***Арт-терапевтические упражнения:***

***-Нарисуй картину про то,что хочешь,что-то важное в твоей жизни сейчас.***

***-Сделай себе наряд,который помог бы выразить себя,быть тем,кем ты хотел бы (например,волшебная майка с крылышками,что бы ты смог летать).***

***-Сделай отпечаток своей руки на бумаге,потом придумай что-нибудь интересное из этого изображения.***

***-Сделай из умаги или ткани плащ, снаружи нарисуй вещи, которые бы ты хотел,что бы все видели твое желание,а внутри что бы ты не хотел.***

***-Нарисуй картину про свою семью.Я в семье.Нарисуйй картину себя идеального.Нарисуй себя как дерево.***

***-Возьми свой флаг или другой символ,измени его так,что бы он был твоим личным,добавь туда вещи,которые тебе дороги.***

***-Сделай в песке,коробке,на бумаге,подносе или из пластилина сад всех времен года.Нарисуй (сделай) себя в этом саду.***

****

*Арт-терапия (лат. ars — искусство, греч. therapeia — лечение) представляет собой методику лечения и развития при****помощи****художественного творчества.*

*Помимо всего прочего, арт-терапия прекрасный способ безболезненно для других выразить свои эмоции и чувства.*

*Детская арт-терапия – это простой и эффективный способ психологической****помощи****, основанный на творчестве и игре. Другими словами, это – лечение творчеством.*

**Муниципальное бюджетное дошкольное**

**образовательное учреждение**

***Детский сад «Северяночка»***

**Памятка для родителей**

*«Арт-терапия в помощь родителям»*



*Подготовила педагог-психолог*

*Кастрюлева О.А.*

***Ребёнок и его рисунки***

Посмотрите на рисунки Вашего ребёнка!Что Вы видите?Какие цвета использует Ваш ребёнок в своих рисунках?

Если листы изрисованы резкими чёрными или красными линиями, местами прорваны – пора бить тревогу, Ваш малыш живёт в состоянии глубокого стресса.

Частое использование чёрного цвета предупреждает о появлении *«зоны мрака»* в душе Вашего малыша, такие зоны могут скрывать ужасающие секреты, не пропускайте это мимо своего внимания.

Использование коричневого и серого цвета говорит о надвигающейся депрессии.

Красный в больших количествах говорит о склонности к агрессии.

Оранжевый цвет очень позитивен, явный признак большого запаса энергии.

Жёлтый – цвет лёгкого веселья, радости.

Синий, голубой – цвета спокойного комфортного состояния души.

Зелёный – цвет развития, роста, его наличие в рисунке не может не радовать.

**Техника «Эбру"**

***Эбру – фантастическая изобразительная техника. Этот особый метод рисования предполагает использование в качестве холста необычную поверхность – воду.***

***Рисование в данной технике полезно для неуверенных в себе детей, у которых не очень получается творческая работа привычным способом. Дети раскрепощаются, начинают верить в свои силы.***

***Инструменты для работы:***

***1. молоко —6% жирности***

***2. гуашевые краски***

***3. пипетка***

***4. обычная кисточка***

***5. зубочистка***

***6. палочка для суши.***

***7. поднос***

***Берем большой поднос и наливаем молоко.***

***Затем в отдельных емкостях немного разведите водой гуашь.***

***Теперь можно выполнять все манипуляции по переносу красок:для этого используем пипетку.Набираем разведенную гуашь и капаем в молоко.При помощи зубочистки создаем загадочные рисунки.***

****

***Возьмите лист, положите его на молочный рисунок и потом вытаскивайте для просушки.После того, как краски перенесены на лист, можно творить еще бесчисленное количество раз. Очень красиво получается, если краску не только капать пипеткой, но и разбрызгивать с помощью кисти. Затем можно взять зубочистку или палочку и делать узоры.***

****

***Творческих успехов!***