

Методическая статья «Эбру-терапия как средство развития и коррекции эмоциональной и познавательной сферы у детей с особыми образовательными потребностями»

Алферова Ирина Ивановна, педагог-психолог
ГКОУ «Специальная (коррекционная)
общеобразовательная школа-интернат № 7»

«Один рисунок стоит тысячи слов». Это восточная мудрость наиболее точно отражает основную идею арт-терапии. Методы арт-терапии, широко признаны и активно используются педагогами и психологами в сфере образования для коррекции психологического состояния человека. Упражнений и техник арт-терапии существует огромное множество, но все их объединяет возможность посмотреть на свое творчество как в зеркало. Все арт-терапевтические методы базируются на утверждении, что всякий раз, когда человек не задумываясь о художественной ценности своих произведений, рисует, лепит, сочиняет сказки, танцует в созданных образах, отражается его внутреннее «Я».

Арт-терапия Эбру представляет собой особый метод рисования, предполагающий использование в качестве холста необычную поверхность – воду. Эбру – это одновременно и творчество, и лечение. Каждый день наша психика взаимодействует с окружающей средой, и решение ежедневных проблем все дальше уводит нас от творческого восприятия мира. Наши внутренние ощущения, гармоничное восприятие мира, эмоции и память утрачивают яркие краски и перестают обогащаться, жизнь ставит нам задачи все более жесткие и предсказуемые.

Практика применения Эбру-техники в России молода, а терапевтический эффект основан на гармонизирующем, развивающем и релаксационном воздействии Эбру как искусства на психофизическое состояние и личностное развитие человека. Хотя Эбру считается турецким искусством на воде, возникновение самой технологии восходит к странам Востока. Еще примерно в двенадцатом веке в Японии существовало искусство суминагаши, что дословно переводится как «плавающие чернила». Существует множества версий, откуда пошло искусство рисования на воде: разные источники называют родиной технологии не только Китай и Японию. В Турции техника рисования на воде появилась еще в седьмом веке, хотя название Эбру стало употребляться, только спустя три столетия. Термин Эбру происходит от персидского ebrî, что означает «воздушное облако». И, действительно, если посмотреть на рисунок, выполненный по такой технологии, становится понятно, почему его так называли.

Искусство живописи на воде, древнейший вид народного искусства, развивавшийся на протяжении столетий, и имеет восточные корни. Еще совсем недавно этот прекрасный вид искусства был под угрозой исчезновения. Технология могла быть утрачена, мастерство забыто, и нам бы осталось лишь наслаждаться шедеврами прошлого, пытаясь понять, каким непостижимым образом они были созданы.

Одной из глобальных потребностей человека является стремление к созиданию. В специальных общеобразовательных школах для детей с особыми образовательными потребностями это особенно актуально. Ведь такой ребенок не всегда может открыться и выразить свои чувства.

И что же происходит? Специфика процесса нанесения красок, на поверхность специально подготовленного водного раствора и создание живописных образов с последующим их закреплением путём переноса на различные поверхности (бумагу, ткань, дерево, пластик, стекло, керамику, металл и др.) завораживает и кажется волшебством. Необычность и новизна для большинства ребят к искусству Эбру создаёт устойчивый интерес, активизируя непроизвольное внимание наблюдателя или самого исполнителя (особенно того, кто сталкивается с техникой Эбру впервые). Такой эффект позволяет создать естественную основу для формирования и развития произвольного внимания как центральной функции внутреннего самоконтроля.

Ещё одна особенность Эбру состоит в том, что результат работы предугадать очень сложно, особенно начинающим «художникам», что вызывает дополнительный интерес. Кроме того, в Эбру нет почти ничего, что нельзя исправить. В этом заключаются дополнительные ресурсы для коррекционно-реабилитационной практики.

Наряду с этим создание высокохудожественных образов в технике Эбру – очень тонкий и одухотворённый процесс. Он сопряжен не только с работой, направленной на поддержание необходимого баланса компонентов красок и водного раствора, но также с большой работой по обретению внутреннего равновесия самим художником. Речь идет о том, что совершенствование в искусстве Эбру невозможно без стремления к внутренней гармонии и развитию способности к рефлексии, что для желающих преуспеть в этом искусстве создает естественную мотивацию для саморазвития. Соприкосновение с многообразной цветовой палитрой красок и взаимодействие с природными материалами (минералы, вода, дерево, и др.) создаёт гармонизирующий эффект, способствует улучшению эмоционального состояния, а также может помочь при диагностике состояния эмоционально-волевой сферы детей с особыми образовательными потребностями и взрослых.

Любое изображение в Эбру начинается с первой капли. Круг – основа любого мотива и образа, созданного в технике Эбру. На начальном этапе рисования, при создании фона, краска в виде капель наносится одним или несколькими слоями на водный раствор и расплывается в круги. Затем краска наносится для создания с помощью специальных инструментов и художественных приёмов различных формализованных изображений.

Для рисования нужна вязкая вода, краски, не растворяющиеся в воде, плоские кисти, палочки, гребенки, бумага (она должна быть для рисования акварелью). Суть Эбру-техники сводится к тому, что у жидкостей разная плотность и не растворяющиеся краски не тонут, они удерживаются на воде и создавая тонкую пленку.

Наблюдение за расплывающимися разноцветными пятнами и плавным изгибами линий на поверхности воды создаёт седативный эффект, способствуя снижению уровня тревожности, агрессии, снятию эмоционального напряжения. Вместе с тем возможность создавать чёткие формы, а также картины по предварительному замыслу требует развития навыков самоконтроля, саморегуляции, а также достаточного уровня развития абстрактного мышления, моторики, пространственного восприятия, умения ориентироваться на изобразительной поверхности. Регулярное выполнение подобных заданий способствует формированию и развитию указанных процессов, функций и навыков у детей и взрослых, повышает их самооценку.

Эбру относят к «правополушарному» рисованию. Это рисование эмоциями и чувствами. Методика правополушарного рисования позволяет убрать все те блоки и зажимы, которые присутствовали в человеке. «Правополушарные» творческие виды деятельности – это своеобразный ключик к подлинным переживаниям и к глубинным бессознательным процессам, которые упрощают творческий процесс, отключают анализ деятельности, избавляют от внутренних преград, помогают обрести внутреннюю гармонию и проявить индивидуальность, раскрывает творческие способности. У детей занятия правополушарным рисованием повышают интерес к учебной деятельности, они становятся спокойнее, меньше получают стрессов, начинают спокойно реагировать на трудности и преграды. В эбру-терапии целителен сам процесс, само действие. Оно позволяет вернуть ребенку ту атмосферу, которая окружала его в минуты радости: безусловное принятие, признание достоинств, удовлетворяется потребность в признании, позитивном внимании.

Применяя Эбру –терапию педагог-психолог на коррекционно-развивающих занятиях использует обычную структуру. Занятие состоит из 3 частей: вводная, основная и заключительная.

Вводная часть составляет 3-4 минуты. Она включает в себя ритуал приветствия ,игры в кругу на подражание, развитие коммуникативных навыков и крупной моторики.

Основная часть длится 25 минут. Она включает в процесс работы изодеятельность. Техника Эбру выполняется поэтапно:

1. Наливаем заранее подготовленную жидкость в специальный лоток. В палитре готовим краски разного цвета. Берем веерную кисть, окунаем в краску и разбрызгиваем над водой. Это будет фон рисунка. Фон может состоять из 2- 3 цветов.

- 2.Далее берем спицу и размешиваем в разных направлениях краску по желанию. Фон готов.

3. Приступаем к рисунку, в основе которого лежит круг. Рисунок выполняется тонкой спицей. Спица окунается в краску и ставится точка на поверхности воды. Вытираем спицу салфеткой, окунаем в другую краску, и снова погружаем в ранее отмеченную точку, которая уже расплзлась в круг. Так можно делать несколько раз, используя разные оттенки. Затем

спицей делаем рисунок, для этого спицей ведем из круга, или в круг. Рисунок готов.

4. Перенос рисунка.

Берем бумагу и кладем на поверхность воды. По бумаге аккуратно проводим спицей, чтобы рисунок отпечатался с воды на бумагу. Поддеваем край листа спицей, и достаем рисунок из воды, просушиваем на гладкой поверхности. Проводится рассматривание работы и обмен впечатлениями.

На заключительную часть отводится 1 – 2 минуты, в течение которых проводится ритуал окончания занятия.

Таким образом, рисование на воде – очень бережный и безопасный метод терапии. Этим он особенно хорош для детей с особыми образовательными потребностями и для педагогов при работе с ними по профилактики эмоционального выгорания. Эбру-терапия помогает справиться со многими проблемами и активно используется в работе психологов и педагогов.

Техника Эбру находит свое практическое применение:

- в области диагностики;
- в сфере коррекционной и реабилитационной работы с различными категориями детей и взрослых (в том числе, с ОВЗ и инвалидностью, а также трудностями социализации и обучения);
- в сфере дополнительного образования детей и взрослых.

Список литературы:

1. *Баширова Е.Н.* Развитие детей с ОВЗ приемами арт-терапии // Психология в России и за рубежом: материалы II междунар. науч. конф. СПб.: Реноме, 2013. С. 85-90.
2. *Крылова А.А.* Психологические проблемы самореализации личности. -СПб.:Изд.С- П ун-та, 2007. – 264 с.
3. *Могильченко О.А.* Эбру искусство рисования на воде как средство познания мира и развития эстетического восприятия у детей с ограниченными возможностями // Проблемы педагогики. 2016. №10. С. 31-34.
4. *Окульская Л.В.* Нетрадиционная техника рисования эбру // Инновационные педагогические технологии : материалы IV междунар. науч.конф. Казань:Бук,2016. С. 62-65