішення щоденних проблем все далі відводить нас від творчого сприйняття світу [2, с. 10-15]. Наші внутрішні відчуття, цілісне сприйняття світу, емоції і пам'ять втрачають яскраві фарби і перестають збагачуватися, життя ставить нам завдання все більш жорсткі і передбачувані.

**Флюід арт-терапія** –це свіжий погляд на живопис який дає необмежені можливості творцеві. Все залежить від польоту фантазії і відпрацьованих навичок. Заливка калюжамина підготовлений полотно акуратними калюжками виливається фарба. У центр яскравих колів додають краплі іншого кольору і меншого обсягу. Для цієї техніки необхідно розвести вибрані відтінки в різних склянках, потім їх перелити в загальну ємність, перемішати дерев'яним шпателем. Можна додати трохи силіконового масла для створення ефекту осередків. Кольорову масу виливають на середину артборда і нахиляють його в різні боки, допомагаючи фарбі розтектися по поверхні.Планшет кладуть лицьовою стороною на ємність з фарбою і швидко його перевертають. Стакан повільно піднімають, даючи суміші квітів розподілитися по полотну. Можна допомогти руками, нахиляючи планшет в різні боки.

**Об'ємний живопис** – це особлива техніка живопису, що об'єднує в собі елементи створення скульптури в частині робочого матеріалу – пофарбованої декоративної штукатурки з волокном, і елементи живопису в частині техніки роботи мастихіном, що має на увазі створення об'ємних фактур і елементів за рахунок нанесення матеріалу на поверхню за принципом «один мазок – один елемент»[3, с. 15].

Отже, застосування арт-терапевтичних методів допомагає ефективно провести корекцію психоемоційного стану дитини, а також сприяє поліпшенню сприйняття навколишнього світу та взаємодії з іншими дітьми.

**ЛІТЕРАТУРА**

1. Андрейчин С. Р. Система впровадження арт - методів у роботу практичного психолога // *Практична психологія та соціальна робота*. 2009. № 5. С. 13-19
2. Бабій І. В. Теорія і практика арт-терапії: навчально-методичний комплекс Умань, Алмі 2014. 75 с.
3. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 232 с