

Тема «Использование арт-терапевтической техники «Эбру» с детьми старшего дошкольного возраста»

Современная психологическая наука располагает обширным перечнем коррекционно-развивающих техник, которые используются педагогами-психологами дошкольных образовательных учреждений в работе с детьми. Одним из самых распространенных направлений является арт-терапия, как наиболее увлекательный, безопасный и эффективный метод коррекции различных эмоциональных трудностей в дошкольном возрасте.

Среди множества методик арт-терапии довольно увлекательной является рисование в технике эбру. Эбру – древняя восточная техника рисования красками на поверхности воды с дельнейшим переносом рисунка на бумагу или любую другую поверхность (ткань, дерево, керамика, кожа) Прародителем метода называют искусство суминагаши-в переводе « плавающие чернильницы».

Японские монахи создавали на воде уникальные узоры, которые впоследствии переносили на тонкую рисовую бумагу и ткани. Выполненные в этой технике картины украшали покои императора Японии и его приближенных.

Этимология слова :

-персидский – (Ebri) – облако

-арабский – (Ab ru) – на воде

-чаготайский - (Ebre) – волнообразный . В Турцию приехало по шелковому пути из Бухары через Иран. В Европе известна с XVII века как турецкая бумага или турецкое мраморирование. Использовалось в издательстве.

Сегодня техника рисования на воде приобрела всемирную популярность и обогатила психологическую практику новыми приемами.

«Эбру»- экологичный и интригующе красивый метод арт-терапии, целительный способ творческого самовыражения. Каждый рисунок уникален: плавные линии, яркие краски, неповторимый узор. Терапевтический эффект гарантирован даже для тех, кто впервые взял в руки кисточку и краски. Эбру может использоваться с взрослыми и с детьми, начиная с 5-ти лет. Это не только древний вид искусства, но и один из способов погрузиться в мир цвета и форм, получить огромный позитивный заряд и массу приятных впечатлений. Эбру относится к методике правополушарного рисования, для которого не требуется никаких способностей и умений. Даже совершенно не умея рисовать, человек с первого раза создает что-то красивое.

В работе с детьми старшего дошкольного возраста, эбру способствует установлению контакта, создает положительный эмоциональный настрой, способствует творческому

самовыражению, развитию воображения. Совместное участие в данной деятельности способствует созданию отношений взаимного принятия, эмпатии. Также эбру-терапия развивает чувство внутреннего контроля, повышает адаптационные способности, снижает утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления.

Любое изображение в эбру начинается с первой капли. Круг – основа любого мотива и образа, созданного в данной технике. На начальном этапе рисования, краска в виде капель наносится одним или несколькими слоями на водный раствор и расплывается в круги. Затем с помощью заостренных палочек, шило или гребня, выводятся различные формы или изображения. Суть данного способа заключается в том, что вода и краски имеют разную плотность, за счёт чего последние не растекаются и не растворяются, а оставляют на поверхности выразительный рисунок в виде тонкой плёнки.

Рисуя на поверхности воды красками, которые не растворяются, а остаются на поверхности, выбирая понравившиеся цвета и нанося их на воду, ребенок следит за расплывающимися пятнами краски и формирует из них нужный ему узор. Конечным итогом процесса является перенос получившегося рисунка с жидкости на бумагу. На словах звучит очень просто, но то, что происходит, многие называют волшебством.

Работая красками на густой поверхности, можно создавать оригинальные цветовые переходы и визуальные образы. Наблюдение за расплывающимися разноцветными пятнами и плавными изгибами на поверхности воды создает седативный эффект, способствуя снижению уровня тревожности, агрессии, снятию эмоционального напряжения. Вместе с тем, возможность создавать четкие формы, а также картины по предварительному замыслу требует развития самоконтроля, саморегуляции, а также способствует развитию абстрактного мышления, моторики, пространственного восприятия, умение ориентироваться на поверхности. Регулярное выполнение подобных заданий способствует формированию и развитию указанных процессов, функций и навыков у детей, повышает самооценку.

Эбру- терапия позволяет работать со страхами, тревожностью, замкнутостью и агрессивностью, помогает снять напряжение (хроническое напряжение формирует мышечные зажимы в теле, результатом которой становятся соматические заболевания), происходит гармонизация эмоциональной сферы ребенка, повышается способность к социальной адаптации, коррекция неврозов невроподобных состояний.

Данный метод можно использовать на коррекционно-развивающих занятиях с дошкольниками со слабой эмоциональной устойчивостью, нарушением самоконтроля во всех видах деятельности, агрессивностью поведения и ее провоцирующим характером,

трудностями адаптации к детскому коллективу, частой сменой настроения, чувством страха, с целью снятия психоэмоционального напряжения.

В работе с дошкольниками данная техника может использоваться как самостоятельно, так и в рамках отдельного сеанса арт-терапии, и интегрировано в ходе реализации системы коррекционно-развивающих занятий.

При этом формы и варианты применения терапевтических свойств техники Эбру определяются особенностями конкретного ребенка, специфическими задачами работы и ее продолжительностью. Во многих случаях Эбру выступает в качестве ведущего метода коррекционного воздействия, как, например, при наличии у ребенка эмоциональных и поведенческих нарушений невротического характера. В других случаях - в качестве вспомогательного средства, позволяющего стимулировать воспитанника, развивать его сенсомоторные навыки, творческие способности, снизить эмоциональное напряжение. Можно использовать Эбру и в качестве психопрофилактического, развивающего средства. Занятия способствуют развитию мелкой моторики и зрительно - двигательной координации, которые необходимы для подготовки ребенка к письму. Дело в том, что в головном мозге человека центры, отвечающие за речь и движения пальцев рук, расположены очень близко. Стимулируя тонкую моторику и активизируя тем самым соответствующие отделы мозга, мы активизируем и соседние зоны, отвечающие за речь.

Аква-анимация дает положительные результаты в работе с детьми с различными проблемами — задержкой психического развития, речевыми трудностями, нарушением слуха, умственной отсталостью, при аутизме, где вербальный контакт затруднен. Выполняет психотерапевтическую функцию, помогая ребенку справиться со своими психологическими проблемами.

Часто дети с логопедическими нарушениями затрудняются в выражении своих переживаний из-за недостаточного развития речи, скудного словарного запаса, несформированности круга представлений об окружающей действительности. Предлагаемая техника может оказаться им полезной, так как невербальная экспрессия с использованием многообразия цветов для них наиболее естественна, что становится особенно значимым при наличии у ребенка определенных речевых нарушений.

В последнее время Эбру, постепенно, становится рабочим инструментом арт-терапии, применимым даже для тех, кто не умеет рисовать. Действительно, данная техника - это возможность выразить свои чувства и эмоции без слов, развивающая мелкую моторику, улучшающая память, пластику движений и, в итоге, работу мозга.

С точки зрения физиологической стороны релаксационного воздействия Эбру можно сказать, что движения глаз при наблюдении за растекающимися каплями,

синхронизируются со многими мышцами и позволяют им расслабиться. Более того, имеются данные о том, что если попросить человека удерживать внутреннее внимание на определенной мышце и одновременно наблюдать за рисунком - расслабляется именно эта мышца. Цвета вызывают у человека чувства и переживания. Одни из них способствуют уравниванию и успокоению, другие, напротив, поднимают тонус и настроение. Работа с красками снимает усталость и напряжение, снижает уровень тревожности, агрессию.

Результат есть у каждого, он индивидуален и зависит от состояния.

Техника Эбру используется в работе с детьми старшего дошкольного возраста, развивает интеллект, умение мыслить нестандартно. Ребёнку не навязываются определённые штампы, стереотипы, готовые схемы для создания образа. Он сам является творцом, при этом подключается детское воображение, воспитывается индивидуальность. Рисование в технике Эбру полезно для неуверенных в себе детей, у которых не получается творческая работа привычным способом. С другой стороны, такая деятельность помогает успокоить чересчур активных и беспокойных дошкольников. Манипуляции с водой завораживают ребят, они учатся концентрировать своё внимание. Ребенку нужен тот результат, который вызывает у него радость, изумление, удивление! Эбру — это чудесный мир возможностей, где у каждого получается. Элементы арт-терапевтической техники Эбру интересны, необычны, обладают множеством неоспоримых плюсов, подходит для работы с широким кругом клиентов самого разного возраста и спектром проблем.