|  |
| --- |
| **Виды и содержание арттерапевтических технологий** |
|  | **Виды арттерапии** | **Содержание технологии** |
| 1.  | Изотерапия (рисунок, лепка, изотворчество)  | Лечебное воздействие, коррекция посредством изобразительной деятельности. По форме организации может быть индивидуальной и групповой. Рисуночная терапия выполняет психотерапевтическую функцию, помогая ребенку справиться со своими психологическими проблемами и рассматривается как проекция личности ребенка, как символическое выражение его отношения к миру. Изобразительно-игровое пространство, материал, образ в рисунке являются для проблемных детей средством психологической защиты, которое помогает в трудных обстоятельствах  |
| 2.  | Танцетерапия (танцетвор-чество)  | Творческая двигательная деятельность, основанная на выражении пластикой тела определенных чувств, состояний, эмоций и переживаний. В качестве главного средства выражения этих состояний в танце является пантомимика, жесты, которые составляют собой выразительный язык, передающий внутреннее состояние человека. Благодаря своеобразию языка танец способен из сферы бессознательного извлекать подавленные влечения, желания и конфликты человека, делать их доступными для осознания и катарсистической разрядки  |
| 3.  | Аутотренинг  | Метод, предполагающий обучение ребенка мышечной релаксации, самовнушению, развитию концентрации внимания и силы представления, умению контролировать умственную активность с целью повышения значимости деятельности. Метод предполагает обучение и коррекцию средствами музыки, слова, создание благоприятной обстановки и т.п.  |
| 4.  | Музыкальная релаксация  | Одна из форм музыкально-коррекционного лечебного восприятия, основанная на благотворном воздействии на психоэмоциональное состояние ребенка слуховых образов, имеющих различную эмоциональную окраску. В этом случае ребенок переносит свои чувства и мысли на образ героя, воплощенного композитором, за которым можно видеть конкретного человека. При этом у ребенка возникает невербальное диалогическое общение  |
| 5.  | Музыкотерапия  | Музыка используется в лечебных и коррекционных целях. В качестве проявлений лечебного и коррекционного воздействия выделяется следующее: регулирование психовегетативных процессов, физиологических функций организма; регуляция психоэмоционального состояния, повышение социальной активности; облегчение усвоения новых положительных установок и форм поведения; активизация творческих проявлений. Музыкотерапия организуется в индивидуальной и групповой формах. Каждая из этих форм может быть представлена в трех видах: рецептивной (пассивной) – ребенок участвует относительно активно в непосредственном действии; активной – активное включение ребенка в музыкотерапевтический процесс посредством пения, движения или игры на музыкальных инструментах и интегративной музыкотерапии, – сочетающей в себе подходы рецептивной и активной музыкотерапии |
| 6.  | Библиотерапия  | В основе лежит использование специально подобранного для чтения литературного материала как терапевтического средства с целью решения личностных проблем через идентификацию с образом художественного произведения при помощи направленного чтения. Художественным материалом для чтения могут быть произведения различных литературных жанров: проза, поэзия. Формы применения – индивидуальные и групповые  |
| 7.  | Имаготерапия  | Основой является театрализация психотера-певтического процесса с использованием творческой активности личности. Формы: индивидуальная (пересказ произведения, переход рассказа в диалог, импровизационный диалог по ситуации) и групповая (драматизация сказки, театрализация рассказа, инсценирование пьесы). Подвиды имаготерапии: куклотерапия, образно-ролевая драмтерапия, психодрама  |
| 8.  | Психодрама  | Вид театрализации психотерапевтического процесса, сущность которого состоит в том, что «актеры» – дети играют не готовые роли, а свободно под руководством ведущего разыгрывают импровизацию на тему травмирующей ситуации. При этом «актеры» и «зрители» меняются местами в процессе повторения и импровизации. Результатом психодрамы является катарсис, эмоциональное потрясение и внутреннее очищение, переработка травмирующей ситуации, при этом катарсис распространяется на всех участников психодрамы  |
| 9.  | Куклотерапия  | Основана на идентификации с образом любимого героя (сказки, мультфильма, игрушки) и выражается в усилении эмоционального напряжения, которое постоянно испытывает ребенок, до такой степени, чтобы оно могло перейти в новую форму - расслабление. С дорогим для ребенка персонажем разыгрывается в лицах в «режиссерской игре» история, связанная с травмирующей его ситуацией. Необходимо в ходе игры добиться того, чтобы инсценирование рассказа захватило ребенка, и он, сочувствуя герою, идентифицировался с ним. По мере разворачивания сюжета эмоциональное напряжение ребенка должно возрастать. Для этого сюжет строится по «нарастающей», с «разворачиванием» конфликта в конце, достигнув максимума, сменяется бурными эмоциональными реакциями, снятием напряжения. Конец должен быть всегда позитивным  |
| 10.  | Образно-ролевая драмтерапия  | Разыгрывание по ролям и драматизация сюжета. Проигрывание ролей направлено на разрушение старых патологических коммуникативных поведенческих стереотипов. Правильный подбор образов обеспечивает предварительная психолого-педагогическая диагностика. Драмтерапия помогает решать различные проблемные ситуации  |
| 11.  | Психогимнастика  | Одна из современных методик, относящаяся к кинезитерапии. Она включает в себя некоторые игровые варианты психотерапии, суггестивные (основанные на внушении), тренировочные, разъясняющие, активизирующие психомоторику, этюды, упражнения, игры, направленные на развитие различных сторон психики ребенка. Основная цель психогимнастики – научить ребенка справляться с жизненными трудностями. Ребенок должен осознать, что между мыслями, чувствами и поведением существует связь, и что эмоциональные проблемы вызываются не только ситуациями, но и их неверным восприятием  |
| 12.  | Хоретерапия (вокалотерапия)  | Лечебная и коррекционная работа с ребенком посредством пения. Механизм лечебно-оздоровительного воздействия пения основывается на использовании системы активного классического вокального тренинга, целью которого является повышение резервных возможностей организма человека, коррекция нарушенных функций. Вокальный тренинг, основанный на принципах классического пения, состоит из специальных упражнений, осуществляющих биоакустическую стимуляцию жизненно важных органов, а также из упражнений, повышающих адаптационные и интеллектуально-эстетические возможности человека  |
| 13.  | Коррекционная ритмика  | Вид активной музыкальной терапии и кинезитерапии, в основе которой лежит синтез музыко-ритмо-двигательного воздействия. Особенностью коррекционно-ритмической терапии является наличие музыки, которая рассматривается даже без связи с движением как лечебный фактор. Её действие будет эффективнее, если ритм как организующий элемент музыки положить в основу двигательных систем, целью которых является регулирование движений  |
| 14.  | Кинезитерапия  | Направление терапии, основанное на единстве музыки и движения, на активной двигательной деятельности ребенка под музыку. Различные формы и средства движений изменяют общую реактивность организма, повышают его устойчивость, разрушают патологические динамические стереотипы, возникающие во время болезни, и создают новые, обеспечивающие необходимую адаптацию. Формы движений и музыка, применяемые в данном виде терапии, могут быть самые различные  |
| 15.  | Музыкоцвето-терапия  | Вид интегративной музыкотерапии, который способствует восстановлению первоначального свойственного человеческому организму энергетического равновесия, нарушенного болезненным состоянием, с помощью синтеза музыки и цвета |
| 16. | Сказкотерапия  | Вид библиотерапии, в основе которого лежит психокоррекция средствами литературного произведения – сказки. Этот вид библиотерапии наиболее приемлем при работе с дошкольниками с проблемами в развитии. Сказкотерапия позволяет ребенку актуализировать и осознать свои проблемы, а также увидеть различные пути их решения. Посредством ненавязчивых сказочных образов ребенку предлагаются выходы из различных сложных ситуаций, пути решения возникших конфликтов, позитивная поддержка его возможностей и веры в себя. При этом ребенок отождествляет себя с положительным героем, что позволяет ему усваивать правильные моральные ценности и нормы, различать добро и зло  |