**Использование эбру-терапии в работе педагога-психолога**

**с детьми дошкольного возраста**

***Булыгина Ольга Анатольевна педагог-психолог***

***МБДОУ «Детский сад №206» г. Чебоксары***

**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. 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** [3].

В**работе с детьми эбру** способствует установлению контакта, создает положительный эмоциональный настрой, способствует творческому самовыражению, развитию воображения. Совместное участие в художественной деятельности способствует созданию отношений взаимного принятия, эмпатии.Также эбру-терапияразвивает чувство внутреннего контроля, повышает адаптационные способности, снижает утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления [2].

Существуют специальные наборы для эбру, однако, они довольно дорогостоящие. Материалами для рисования на воде или молоке могут стать гуашевые краски, разведенные водой (желательно дистиллированной), набор кистей, длинный и заостренный с одного конца предмет (например, деревянная шпажка или бамбуковая палочка), пипетка, поднос с высокими бортами, бумага для рисования.

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 раствор и расплывается в круги. Затем с помощью заостренных палочек или гребня, выводятся различные формы или изображения. Конечным итогом процесса является перенос получившегося рисунка с жидкости на бумагу [3].

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

Ниже представлен **конспект занятия с применением эбру-терапии на тему «Сказочный лес»**, которое является частью системы профилактических мероприятий с детьми 5-6 лет.

**Задачи:**

* создание положительного настроя;
* снятие эмоционального напряжения;
* развитие коммуникативных навыков в различных ситуациях общения;
* развитие активного творческого воображения, побуждение детей к творчеству;
* профилактика эмоциональных, поведенческих нарушений.

**Оборудование**: музыкальные аудиофайлы «Лес», «Звуки природы»; следы, вырезанные из бумаги; макеты деревьев; подушки; глубокие подносы, вода/молоко, загуститель (желатин, крахмал), кисти, палочки, пипетки, бумага для рисования, фартуки и нарукавники – по количеству участников.

**Количество участников:** 5-7 детей

**Продолжительность:** 25-30 минут.

**Ход занятия.**

1. **Вступительная часть.** Вводное слово педагога-психолога:

- Здравствуйте, ребята! С каждым днем на улице становится холоднее. Однако в осеннее время нас радует разноцветье красок деревьев. Где мы можем полюбоваться ими?

*Предполагаемые ответы детей: «В парке, в лесу».*

- Предлагаю нам всем отправиться в сказочный лес. Но для этого нам нужно закрыть глаза, а наша волшебная музыка поможет нам перенестись туда.  
*Звучит приятная медленная музыка. Дети закрывают глаза и представляют, как они переносятся в волшебный лес. Педагог-психолог размещает атрибуты осеннего леса.* - Ну, вот мы и прибыли в наш волшебный лес. Смотрите, как здесь красиво! Деревья в золотом наряде, а кое-где видны желтые, оранжевые и красные листочки. Чтобы попасть на самую красивую лесную поляну, нужно пройти по волшебным следам.

Динамическая минутка «Следы». *Дети проходят по следам, выложенным на полу комнаты.*

- Вот мы и прибыли на самую красивую полянку сказочного леса.

*Ребята рассаживаются на мягкие подушки.*

Игра «Клубочек».

- Ребята, лесные жители приготовили для нас клубочек с нитками. Я предлагаю вам сесть в круг и, передавая клубок ниток следующему ребенку, говорить ему что-нибудь приятное. При этом каждый, кто передает и кому передается клубок, наматывает часть нитки на свой палец

*Психолог показывает образец действия. Игра продолжается до тех пор, пока все дети не окажутся связанными нитью.*

- Посмотрите, мы все связаны одной нитью. Давайте слегка натянем ее, чтобы почувствовать, что каждый из нас является частью одного целого. Мы с вами – единое целое. И на нашем занятии мы должны быть дружными, действовать слаженно [1].

**2. Основная часть.**

Игра-релаксация «Деревья» (выполняется под спокойную музыку).

*Педагог-психолог: «*Деревья, окружающие нас, очень красивы, а цветы издают изумительный аромат. Все деревья в сказочном лесу необычные, так как обладают волшебной силой. Давайте представим себя каким-нибудь деревом. Ваши ноги превратились в корни. С помощью них вы устойчиво стоите на земле. Руки стали ветвями, ветки качаются под дуновением легкого, теплого ветерка. Вы тянетесь высоко, высоко, к самому солнышку». *После игры педагог-психолог спрашивает каждого ребенка, в какое дерево он превратился и почему.*

*Беседа с детьми:*

- Ребята, а кто еще обитает в сказочном лесу? *Предполагаемые ответы: дикие животные, лесные жители.*

*-* А каких животных можно встретить в лесу? *Предполагаемые ответы: зайца, волка, лисицу и т.д.*[1]

Игра «Изобрази животное». Инструкция: «Предлагаю вам показать лесных животных только при помощи мимики и жестов, не произнося слов. Каждый из вас по очереди будет изображать животное. Остальные ребята должны угадать, какое животное Вы изобразили» [1].

Игра «Большое животное». Педагог-психолог:

- В сказочном лесу много животных: и маленьких, и больших. Я предлагаю вам всем вместе поиграть в игру «Большое доброе животное». Нужно встать в круг и взяться за руки. Мы превратились в одно огромное, доброе животное. Давайте придумаем ему имя! *Дети придумывают животному имя.*

- Здорово! У нашего зверя появилось имя! Прислушайтесь к дыханию животного. Все вместе глубоко вдыхаем воздух и выдыхаем. Громко дышит большое животное. Сейчас делаем один шаг вперед - глубоко вдыхаем воздух через нос, ненадолго задерживаем дыхание, делаем шаг назад и сильно выдыхаем весь воздух через рот. Вот какое дыхание у большого зверя!

- У нашего животного большое, доброе сердце, послушайте, как оно стучит. Все вместе медленно стучим ногами. Наше животное кто-то вспугнул, и оно пустилось наутек, его сердце застучало быстро и громко (давайте часто и громко потопаем ногами). Дыхание стало прерывистым и частым-частым. Делаем шаг вперед и быстро топаем ножками, шаг назад, снова быстро топаем ногами.

- Утомилось наше животное, уже не может быстро бежать, поэтому медленно идет. Давайте покажем наше усталое животное (тихонько, стучим ногами, делаем шаг вперед, и шаг назад). Животное спряталось за деревом и уснуло [1].

Рисование в технике эбру. Далее ребятам предлагается пофантазировать о том, какие сны могло увидеть животное. Дети подходят к заранее подготовленным столам со всем необходимым. Педагог-психолог дает разъяснения о том, как следует применить предлагаемые материалы для создания индивидуального рисунка. В завершение процесса каждый ребенок по очереди демонстрирует всем свою работу и рассказывает о ней, взрослый может помочь наводящими вопросами.

1. **Завершающая часть**. Педагог-психолог:

- Ребята, вот и наступило к концу наше путешествие по сказочному лесу. Нам пора возвращаться в наш светлый и уютный детский сад. *Ребята вместе с педагогом идут обратной дорогой по следам.*

- Ребята, вам понравилась экскурсия в сказочный лес? Что больше всего запомнилось и почему?

Как видим, эбру-терапия относится к числу бережных и безопасных методов регуляции психоэмоционального состояния детей дошкольного возраста. Данная техника также может оказаться эффективным методом психодиагностики и коррекции эмоциональных проблем не только в работе с детьми, но и со взрослыми.

**Список литературы:**

1. Кряжева, Н.Л. Развитие эмоционального мира детей / Н.Л. Кряжева. – Ярославль : Академия развития, 1996. – 208 с.
2. Лебедева, Л. Д. **Практика арт-терапии**: подходы, диагностика, система занятий / Л. Д. Лебедева. – Спб. : Речь, 2003. – 256 с.
3. Окульская, Л. В. Нетрадиционная техника рисования **эбру** // Инновационные педагогические технологии: материалы IV Междунар. науч. конф. (г. Казань, май 2016 г.). – Казань : Бук, 2016. – С. 62-65.