

Глино-терапия в работе с детьми и подростками.



Сегодня используются различные виды АРТ - терапии: это все виды рисунка (рисунок, живопись, графика.), мозаика, коллажи, работа с глиной и боди-арт, лепка, фототерапия, музыкотерапия, танцевально двигательная терапия, терапия стихами, сказкотерапия и т.д. Арт - терапия это наше отражение восприятия окружающего мира и одно из наиболее популярных, востребованных и универсальных направлений практической психологии, консультирования и психотерапии. Из всего многообразия методов Арт — терапии в работе с детьми и подростками одним из самых интересных является работа глиной.

Каждый ребенок обладает огромным интересом и желанием познания всего нового, и родителям порой сложно поверить в то, что обычная работа с глиной способна улучшить психологическое здоровье ребенка - вопросы творчества и психологического здоровья очень редко связываются в процессе семейного воспитания ребенка. Однако работа с глиной имеет глубокое психологическое воздействие, она сближает детей с их чувствами и такая работа в психологии называется Глинотерапия.

Глинотерапия – это вид арт-терапии, где глина ценится как естественный, неструктурированный, пластичный трехмерный материал, использование которого предполагает работу непосредственно руками, без подручных инструментов, требует определенных физических усилий и затрат времени.

Глина считается идеальным материалом для передачи эмоций и переживаний человека, а сам процесс – исцеляющим.

Лепка – это игра, где создание вымышленных образов обретает материальную форму, наполненную индивидуальными смыслами, например лепка человеческих фигурок, оберегов, фигурок зверюшек позволяет создать символический образ, наполненный индивидуальными внутренними переживаниями, работа с которым может прояснять скрытые душевные мотивы и побуждения, выразить глубоко запрятанные чувства, прожить их на символическом уровне.

Часто ребенку или подростку бывает трудно понять и выразить свои чувства. Иногда чувства могут быть интенсивными или непереносимыми, и тогда ребенок утрачивает способность к пониманию и передаче своих переживаний.

Лепка из глины помогает справиться с агрессией, тревогой, страхом – по крайней мере, снять напряжение здесь и сейчас. Обычно безобидно побив глину, дети успокаиваются и переходят к более конструктивным действиям. Для выхода агрессивной энергии дети любят слепить монстра, а потом сражаются и побеждают его. Проживание внутренних конфликтов через лепку с глиной дает выход физической и творческой энергии ребенка, успокаивает его и позволяет заниматься повседневными делами.



Использование глины в терапии особенно важно для тех детей, которым трудно рассказать о своих чувствах и переживаниях. В ситуациях неопределенности «мять» глины, её «вылепливание» снижает или убирает сопротивление и дает возможность «увидеть» решение. Работа с глиной позволяет мягко отреагировать, переработать и осознать травматичный опыт. Она эффективна в терапии с высокой степенью агрессии, с социальной дезадаптацией ребенка, его девиантным поведением, с пост-стрессовым расстройством, навязчивыми состояниями, а также экзистенциальными кризисами и проблемами. В работе с глиной нет противопоказаний и возрастных ограничений. Это и позволяет более широкое использование глины в психологической практике.



Лепить можно вдвоем с ребенком — это интересно и полезно. Любая совместная работа родителя и ребенка, приносящая радость,— прекрасна, она помогает наладить и поддерживать взаимопонимание, находить общий язык с ребенком. А это бесценно.

Что нужно для занятий дома?

В настоящее время глину можно приобрести в любых художественных магазинах, в отделах «канцтовары», интернет магазинах. Продается глина в готовом виде в форме брикетов или в порошкообразном состоянии. В последнем случае ее необходимо развести водой и тщательно перемешать до однородной консистенции. Цвет глины может быть любой: белый, голубой, красный, черный. Из глины вылепить можно практически всё, что пожелает душа. Статуэтки, посуду, бижутерию, свистульки, колокольчики, игрушки. Лепка из глины – поле для идей и фантазий.

Подводя итог, можно сказать, что лепка из глины творит чудеса. Это не только красиво и приятно, но ещё и полезно. Благодаря глинотерапии ребенок учится понимать себя, владеть собой, регулировать своё состояние и эмоции в непринужденной обстановке; занимаясь творчеством может создать свою уникальную задумку, мечту или желание. Корректируя и работая над глиняной фигурой ребенок своими руками меняет отношение к себе и окружающим. А совместные занятия родителей и детей благотворно влияют на социализацию и коммуникацию ребенка, также на укрепляет эмоциональную близости между членами семьи. В процессе творческой деятельности легче устанавливаются эмоциональные, доверительные отношения между ребенком и родителем.

