



Эбру-терапия - рисование на воде



Подготовила:

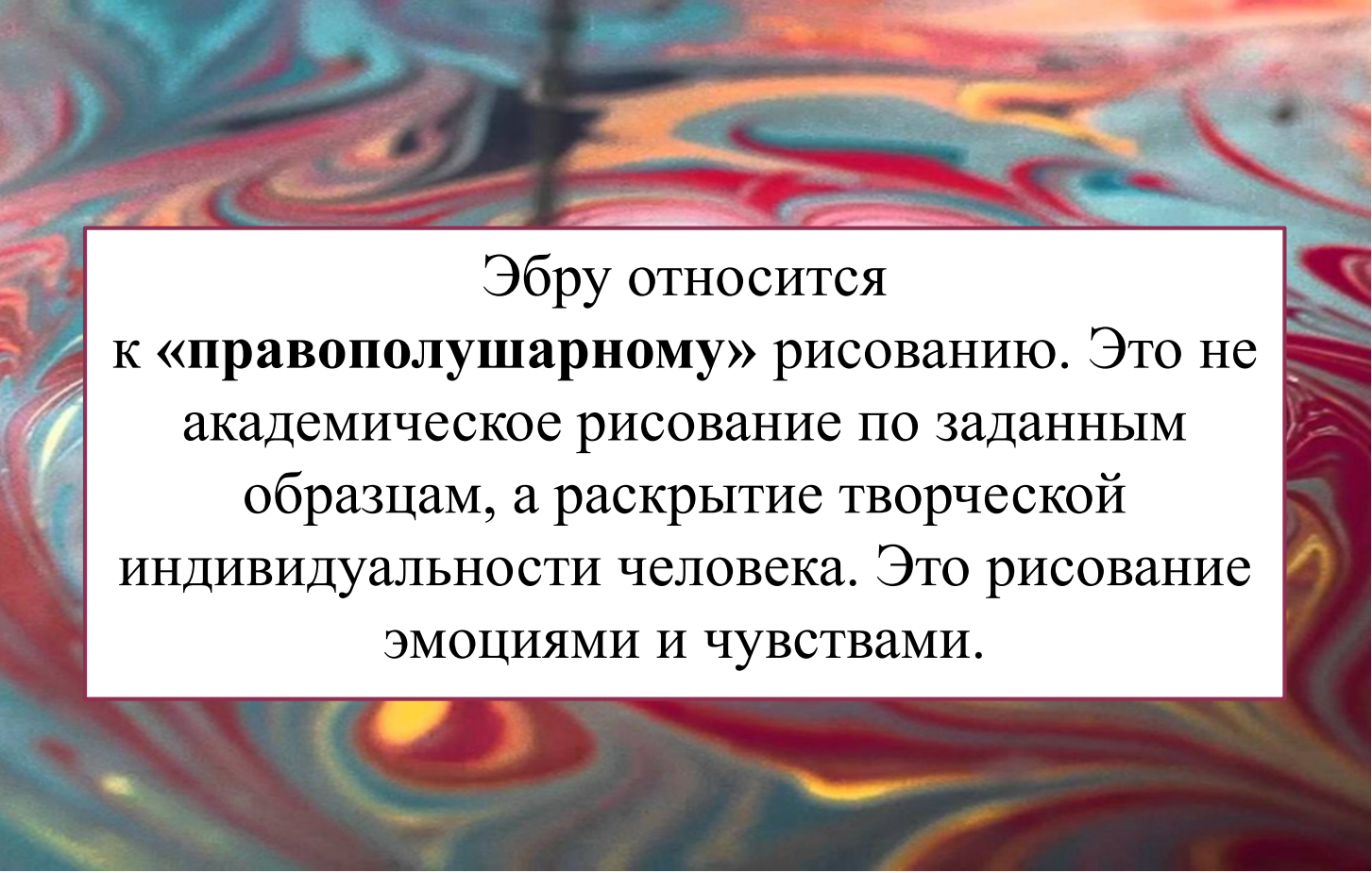
Воспитатель МБДОУ ДС № 48 «Одуванчик»

Ветренко Елизавета Александровна

Что такое эбру-терапия?

«Эбру» с персидского языка переводится как «похожий на облака».

Эбру-терапия –
арт-терапевтический метод, который
основан на гармонизирующем,
развивающем и релаксационном
воздействии на психофизическое
состояние и личностное развитие
человека.



Эбру относится к «правополушарному» рисованию. Это не академическое рисование по заданным образцам, а раскрытие творческой индивидуальности человека. Это рисование эмоциями и чувствами.

Применение эбру-терапии



- ☞ 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 области профилактической работы.

Возможности эбру-терапии



- ❧ способствует творческому самовыражению, развитию воображения, эстетического опыта, практических навыков изобразительной деятельности, художественных способностей в целом;
- ❧ • облегчает процесс коммуникации со сверстниками и взрослыми. Совместное участие в художественной деятельности способствует созданию отношений взаимного принятия, эмпатии;
- ❧ • позволяет обратиться к тем реальным проблемам или фантазиям, которые по каким-либо причинам затруднительно обсуждать вербально;
- ❧ • помогает в коррекции агрессии, так как дает возможность на символическом уровне экспериментировать с самыми разными чувствами, исследовать и выражать их в социально приемлемой форме;
- ❧ • развивает чувство внутреннего контроля. Занятия стимулируют развитие сенсомоторных умений и правого полушария головного мозга, отвечающего за интуицию и ориентацию в пространстве;
- ❧ • повышает адаптационные способности. Снижает утомление, негативные эмоциональные состояния и их проявления;
- ❧ • эффективен в коррекции различных отклонений и нарушений личностного развития;
- ❧ • обеспечивает релаксационный эффект;
- ❧ • развивает концентрацию внимания на собственных ощущениях и чувствах;
- ❧ • положительно влияет на развитие самооценки.

Инструментарий для эбру-терапии



- ☞ Водонепроницаемый ящик;
- ☞ Чистая вода;
- ☞ Акриловые краски;
- ☞ Загуститель для воды;
- ☞ Шило, гребни;
- ☞ Кисти.

Процедура проведения



❧ *1 шаг. Подготовка жидкости.*

Загуститель для воды, можно приобрести в магазине «Леонардо», стоит он 209 р. Одну ложку этого порошка необходимо за сутки до начала работы растворить в 3 литрах теплой воды. Далее оставить настаивать на сутки. вы видите, жидкость уже подготовлена заранее.

❧ *2 шаг. Подготовка красок*

Краски для эбру можно приобрести в любом художественном магазине, например в «Леонардо», один флакон стоит 150 р., все краски хорошо смешиваются между собой.

❧ *3 шаг. Подготовка изобразительного материала*

Нам понадобятся: лотки для жидкости, кисти, палочки, салфетки сухие и влажные, бумага.

❧ *4 шаг. Рисование в этой технике*

Берем лоток с подготовленной жидкостью и палочку, на кончик палочки набираем краску, и слегка касаемся поверхности воды (можем поставить несколько точек в зависимости от задуманного) или кистью делаем фон (набираем на кончик краску и стряхиваем ее тихонько на воду, постукивая кистью о палец левой руки на высоте 5-6 см от поверхности).

Далее воплощаем задуманное (цветы, пейзаж, фон или еще что - то другое)

❧ *5 шаг. Перенос рисунка на бумагу*

Берем лист бумаги, соответствующий размеру лотка, аккуратно кладем ее на поверхность и ждем несколько минут, края начнут подниматься. Берем за края бумаги и поднимаем ее.

Даем рисунку высохнуть в течение суток.