***«ЗДОРОВый «Я» ЧЕРЕЗ РИСУНОК»***

Современный мир динамичен и многообразен. Ученику XXI века необходимо справляться с потоком информации и стрессами. Умение регулировать свое поведение в различных ситуациях. Я занимаюсь проблемами страха, обиды, не понимания и не принятия в обществе детей, проводя коррекционные занятия, которые включают в себя развивающие упражнения, их комплексы, личные беседы, игровую терапию, арт - терапию, сказкотерапию. Но я считаю, что Арт-терапия —позволяет познать себя через искусство и творчество —это прекрасный метод в том, чтобы через метафорические истории помочь лучше понять свои чувства и найти решение для сложных жизненных ситуаций. Через терапию рисунка родители , дети, группа одноклассников, друзей рисуют и фантазируют и проживают жизнь персонажей .Где можно совместно проработать обиды, страхи, переживания. Диагностика терапии основана на выполнении различных заданий, в основном, изобразительного характера, фантазии. В настоящее время арт-терапию все чаще рассматривают как инструмент прогрессивной психологической помощи, способствующей формированию здоровой и творческой личности, и реализации на практике ряда функций социализации личности (адаптационная, коррекционная, мобилизующая, регулятивная, реабилитационная, профилактическая). Через арт-терапию можно понять символы в образах, можно помочь детям лучше познать их внутреннее «Я», одновременно помогая им интегрировать недавно открытое внутреннее «Я» во внешнюю реальность. Таким образом, арт-терапия неразрывно связана с укреплением аутоэкспрессии и понимания.

Достижение положительных результатов в арт-терапии происходит за счет следующих феноменов:

О развитие и усиление внимания к своим чувствам и

переживаниям, что повышает самооценку;

О сам процесс творчества, дающий возможность свободно выразить свои чувства, потребности и фантазии в виде продукта творчества (рисунка, коллажа,

скульптуры, звуковой композиции, сказочной истории, танца) и являющегося безопасным способом разрядки напряжения;

О возможность заново пережить внутренние конфликты прошлого в результате соприкосновения со своим

бессознательным и общения с ним на символическом

языке образов в условиях безопасного пространства

и безусловной поддержки со стороны психолога;

О возникновение чувства внутреннего контроля и порядка, так как творчество приводит к необходимости

организовывать окружающее пространство (формы и

цвета, звуки, слова, движени