**Арт-терапия как один из методов диагностики и коррекции негативных эмоциональных состояний подростка.**

Арт-терапия - это увлекательный, эффективный и не слишком затратный способ психологической помощи, основанный на творчестве и игре.

Психика ребенка очень ранима и требует бережного к себе отношения, ведь ребёнок только начинает узнавать самого себя как личность, других людей и мир вокруг. И на своем пути дети часто сталкиваются с серьезными трудностями: в семье, в школе, в общении и в одиночестве. Взрослые очень хотят им помочь, но часто не знают как. Объяснения, убеждения и нравоучения не помогают, а сам ребёнок не может толком объяснить, что с ним происходит. Как раз в таких случаях и может помочь арт-терапия.

Подростковый возраст характеризуется как переходный, сложный, трудный, критический. В качестве общих особенностей этого возраста отмечаются изменчивость настроений, эмоциональная неустойчивость. В сочетании с неправильным воспитанием, неблагополучными отношениями с окружающими людьми и физиологическими качествами эти особенности могут стать эмоциональными нарушениями. Для коррекции эмоциональных нарушений у подростков применяется арт-терапия как метод невербальной, в том числе изобразительной экспрессии, выражения чувств и эмоций. Согласно многочисленным исследованиям отечественных педагогов и психологов детский рисунок является своеобразным аналогом речи. В частности, Л. С. Выготский называл детское рисование графической речью.

Коррекционные возможности арт-терапии по отношению к подросткам с эмоциональными нарушениями имеют огромный потенциал.

Арт-терапия представляет собой совокупность психокоррекционных методик, имеющих различия и особенности, определяющиеся как жанровой принадлежностью к определенному виду искусства, так и направленностью, технологией психокоррекционного лечебного применения.

Прежде всего, рисование и изображение связано с радостью, именно по этой причине Шоттенлоэр Г. рекомендует использовать метод арт-терапии при психокоррекционной работе с детьми, имеющими душевные раны, неразрешенные внутренние конфликты, высоко тревожными детьми. Она полагает, что радость повышает уверенность, формирует позитивное отношение к жизни, а это именно те качества, в развитии которых особо нуждается тревожный ребенок, страдающий большим количеством страхов. Изображение заставляет концентрироваться на своих переживаниях, осознавать их. При рисовании возможно переосмысление событий, формирования своеобразной независимости, которая все больше будет развиваться с возрастом ребенка.

Искусство, являясь важным фактором художественного развития, оказывает большое психотерапевтическое воздействие, влияние на эмоциональную сферу ребенка, при этом выполняя 1) коммуникативную, 2) регулятивную, 3) психотерапевтическую функции.

Коррекционно-развивающие и психотерапевтические возможности искусства связаны с предоставлением ребенку практически неограниченных возможностей для самовыражения и самореализации как в процессе творчества, так и в его продуктах, утверждением и познанием своего «Я».

2) Регулятивная функция арттерапии заключается в снятии нервно-психического напряжения, регуляции психосоматических процессов и моделировании положительного психоэмоционального состояния.

3) В качестве психотерапевтического воздействия на эмоциональную сферу ребенка нами была выбрана арт-терапия как наиболее доступная и эффективная в условиях реабилитационного учреждения, соответствующая возрастным особенностям детского контингента и не требующая значительных материальных затрат.

Арт-терапия не навязывает человеку «внешних», «механических» средств лечения или разрешения его проблем, а «запускает» его внутренние ресурсы. Кроме того, проведение изобразительных занятий с детьми способствует обеспечению ребенка социально приемлемым способом выхода агрессии и других негативных состояний, развитию чувства внутреннего контроля и воображения, повышению самооценки, что положительно влияет на процесс лечения.

Таким образом, применение арт-терапии в качестве одного из компонентов лечебно-реабилитационных мероприятий может выполнять, с одной стороны, уточняющую диагностическую функцию, а с другой - коррекционную, способствующую восстановлению жизненно важных функций организма и психической гармонизации в целом.