

Арт-терапия «Дерево пластилинографии»

Техника: «Мое дерево настроения и чувств»

Мастерская практики поддержки
семьи ребенка с ОВЗ
«ПОД ОДНОЙ КРЫШЕЙ:
ИСКУССТВО ЖИТЬ ВМЕСТЕ»



Наша встреча посвящена вопросам межличностного общения «родитель-ребёнок» и выстраиванию доверительных детско- родительских отношений

В настоящее время практикующими психологами мира активно используются различные практические инструменты: метафорические карты, песочная терапия, сказкотерапия и многое другое. Одним из эффективных методов работы с клиентами является — пластилиновая терапия. Изучением пластилиновой терапии занимались М.В. Киселева, А.И. Копытин, Л.Д. Лебедева, Е.В. Тарарина и другие. Данный вид терапии относится к арт-терапевтическим методам работы и предусматривает лепку не только с цветным пластилином, но и соленым тестом, глиной и др.



Основная цель использования пластилиновой терапии заключается в гармонизации внутреннего состояния человека через развитие способности к самовыражению и самопознанию.

Среди достоинств пластилиновой терапии следует выделить следующие:



- ☐ эффективное решение психологических проблем;
- ☐ психологическая диагностика;
- ☐ способность диссоциироваться от проблемы и увидеть ее с

Метод позволяет актуализировать проблему клиента, работать не только с эмоциями и чувствами, но и прорабатывать глубинные психологические проблемы.

Работа с пластилином в процессе терапевтической работы позволяет в символической форме выразить и проработать вытесненные чувства, мысли, мечты, разрешить внутриличностные конфликты, вытащить застрявшие аффекты. Это происходит, главным образом, благодаря осознанию метафоры пластилина: «Всё можно изменить!»



- ☐ моментальное погружение в проблемную ситуацию и возможность быстро трансформировать негативное состояние в позитивный опыт;



- ☐ возможность применения с дошкольного возраста

Существует огромное множество психотехник с использованием пластилина

Пластилинография – один из видов арт-терапии – нетрадиционная техника изобразительного искусства, сочетающий рисование и лепку

Принцип – создание пластилином лепной картинки на бумажной, картонной или иной основе, благодаря которой изображения приобретают более или менее выпуклые, объёмные или полуобъёмные очертания на горизонтальной поверхности

Рисование пластилином – это пластилиновая живопись, где пластилин используется в виде краски.

Пластилинография – один из самых эмоциональных и увлекательных видов арт – терапии.

Свойства пластилина позволяют им манипулировать: отщипывать, присоединять, раскатывать, растягивать. В работе с этими приёмами обязательно участвуют обе руки, что формирует чувство координации и осознание своих возможностей.

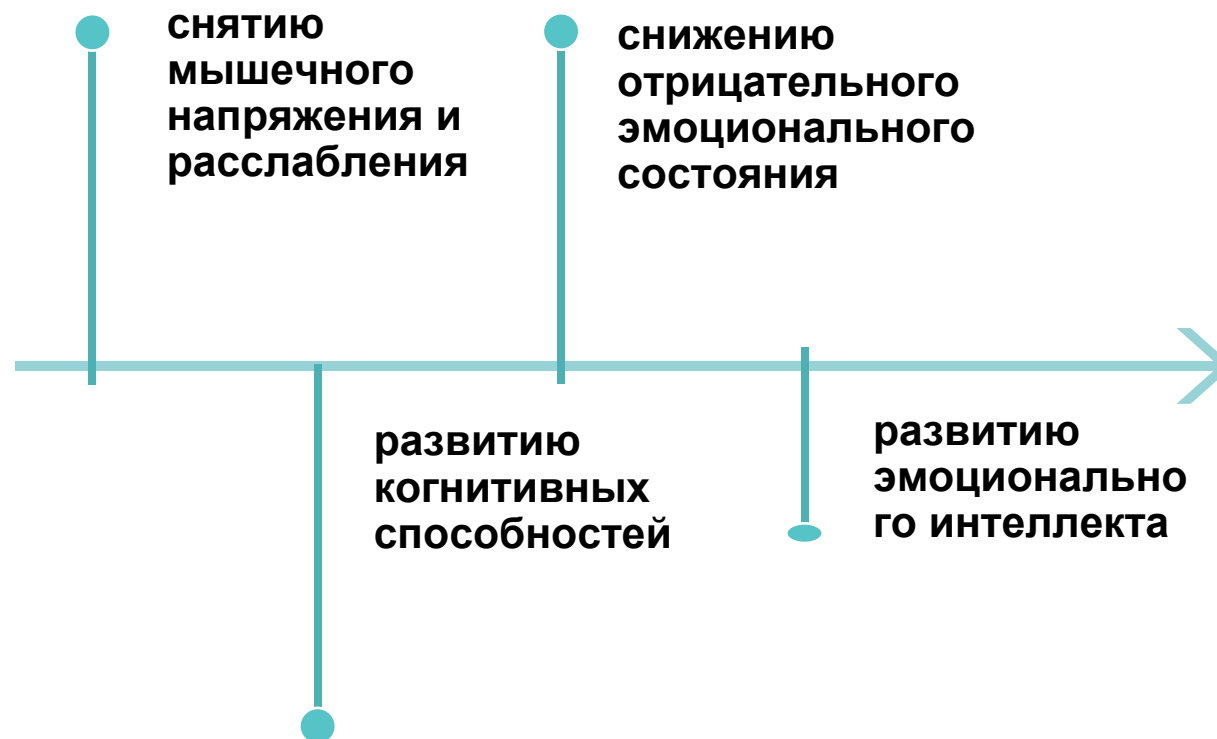
Техники пластилиновой терапии - пластилин незаменим в работе с детьми



ПЛАСТИЛИН:

- своей яркостью привлекает детей;
- помогает сконцентрировать внимание ребенка;
- помогает найти контакт с ребенком, в ситуации сложного общения, с негативизмом, замкнутым;
- эффективно работает с психосоматическими расстройствами, агрессивностью, страхами, тревожностью;
- помогает принять неизбежное, освободится от чувства вины и сконцентрироваться при работе с травмой (горе, утрата).

Пластилинография в первую очередь способствует :



Пластилиновая терапия помогает разнообразить досуг ребенка дома, наладить общение с ним, подарить друг другу незабываемые минуты душевной близости.

Техника: Дерево чувств и настроения

Практическая часть: (Емельянова)

Цель: обучение участников дифференциации своего эмоционального состояния.

Задачи: снятие мышечных зажимов

Работа с разными психологическими состояниями (стресс, тревога, чувство

неуверенности, одиночества, агрессия, конфликтные ситуации) пластилина для каждого

участника; влажные салфетки; листы плотной бумаги или картон для основы под пластилин.



ОБРАЗ ДЕРЕВА

Один из главных образов, который рисуют дети - образ дерева



Работая с детьми с ОВЗ, по рисункам можно увидеть и понять секретный мир детей, отследить тревожные признаки и вовремя оказать помощь ребёнку. Анализ нарисованного ребенком дерева может многое рассказать о нем и семейных взаимодействиях. Но самое главное - работая с ним, возможно изменить восприятие ребёнком себя, своего места в семье и семейных взаимодействиях в лучшую сторону.

Образ дерева - это символ ресурсности и жизнестойкости, представление о своём теле, самооценивание и эмоциональное состояние.

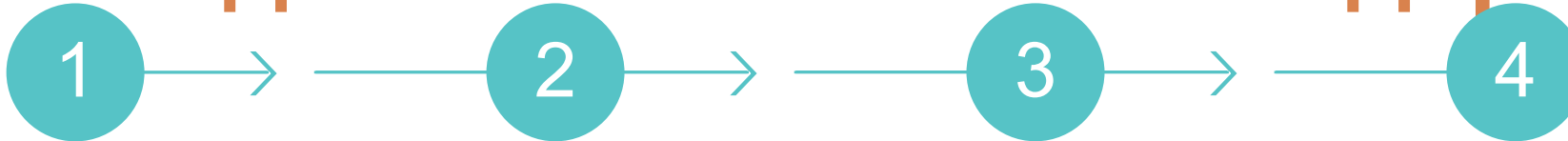


ТЕХНИКА ВЫПОЛНЕНИЯ МОЖЕТ БЫТЬ ЛЮБАЯ

- ❑ Давайте и мы попробуем изобразить свое дерево чувств и настроения. Займите для себя удобное положение.
- ❑ На несколько секунд можно закрыть глаза: представьте цвет, звук, мелодию, движения, с помощью которых можно было бы выразить собственное состояние «здесь и сейчас».
- ❑ Подумайте какое у вас сейчас настроение, какие чувства вы испытываете в данный момент.
- ❑ Попробуйте изобразить свое настроение в виде дерева.
- ❑ Для каждого отдельного чувства и эмоции определите свой цвет и свою форму.
- ❑ Вылепите сочетание чувств, которое вы испытываете



Последовательность лепки дерева



**Вылепите
ствол – это вы
сами.
Символизирует
силу и
энергию**

**Ветви – это
различные
события вашей
жизни,
желания и
возможности**

**Плоды – это
ваши эмоции
чувства в
данной
ситуации**

**Корни – это
связь с семьей**



ОБСУДИТЕ С РЕБЕНКОМ

Попробуйте описать словами и показать ваши ощущения.

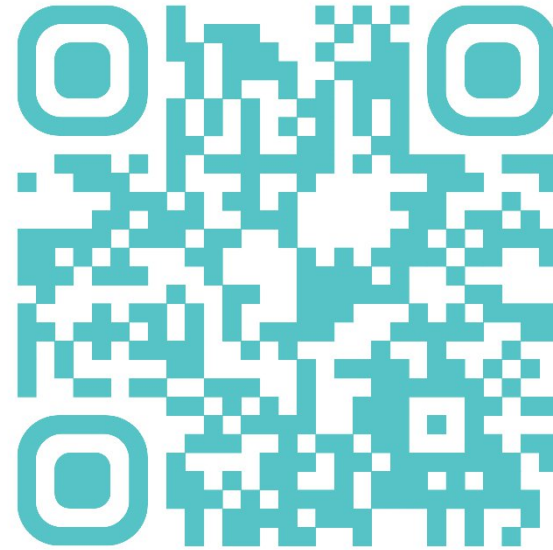
Поделитесь переживаниями, которые вы испытывали во время выполнения упражнения.

- ☐ О чем мечтает это дерево?
- ☐ Какое настроение у вашего дерева?
- ☐ Какие чувства испытывает ваше дерево?
- ☐ Что вам хочется поменять в работе с деревом?





usp-roditeli.irro.ru



www.irro.ru



irro@irro.pro
pedagogika-psihologiya@yandex.ru



+7 343 369 29 86
доб. 140, 142