**Психолого-педагогическая поддержка семей детей с ОВЗ**

**Арт-терапия - лечение творчеством**

Арт-терапия - это простой и эффективный способ психологической помощи, основанный на творчестве и игре.

Психика ребенка с ОВЗ очень ранима и требует бережного к себе отношения, на своем пути дети часто сталкиваются с серьезными трудностями: в семье, в школе, в общении и одиночестве. Взрослые очень хотят им помочь, но часто не знают как: убеждения и нравоучения не помогают, а сам ребенок не может толком ничего объяснить. В таких случаях и может помочь арт-терапия.

Дети с удовольствием занимаются творчеством: рисуют, лепят, сочиняют, изображают. Этот приятный и не слишком травмирующий метод подходит для решения даже самых глубинных психологических проблем. Именно поэтому особенно хорошо арт-терапия подходит для детей с ОВЗ.

Арт-терапия для детей проходит в достаточно свободной форме: обсуждение психологических трудностей проходит на заднем фоне основной творческой или игровой деятельности. Получается, что ребенок одновременно получает удовольствие от занятия, раскрывает свои творческие способности, оказывается в центре внимания взрослого и преодолевает психологические трудности.

Бывает, что взрослые, напротив, настороженно относятся к арт-терапии: «Ну вот я нарисую, ну и что? От этого же на самом деле ничего не изменится». А от этого изменится самое главное - картина ситуации в Вашем представлении, та самая картина мира, в котором Вы живете.

«У меня не получается» - часто говорят дети и отступают перед трудностями. Действительно, многие дети (да и взрослые) быстро сдаются и сильно расстраиваются, когда у них что-то не получается. Как же воспитать такое качество, как целеустремленность, воля к победе, вера в успех?

Для начала можно просто посочувствовать: «Да, в начале действительно бывает очень тяжело» или «Иногда, когда долго не получается, то начинает казаться, что вообще никогда не получится».

А еще можно провести арт-терапевтическое упражнение «Путь к цели», которое поможет Вам развить такие качества, как стремление к цели, воля к победе, настойчивость, гибкость мышления.

Арт-терапевтическое упражнение «Путь к цели»

*Инструкция:* Нарисуй (слепи, построй) путь к цели для своего героя с множеством препятствий. Героем может быть сам ребенок, другой человек или сказочный персонаж. У героя обязательно должна быть цель - зачем он преодолевает все эти трудности (сокровища, дом, друг)? Путь героя обычно пролегает через весь лист, и чем больше вы нарисуете препятствий - тем лучше! Когда рисунок закончен, важно обсудить каждое препятствие: как именно герой сможет его преодолеть. Важно, чтобы герой сам преодолевал их (лез, прыгал, плыл, сражался) и не пользовался сказочными способами вроде волшебной палочки или шапки-невидимки.

Здорово, если вы сможете придумать 2-3 способа преодоления каждого препятствия, взрослый может предлагать свои варианты. Но окончательное решение остается за ребёнком. И, конечно, хорошо бы нарисовать прямо на этом рисунке, как герой преодолевает все препятствия.

***Желаем Вам успехов в творчестве!***