

# **ЗНАЧЕНИЕ ИМАГОТЕРАПИИ В ФОРМИРОВАНИИ НАВЫКОВ РЕЧЕВОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ**

Цели и задачи имаготерапии (за основу взяты представления Вольперт И. Е., Говорова Н.С., 1973):

1. Воспитание способности адекватно реагировать на возникающие неблагоприятные ситуации, а также способности входить в роль, соответствующую ходу событий, - принимать адекватный образ и «уходить» таким путем от образа своего «я», зачастую деформированного.
2. Укрепление и обогащение эмоциональных ресурсов и коммуникативных возможностей.
3. Развитие способности к творческому воспроизведению специально показанного ему «лечебного» образа, что приобретает самостоятельное значение в оздоровлении личности.
4. Тренировка способности к мобилизации жизненного опыта в нужный момент, воспитание у себя волевых качеств, способности к саморегуляции.
5. Создание в процессе имаготерапии определенного творческого интереса, обогащающего их жизнь новым содержанием.

# Приемы имаготерапии:

- пересказ того или иного прозаического литературного произведения,
- фиксированный диалог, который отражает и развивает изложенную ситуацию,
- импровизированный диалог,
- импровизация заданной ситуации,
- пересказ и драматизация народной сказки,
- театрализация рассказа,
- воспроизведение фрагментов классической и современной драматургии,
- выступление в спектакле.

# 12 ПРАВИЛ ИМАГОТЕРАПИИ

- 1) Говори медленно и спокойно.
- 2) Всегда уясни себе, что и как ты будешь говорить.
- 3) Не говори ни слишком громко, ни слишком тихо.
- 4) Прежде чем начать говорить, быстро, глубоко вдохни ртом.
- 5) При разговоре стой или сиди прямо и спокойно.
- 6) Расходуй дыхание экономно. Во время разговора старайся по возможности задерживать дыхание.

# 12 ПРАВИЛ

## ИМАГОТЕРАПИИ

- 7) Переходи всегда решительно и определенно в положение для произнесения гласных.
- 8) Направляй выдох не на согласный, а на гласный звук.
- 9) Никогда не нажимай на согласные; в случае необходимости говори ниже обыкновенного тона, несколько растягивая гласные.
- 10) Когда слово начинается с гласного, то начинай его тихо и несколько пониженным тоном.
- 11) Растягивай долго гласные в предложении и связывай все слова предложения между собой, как будто все предложение - одно много-сложное слово.
- 12) Всегда старайся говорить внятно и благозвучно.

