

Паспорт инновации

1.	Наименование инновации	Инновационная технология социо-культурной реабилитации в полустационарном и стационарном социальном обслуживании «Арт-гармония»
2.	Тема инновации	Арттерапия
3.	Направление инновационной деятельности	Полустационарное и стационарное социальное обслуживание
4.	Наименование учреждения	Государственное бюджетное учреждение социального обслуживания «Минераловодский центр социального обслуживания населения»
5.	Адрес учреждения	357201, Ставропольский край, г.Минеральные Воды, ул.Фрунзе,52
6.	Телефон/факс	Тел./факс (87922)7-67-36
7.	Сайт	http://mcson.ru/
8.	Адрес электронной почты	cson16@minsoc26ru
9.	Руководитель учреждения	Чистякова Елена Викторовна - директор
10.	Руководитель проекта	Гавенко Е.А. - заведующая отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья Качанова О.С. - культорганизатор отделения временного (постоянного) пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов
11.	Ответственный исполнитель проекта	Улиско О.Д. - культорганизатор социально-оздоровительного отделения Лепихова Т.А. - психолог отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья Краснокутская О.И. - логопед отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья Давиденко Г.Н. - воспитатель отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья
12.	Авторы материалов	Гавенко Е.А. - заведующая отделения реабилитации детей и подростков с

		ограниченными возможностями здоровья
13.	Дата создания инновационного проекта и реквизиты приказа о его внедрении	30 декабря 2014 года, пр. № 155 от 30 декабря 2014 года
14.	Кадровый состав специалистов, участвующих в реализации проекта	психолог отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья; воспитатель отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья; специалисты по социальной работе отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья; культурный организатор отделения временного (постоянного) пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов ГБУСО «Минераловодский ЦСОН» культурный организатор социально-оздоровительного отделения
15.	Категория участников проекта	Получатели услуг отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья, социально-оздоровительного отделения, отделения временного (постоянного) пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов ГБУСО «Минераловодский ЦСОН»
16.	Продолжительность реализации	Инновационная технология реализуется бессрочно в отделении реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья, социально-оздоровительном отделении, отделении временного (постоянного) пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов ГБУСО «Минераловодский ЦСОН»
17.	Используемые ресурсы:	
	- материально-технические	-компьютерная техника учреждения: домашний кинотеатр, DVD-проектор. -методический материал для проведения тематических занятий. -магнитная классная и индивидуальные

		доски
	- финансовые (в том числе по источникам)	-внебюджетные источники финансирования (от оказания платных услуг); - спонсорские средства
18.	Цель внедрения инновации	Цели программы: • самоактуализация, развитие личности ребенка и раскрытие его потенциала, расширение форм опыта, отличных от интеллектуального, самовыражение; • повышение стрессоустойчивости ребенка, совершенствование механизмов психической защиты, формирование адекватной самооценки и форм межличностных отношений (психокоррекция); • установление контакта со «своим миром», гармонизация личности и установление взаимодействия с разными субперсоналиями; • дать социально приемлемый выход агрессивности и другим негативным чувствам; • проработать мысли и чувства, которые ребенок привык подавлять. Иногда невербальные средства являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний и убеждений; • сконцентрировать внимание на ощущениях и чувствах. Занятия изобразительным искусством создают богатые возможности для экспериментирования с кинестетическими и зрительными ощущениями и развития способности к их восприятию; • развить художественные способности и повысить

		самооценку. Побочным продуктом арт-терапии является чувство удовлетворения, которое возникает в результате выявления скрытых талантов и их развития
19.	Задачи внедрения инновации	Развивающие задачи: • рисование развивает чувственно-двигательную координацию. Его достоинство заключается в том, что оно требует согласованного участия многих психических функций; • развитие активных способов взаимодействия с культурной и социальной средой; • развить художественный вкус. <u>-Коррекция и профилактика личностных нарушений:</u> • корректировать эмоционально-волевую сферу и поведение посредством стимуляции развития тонических функций всех базальных уровней эмоциональной регуляции • предоставить ребенку дополнительные возможности для выражения своих мыслей, чувств и потребностей • повысить социально-адаптивные способности ребенка, независимо от его психофизических возможностей • развить позитивное эмоциональное отношение к изобразительной деятельности как к источнику приятных впечатлений • корректировать ценностные ориентиры • предупреждать вторичные нарушения • формировать зону жизненного комфорта • обучить навыкам работы в

		группе • расширить круг общения и интересов • приобщить ребенка к художественной культуре • гармонизировать внутрисемейные взаимоотношения. Воспитательные задачи: -установление аутентичной близости с миром субъектов и объектов, самоутверждение ребенка через творчество, поведение и деятельность, связанные с неограниченным спектром социальных ролей; -воспитать у получателей услуг способность погружения в атмосферу творчества, активизацию фантазии, свободы выбора; -духовно-нравственное становление личности
20.	Основания для внедрения инновации (практическая значимость)	Ребенок использует изобразительную деятельность как способ осмысления действительности и своих взаимоотношений с нею. По рисунку можно судить об уровне его интеллектуального развития и степени психической зрелости. В работе с детьми очень важно использовать гибкие формы психотерапевтической работы. Арт-терапия предоставляет ребенку возможность проигрывать, переживать, осознавать конфликтную ситуацию, какую-либо проблему наиболее удобным для психики ребенка способом. Арт-терапевтические методики позволяют погружаться в проблему настолько насколько человек готов к ее переживанию. Сам ребенок, как правило, даже не осознает то, что с ним происходит. При всем многообразии различных форм арт-терапевтической работы и значительных различиях между

отдельными группами детей, ей присущи некоторые общие особенности, которые необходимо учитывать.

Одна из этих особенностей заключается в том, что дети в большинстве случаев затрудняются в вербализации своих проблем и переживаний. Невербальная экспрессия, в том числе и изобразительная, для них более естественна. Это тем более значимо в тех случаях, когда у ребенка имеются те или иные речевые нарушения. Следует принимать во внимание и то, что дети более спонтанны и менее способны к рефлексии своих чувств и поступков. Их переживания «звучат» в изображениях более непосредственно, не пройдя «цензуры» сознания. Поэтому их переживания, запечатленные в изобразительной продукции, легкодоступны для восприятия и анализа.

Другая особенность связана с тем, что мышление ребенка более образно и конкретно, чем мышление большинства взрослых, поэтому он использует изобразительную деятельность как способ осмысления действительности и своих взаимоотношений с ней. По рисунку ребенка можно судить об уровне его интеллектуального развития и степени психической зрелости.

Следует учитывать живость и богатство детской фантазии, предлагая ребенку сказочные, фантастические сюжеты для их «переработки» в изобразительной деятельности. Немаловажна и «ролевая пластичность» ребенка, его естественная склонность к игровой деятельности. Многочисленные исследования детей с различными видами нарушений развития показывают, что у них имеются сходные проблемы в познавательной,

эмоционально-волевой, личностной сферах, которые успешно корректируются средствами искусства.

Рисуя, ребенок дает выход своим чувствам, желания, мечтам, перестраивает свои отношения в различных ситуациях и болезненно соприкасается с некоторыми пугающими, неприятными, травмирующими образами. Таким образом, рисование выступает как способ постижения своих возможностей и окружающей действительности, как способ моделирования взаимоотношений и выражения различного рода эмоций, в том числе и отрицательных, негативных. Поэтому рисование широко используют для снятия психического напряжения, стрессовых состояний, при коррекции неврозов, страхов.

Важнейшей техникой арт-терапевтического взаимодействия здесь является техника активного воображения, направленная на то, чтобы столкнуть лицом к лицу сознательное и бессознательное и примирить их между собой посредством эффективного взаимодействия.

Необходимо указать также *преимущества метода арт-терапии* перед другими психокоррекционными методами. А. И. Копытин выделяет следующие:

- Практически каждый человек (независимо от своего возраста, культурного опыта и социального положения) может участвовать в арттерапевтической работе, которая не требует от него больших способностей к изобразительной деятельности или художественных навыков. Каждый человек, будучи ребенком, рисовал, лепил, играл.

		Поэтому метод Арт-терапии практически не имеет возрастных ограничений в использовании. Нет оснований говорить и о наличии каких-либо противопоказаний к участию тех или иных людей в арттерапевтическом процессе. • Арт-терапия является средством преимущественно невербального общения. Это делает ее особенно ценной для тех, кто недостаточно хорошо владеет речью, затрудняется в словесном описании своих переживаний, либо, напротив, чрезмерно связан с речевым общением. Символическая речь является одной из основ изобразительного искусства, позволяет человеку зачастую более точно выразить свои переживания, по-новому взглянуть на ситуацию и житейские проблемы и найти, благодаря этому, путь к их решению. • Изобразительная деятельность является мощным средством сближения людей, своеобразным мостом между психологом и клиентом. Это особенно ценно в ситуациях взаимного отчуждения, при затруднениях в налаживании контактов, в общении по поводу слишком сложного и деликатного предмета. • Изобразительная деятельность во многих случаях позволяет обходить «цензуру сознания», поэтому представляет уникальную возможность для исследования бессознательных процессов, выражения и актуализации латентных идей и состояний, тех социальных ролей и форм поведения, которые находятся в
--	--	---

		«вытесненном» виде, либо слабо проявлены в повседневной жизни. • Арт-терапия является средством свободного самовыражения и самопознания. Она имеет «инсайт-ориентированный» характер, предполагает атмосферу доверия, высокой терпимости и внимания к внутреннему миру человека. • Продукты изобразительного творчества являются объективным свидетельством настроений и мыслей человека, что позволяет использовать их для ретроспективной, динамической оценки состояния, проведения соответствующих исследований и сопоставлений. • Арттерапевтическая работа в большинстве случаев вызывает у людей положительные эмоции, помогает преодолеть апатию и безынициативность, сформировать более активную жизненную позицию. Арт-терапия основана на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов саморегуляции и исцеления. Она отвечает фундаментальной потребности в самоактуализации: раскрытие широкого спектра возможностей человека и утверждение им своего индивидуального и неповторимого способа бытия в мире. Анализируя данные преимущества, можно сделать вывод о «мягкости» арттерапевтических методов. Важно отметить, что арт-терапия и является универсальным методом психотерапевтического и психокоррекционного воздействия на личность ребенка
21.	Формы внедрения инновации	- групповые и индивидуальные занятия

22.	Прогнозируемые результативность проекта	-улучшение качества полустационарного и стационарного социального обслуживания; - улучшение общего самочувствия получателей услуг социально-оздоровительного отделения, отделения временного (постоянного) пребывания граждан пожилого возраста и инвалидов, отделения реабилитации детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья; - расширение спектра оздоровительных и реабилитационных социальных услуг в полустационарном и стационарном социальном обслуживании; - способность позитивно относиться к людям и событиям; -улучшение коммуникативных навыков; -развитие воображения; -ощущение полноты и осмысленности жизни; -заряд хорошего настроения; -освобождение ребенка от негативных переживаний (фобий, тревожности и т.п.), внутри личностных конфликтов; -адекватная самооценка; -удовлетворенность собой и своим окружением; -свобода творческого самовыражения; -умение работать со своими переживаниями (анализ, отреагирование, принятие и т.д.); -раскрытие внутренних ресурсов ребенка; -стремление к самопознанию и самовыражению. -развитое чувство внутреннего контроля
23.	Контроль за реализацией инновации	-за эффективностью внедрения инновации осуществляется трехуровневая система контроля, действующая в учреждении; - оценка эффективности использования Технологии формируется также на основании оценки мнения получателей

		услуг о результатах использования арттерапии в реабилитационных целях
24.	Индикаторы и показатели эффективности инновационной технологии	- анкетирование получателей услуг на предмет удовлетворенности качеством социального обслуживания; - устные и письменные отзывы получателей услуг о результатах применения технологии; - справки по итогам тематических проверок в отделениях, участвующих во внедрении технологии
25.	Периодичность отчетности о результатах внедрения технологии	- квартальные отчеты об инновационной деятельности учреждения; - годовой отчет об инновационной деятельности учреждения

Программа коррекционно-развивающих занятий "Арт-гармония"

1. Составлена в соответствии с:

- Конституцией РФ;
- Конвенцией ООН о правах ребенка;
- Федеральным законом «Об основных гарантиях прав ребенка РФ»;
- Законом РФ «Об образовании».

Рассмотрена на заседании методического совета ГБУСО «Минераловодский ЦСОН»

Протокол от «30» декабря 2014г. №3

СТРУКТУРА ПРОГРАММЫ

1. Пояснительная записка.

Актуальность программы.

Цель, задачи. Основной метод.

2. Условия реализации программы.

Основные блоки, цели, задачи и результаты выполнения программы.

3. Тематическое планирование.

Содержание коррекционно-развивающей работы по программе.

4. Используемая литература.

*Дети должны жить в мире красоты, игры,
сказки, музыки, рисунка, фантазии, творчества.*
В.А. Сухомлинский

*Опробуйте новый для себя опыт. Вы удивитесь
самому себе.*

*Я верю, что все мы способны быть подлинно
творческими.*
Н. Роджерс

I. Пояснительная записка

Актуальность данной программы заключается в том, что художественное самовыражение, так или иначе, связано с укреплением психического здоровья ребенка, а потому может рассматриваться как значительный психологический и коррекционный фактор. «Один рисунок стоит тысячи слов». Эта восточная мудрость, пожалуй, наиболее точно отражает основную идею арт-терапии. Изобразительное творчество можно назвать универсальным средством визуального общения. Посредством ее реализуется богатый, исцеляющий потенциал спонтанной художественной деятельности, происходят позитивные изменения в интеллектуальном, эмоциональном и индивидуально-личностном развитии человека. Арт-методы позволяют получить доступ к самым скрытым переживаниям ребенка и корректно помочь ему, особенно при обращении к тем реальным проблемам или фантазиям, которые по каким-либо причинам затруднительно обсуждать вербально. Помимо всего этого у ребенка развивается чувство внутреннего контроля, т.к. при проведении занятий задействованы кинестетические и зрительные анализаторы, что стимулирует развитие сенсомоторных умений и в целом – правого полушария головного мозга, отвечающего за интуицию и ориентацию в пространстве.

Субъектами арт-терапевтического процесса, реализующими последовательную коррекционно-развивающую деятельность, которая позволяет добиваться результативности в достижении поставленной цели, является с одной стороны, группа специалистов психолог, логопед, воспитатель с другой стороны, дети – участники художественных занятий и событий.

Объектом коррекционно-развивающего воздействия являются индивидуальные психологические особенности детей, их функциональные возможности, социальные проблемы.

В арт-терапевтическом процессе можно выделить следующие *этапы*:

1. Подготовительный;
2. Основной – непосредственной деятельности (реализации выбранных содержания, методов, средств);
3. Итоговый.

Каждый из этапов имеет свое назначение, содержание и последовательность реализационных действий. От того, насколько организована и подготовлена арт-деятельность, зависит эффективность ее реализации, конечный результат.

Подготовительный этап – погружение в художественную среду, которая характеризуется неоднородностью протекания (у одних детей присутствует степень готовности, мотивации действовать в художественной среде, для других требуется помощь включения, а у части детей наблюдается слабость мотивации, отстраненность, неуверенность). Позиция специалиста – активизация интереса и предложение сотворчества, сотрудничества в арт-деятельности, без навязываемого, обязательного участия.

Данный этап включает подэтапы, которые определяют содержание арт-деятельности:

1. *Диагностика и выявление индивидуальных особенностей ребенка* (1 неделя) Она ориентирована на конкретную личность и предусматривает выявление:

- уровня подготовленности в художественных видах деятельности;
- индивидуальных особенностей, возможностей ребенка в достижении целей, его позитивного потенциала, создающего перспективу для индивидуально-компенсаторного развития средствами искусства;
- уровня адаптационных и коммуникативных возможностей ребенка;
- особенностей жизненной позиции ребенка, его активности в работе над собой, уровня мотивации.

Учитывая индивидуальные особенности детей, имеющих особые нужды, диагностика часто требует изучения личных дел, участия в обследовании нескольких специалистов: воспитателя, психолога, логопеда. Такой подход помогает получить более полную информацию о ребенке.

2. *Адаптация в арт-деятельности* (2 неделя). Данный подэтап необходим для налаживания взаимодействия между специалистом и ребенком, достижения основы для единства, согласованности, взаимопонимания. От уровня взаимодействия на данном подэтапе во многом зависит эффективность последующих действий.

3. *Определение цели и задач арт-деятельности* (1неделя). Они определяются в соответствии с личностным пониманием специалистом общей стратегической цели реабилитации в воздействии на ребенка, знанием его индивидуальных особенностей, оценкой коррекционно-развивающих возможностей, условий воспитания.

4. *Выбор содержания и оптимальной технологии его реализации* (2 неделя) осуществляется после того, как получена полная диагностическая картина уровня способностей детей. Для этого специалисту необходимо знать:

- индивидуальные особенности ребенка: отклонения и возможности;
- коррекционно-развивающую цель (к чему стремиться, чего следует ожидать);
- условия реализации коррекционно-развивающей программы (методическая, техническая, материальная база);
- возможные формы реализации коррекционно-развивающей программы;
- собственные возможности достижения цели;
- временные возможности для реализации коррекционно-развивающей программы.

5. *Планирование арт-деятельности* (1 неделя) предусматривает разработку графика реализации программы в соответствии с выбранной технологией по времени, месту и видам занятий, художественных событий. Планирование способствует реализации замысла, обеспечивает комплексность и интенсивность арт-деятельности.

6. *Материальная подготовка* (1-12 недели). Для успешной реализации программы необходима подготовка всего методического и дидактического материала, атрибутов и костюмов, технических средств, способствующих качественному проведению занятий, художественных событий.

Основной этап (3-6 недели) представляет собой непосредственный практический процесс арт-деятельности. На данном этапе наблюдается неоднородность усвоения ценностей культуры через искусство, трудности коммуникативно-рефлексивного, эмоционально-чувственного и художественно-творческого проявлений. Позиция специалиста – активная организаторская и направляющая, эмоционально-поддерживающая помощь, как на групповых, так и индивидуальных занятиях.

1. *Включение детей в процесс арт-деятельности.* Носит индивидуализированный характер в зависимости от предпочитаемой ребенком сферы арт-деятельности. Ребенок активно вовлекается в различные виды коллективной и индивидуальной художественной деятельности. Педагог, приобретая опыт в работе с данными детьми, постепенно наращивает свои усилия по достижению более высокого результата.

2. *Внесение индивидуальных корректив с целью усиления арт-терапевтического эффекта.* Действенность арт-терапевтического процесса на всем его протяжении во многом зависит от оценки, анализа и коррекции работы. Действуя и одновременно анализируя успешность процесса, специалист определяет направленность дальнейшей деятельности, при необходимости корректируя свои усилия: от чего-то отказываясь, что-то повторяя, добавляя новое.

Такой подход делает процесс более динамичным и результативным, а также позволяет добиваться большей индивидуализации.

Далее следует третий – заключительный этап – итоговый (7 неделя). На данном этапе имеет место сам результат арт-деятельности, анализ и оценка

действенности примененной программы и определение последующих перспектив.

1. *Итог практической арт-деятельности.* В конце 3-й и 7-й недели проводятся культурно-массовые художественные события, являющиеся результативной частью процесса арт-терапии, это – музыкально-игровое развлечение с тематической выставкой и заключительный итоговый театрализованный праздник с тематической выставкой в конце периода реабилитации.

2. *Заключительная диагностика и предварительная оценка действенности программы* (7 неделя). По окончании практической арт-деятельности следует оценка ее результативности, которая позволяет определить, в какой степени удалось решить проблемы ребенка и внести рекомендации в индивидуальное педагогическое сопровождение по использованию тех или иных видов искусства для дальнейшей коррекционно-развивающей работы.

3. *Анализ результатов коррекционно-развивающей программы и общие выводы* (последняя неделя периода реабилитации). На основании результатов первично и заключительной диагностики проводится качественно-количественный анализ. Выявляются позитивные и негативные аспекты использованной коррекционно-развивающей программы, варианта ее реализации, а также собственной деятельности ребенка, выступающего в данном случае в роли субъекта самосовершенствования.

Права и обязанности участников программы «Арт-гармония»

Дети обязаны:

- выполнять основные правила (внимательно слушать друг друга, не перебивать говорящего, уважать мнение другого, все должны чувствовать себя комфортно), гарантирующие взаимное уважение, поддержание ощущения безопасности и хорошего самочувствия, ценность вклада каждого в общее дело.

Дети имеют право:

- на доброжелательное, уважительное, терпимое отношение к себе со стороны педагогов;
- по желанию посещать занятия художественно-эстетического цикла;
- выбирать виды художественной деятельности в соответствии со своими интересами;
- высказывать свое мнение, пожелания, вносить творческие предложения.

Взрослые обязаны:

- обеспечить психологически комфортные условия для каждого ребенка;
- обеспечить насыщенное, интересное и эмоционально-значимое для детей *содержание* арт-деятельности, разнообразное по видам деятельности и

удовлетворяющее потребности каждого ребенка в реализации своих творческих желаний и возможностей;

- использовать *методы и формы работы*, стимулирующие активность получателей услуг в различных видах арт-деятельности, закрепляющие положительную мотивацию и эмоционально-ценностное отношение к арт-деятельности;
- строить *взаимоотношения* с получателями услуг на основе диалога, понимания, принятия.

Родители имеют право:

- Вносить предложения администрации о необходимости коррекции педагогического процесса в соответствии с изменяющимися условиями;
- На поддержку администрации в вопросах материально-технического и методического обеспечения программы.
- Посещать занятия художественно-эстетического цикла, развлечения, праздники;
- Вносить творческие и организационные предложения.

Программа гарантирует качество научности, методической и материально-технической обеспеченности, которая достигается за счет:

- Утверждения плана работы директором;
- Выделения необходимых денежных средств на оборудование, методические пособия и литературу, костюмы и т. д.
- Постоянного обсуждения результативности программы внутри учреждения, в публикациях, на конференциях;
- Права педагогов на свободу слова, творчества;
- Постоянного психолого-педагогического и медицинского сопровождения получателей услуг;
- Открытость, доступность для родителей.

Программа основана на следующих принципах:

Принцип оптимистического подхода и отсутствия осуждений и оценок предполагает организацию «атмосферы успеха» для каждого ребенка, веры в его положительный результат, утверждение этого чувства в ребенке, поощрение его малейших достижений.

Принцип опоры на положительное в ребенке, на сильные стороны его личности. Выявив в ребенке положительное и опираясь на него, можно помочь ему овладеть новыми способами художественной деятельности и поведения, переживать радость, внутреннее удовлетворение.

Принцип добровольного участия. Студию посещают только те дети, которые изъявили на это собственное желание.

Принцип активности всех участников и творческой позиции. Не следует бояться и избегать проб и ошибок, высказывать свое мнение, пробовать увидеть необычное в обычном.

Деятельностный принцип коррекции. Только в условиях активной деятельности ребенка, в ходе реализации которой создаются условия для

ориентировки ребенка в «трудных» конфликтных ситуациях, организуется необходимая основа для позитивных сдвигов в развитии личности ребенка.

Принцип взаимопомощи и доброжелательного отношения друг к другу.

Принцип событийности, согласно которому с детьми организуется совместное бытие в определенном пространстве, времени и организационных формах, объединяющее и детей и взрослых на основе общих ценностей и переживаний.

Принцип учета объема и степени разнообразия материала. Занятие не должно быть перегружено материалом. В то же время различная тематика и неповторяющиеся техники арт-терапии помогают сформировать интерес и дополнительную мотивацию участников в студии.

Принцип единства развития (коррекции) и диагностики. На первых занятиях проходит диагностика, позволяющая выявить актуальный уровень творческого мышления, характер и интенсивность трудностей, переживаемых ребенком. Во время реализации коррекционно-развивающей программы проводится постоянный контроль динамики изменений эмоциональных состояний до и после занятия. В конце цикла занятий проводится повторная комплексная диагностика с целью отследить динамику развития творческого мышления и личностных особенностей. Обратная связь с родителями осуществляется с помощью анкетирования.

Принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей клиентов. Этот принцип согласует требование соответствия хода психического и личностного развития ребенка нормативному развитию, с одной стороны, и признание бесспорного факта уникальности и неповторимости конкретного пути развития каждой личности, с другой.

Принцип постоянной обратной связи. Любой продукт творческой деятельности и упражнение обсуждаются, проводится обязательная рефлексия. Важно то, что каждому участнику раздается Арт-дневник, который заполняется на каждом занятии. Участники фиксируют свое настроение на начало и конец занятия, впечатления от занятия и собственные достижения. Данная форма помогает самому ребенку, психологу и родителям отследить состояние участников студии, способствует развитию навыка рефлексии.

Для занятий необходимы бумага для рисования, ватманы, ручки, простые карандаши, ластик, наборы цветных карандашей, фломастеров, маркеров, пастель, краски акварельные, гуашь, кисти; клей, цветная бумага, старые журналы, газеты, ножницы, лоскутки ткани, нитки для вязания, шпатель для шашлычков. Эти материалы имеются в нашем Центре, а так же их приносят сами дети. Кроме того, необходим небольшой мяч; ноутбук или магнитофон для музыкального сопровождения, релаксационная музыка.

Ограничения и противопоказания

Программа не рассчитана на работу с детьми, при наличии у них следующих форм и состояний:

дети с тотальным недоразвитием высших психических функций;
дети с психопатоподобным поведением;
дети с текущими психическими заболеваниями (эпилепсия, шизофрения) и психопатоподобным поведением.

Предполагаемый результат

На выходе участники должны повысить уровень креативности и творческих способностей, осознать ценность собственной личности, сформировать позитивное самоотношение, повысить уверенность в себе, снизить психоэмоциональное напряжение, уровень агрессивности, демонстративности, сформировать умение эффективно общаться с другими.

В процессе работы ребенок творчески самовыражается, развивает свои художественные способности в целом, повышает свои адаптационные способности за счет раскрытия внутренних ресурсов. Арт-терапия представляет собой метод коррекции и развития посредством творчества. Причем, важен сам процесс, а не конечный продукт и его оценка. Арт-терапия ресурсна, так как находится вне повседневных стереотипов, а значит, расширяет жизненный опыт, добавляет уверенности в своих силах. Чем лучше человек умеет выражать себя, тем полноценнее его ощущение себя неповторимой личностью. Терапия искусством формирует творческое отношение к жизни с ее проблемами, умение видеть разнообразие способов и средств достижения цели, развивает скрытые до сих пор способности к творческому решению сложных жизненных задач.

В отличие от многих коррекционно-развивающих направлений, Арт-терапия использует «язык» визуальной и пластической экспрессии. Это особенно актуально при работе с детьми, которые не всегда могут выразить словами свое эмоциональное состояние, трудность, проблему. Находясь в творческом пространстве, ребенок получает возможность самовыражения, в результате чего происходят улучшения в его эмоциональной и поведенческой сферах. В арт-терапии используются индивидуальные и групповые формы работы. В настоящее время формы арт-терапевтической работы с детьми разнообразны. В некоторых случаях эта работа имеет явно "клинический" характер. Как, например, в случае умственной отсталости, аутизма, грубых эмоциональных и поведенческих нарушений у ребенка. Проблема использования арт-терапии в коррекционной работе с детьми с проблемами в развитии одна из древних. Ещё на заре человеческой цивилизации жрецы, а затем врачи, философы, педагоги, задумываясь над тайнами влияния живописи, театра, движений, музыки, пытались определить их роль в восстановлении функций организма, использовали различные виды искусства для лечения души и тела. В современных условиях проблема актуальна, так как в настоящее время значительно возрастает количество детей с проблемами в речевом развитии и коррекционная работа с ними требует поиска в применении новых эффективных способов решения этой проблемы.

Особенности арт-терапевтической работы:

- Дети в большинстве случаев затрудняются в вербализации своих проблем и переживаний. Невербальная экспрессия в том числе, изобразительная, для них более естественна.
- Следует принимать во внимание и то, что дети более спонтанны и менее способны к рефлексии своих чувств и поступков. Их переживания "звучат" в изображениях более непосредственно, не пройдя "цензуры" сознания. Поэтому их переживания, запечатленные в изобразительной продукции, легкодоступны для восприятия и анализа.
- Следует учитывать живость и богатство детской фантазии, предлагая ребенку сказочные, фантастические сюжеты для их разработки в изобразительной работе.
- Немаловажна и "ролевая пластичность" ребенка, естественная склонность к игровой деятельности.
- Особую ценность арт-терапевтическая работа может иметь для детей и взрослых, испытывающих определенные затруднения в вербализации своих переживаний, например из-за речевых нарушений, аутизма или малоконтактности, а также сложности этих переживаний и их «невыразимости» (у лиц с посттравматическим стрессовым расстройством).
- В процессе занятий *музыкой, пением* дети с задержкой психического развития и умственной отсталостью осваивают окружающую действительность, выраженную в музыкально-художественных образах. Активизирующиеся чувства, эмоции, переживания ребенка, создают условия для осмысления прекрасного и безобразного, доброго и злого, любви и ненависти, помогают эмоционально-чувственно и деятельно откликнуться на них, обеспечивают ощущение собственной самооценности, сопричастности с другими людьми, адекватности коммуникативных проявлений.
- Поскольку музыка является языком невербальной коммуникации, наибольший эффект мы в праве ожидать, влияя на чувства и настроения ребенка, ослабляя негативные переживания в процессе их катарсической разрядки под воздействием музыки. Успокаивая эмоциональное состояние и наполняя его новыми радостными переживаниями, музыка помогает ребенку ослабить негативные реакции.
- Занятия *рисованием* для детей с умственной отсталостью, с задержкой психического развития, аутичных детей способствуют сенсорному развитию, формируют мотивационно-потребностную сторону их продуктивной деятельности, способствуют дифференциации восприятия, мелких движений руки, а также обеспечивают развитие произвольного внимания, воображения, речи, коммуникации.
- Занятия *театрализованной деятельностью* детей с задержкой психического развития дают положительную динамику в качественном

развитии воображения, формировании его творческого компонента. Они обеспечивают становление знаково-символической функции мышления, произвольного внимания, коррекции психоэмоционального состояния, а также способствуют развитию многих компонентов личности детей данной категории.

- *Танцетерапия*, включающая танец, пластику, ритмику – это вид активной музыкальной деятельности, основой которого является взаимодействие музыки и ритмического движения. Наша практика использования музыкально-ритмических движений показывает, что применение их в коррекционной работе с детьми с проблемами в развитии (в форме ритмических упражнений, музыкальных игр, танцев, хороводов) помогает осуществлять общее развитие ребенка, его речевую функцию, произвольность деятельности, моторики, формирование пластичности и выразительности движений, овладение приемами невербальной коммуникации, а также развитие музыкального чувствования.
- Воздействие *искусством слова* на детей с различными нарушениями развития, особенно средствами сказки, расширяет границы воображения, всегда вызывает интерес, эмоциональный отклик, определенные переживания. В процессе занятий закладывается фундамент читательской культуры, потребность в общении с книгой.
- Это далеко не полный перечень коррекционных возможностей арт-терапии.

В работе с детьми очень важно использовать гибкие формы психотерапевтической работы. Арт-терапия предоставляет ребенку возможность проигрывать, переживать, осознавать конфликтную ситуацию, какую-либо проблему наиболее удобным для психики ребенка способом. Арт-терапевтические методики позволяют погружаться в проблему настолько насколько человек готов к ее переживанию. Сам ребенок, как правило, даже не осознает то, что с ним происходит.

Арт-терапия преследует единую цель: гармоническое развитие ребенка с проблемами, расширение возможностей его социальной адаптации посредством искусства.

Функциями арт-терапии являются:

1. Катарсическая — очищающая, освобождающая от негативных состояний.
2. Регулятивная — снятие нервно-психического напряжения, регуляция психосоматических процессов, моделирование положительного психоэмоционального состояния.
3. Коммуникативно-рефлексивная — обеспечивающая коррекцию нарушений общения, формирование адекватного межличностного поведения, самооценки.

Арт-терапевтические направления разнообразны. В их числе:

- изотерапия** — лечебное воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством;
- имаготерапия** — воздействие через образ, театрализацию, драматизацию;
- музыкотерапия** — воздействие через восприятие музыки;
- сказкотерапия** — воздействие посредством сказки, притчи, легенды;
- кинезитерапия** — воздействие через танцевально-двигательную; коррекционную ритмику (воздействие движениями), хореотерапию;
- фототерапия** – использование фотоматериалов и слайдов в работе;
- куклотерапия** — метод комплексного воздействия на детей, который предполагает использование кукол и театральных приёмов (этюдов, игр, упражнений, специальных заданных ситуаций с помощью персонажей кукольного театра);
- игровая терапия** – метод коррекции посредством игры;
- песочная терапия** – сочетание невербальной формы психокоррекции, где основной акцент делается на творческом самовыражении ребенка (композиции из фигурок) и вербальной (рассказ о готовой работе);
- ароматерапия** – это применение эфирных масел и масляных суспензий с целью укрепления здоровья человека. Запахи управляют настроением, успокаивают перевозбуждённую нервную систему, повышают работоспособность.
- смехотерапия**– это вид психотерапии, помогающий снять блоки, расслабиться, избавиться от стеснительности. Юмор и смех поднимают настроение, помогают наладить коммуникативные связи, позволяют эффективно противостоять стрессовым ситуациям;
- цветотерапия**– способствует восстановлению индивидуального биологического ритма с помощью специально подобранного цвета.

На современном этапе общества эпидемиологические исследования показывают, что наиболее частыми проявлениями нарушениями развития в дошкольном возрасте являются речевые нарушения. Поэтому дети с нарушениями речевого развития — это особая категория детей с отклонениями в развитии, у которых сохранен слух и интеллект, но есть значительные нарушения речи, влияющие на формирование других сторон психики. Психолого-педагогическая характеристика детей с недостатками речи представлена в трудах Р.Е. Левиной, Т.Б. Филичевой, Г.В. Чиркиной, О.Е. Грибовой. В специальной литературе речевые нарушения характеризуются следующими особенностями:

- не соответствуют возрасту говорящего;
- не являются диалектизмами (безграмотностью речи с выражением незнания языка);
- связаны с отклонениями в функционировании психофизиологических механизмов речи;
- носят неустойчивый характер, самостоятельно не исчезают, а закрепляются;
- требуют определённого логопедического воздействия в зависимости от характера;

-часто оказывают отрицательное воздействие на дальнейшее психическое развитие ребёнка.

Речевые нарушения могут затрагивать различные компоненты речи. Одни из них касаются только произносительных процессов и обнаруживаются в снижении внятности речи без сопутствующих проявлений. Другие затрагивают фонематическую сторону языка и выражаются не только в дефектах произношения, но и в недостаточном овладении звуковым составом слова, влекущим за собой нарушения чтения и письма. Третьи представляют собой коммуникативные нарушения, которые могут препятствовать обучению ребенка в школе. Наиболее сложные речевые нарушения охватывают как фонетико-фонематическую, так и лексико-грамматическую стороны языка, приводят к общему недоразвитию речи. Исследователем Р.Е. Левиной были выделены три уровня общего недоразвития речи (ОНР), т. е. систематического нарушения всех сторон речи при сохранном физическом слухе. Особую группу детей с нарушениями речи составляют дети с заиканием, ринолалией, дисфонией.

Таким образом, дети с нарушениями речи – это особая категория детей с проблемами в развитии, имеющих следующие особенности:

- невротическая симптоматика;
- есть сопутствующие диагнозы;
- поведенческие проблемы;
- речевой негативизм;
- не используют речь для коммуникации;
- нарушены способности к приёму и переработке информации, вследствие чего отстают в развитии. Все эти особенности, характеризующие нарушения развития детей данной группы, требуют целенаправленной коррекционной работы, средствами искусства, то есть применение арт-терапевтических методик.

Детально изучив все вышеизложенные виды арттерапии, были выбраны три её направления, которые являются более эффективными в коррекционной работе. Это: изотерапия, имаготерапия, кинезитерапия.

1 «Изотерапия» (Художественно-изобразительная деятельность).

Цель - предоставление ребёнку неограниченных возможностей для самовыражения и самореализации в продуктах творчества (рисунке, аппликации, лепке). Техники изо-терапии, используемые для развития речи:

- техника «кляксография»;
- пальцевая живопись;
- рисование мягкой бумагой;
- рисование тычком жёсткой полусухой кистью;
- рисование на стекле;
- ниткография;
- рисование на манке;
- техника рисования листьями, палочками, камушками;
- техника отпечатывания ватой;

- техника «оттиск пробками»;
- рисование ладонями.

Применение данного вида деятельности в коррекционной работе с детьми с нарушениями речи позволяет получить положительные результаты:

- создаются благоприятные условия для развития общения замкнутых детей, позволяет развивать коммуникативные навыки ребёнка способность к сотрудничеству со сверстниками;
- оказывается влияние на осознание ребёнком своих переживаний, на развитие произвольности и способности саморегуляции, уверенности в себе за счёт социального признания ценности продукта, созданного ребёнком.

2 «Имаготерапия» (Театрально-исполнительская деятельность).

Цель: развитие речи детей средствами театрализованных игр.

Театрально-исполнительская деятельность вызывает у детей желание взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, включаться в исполнение по ролям песенок, потешек, закрепляет умение передавать различные движения, стимулирует образно-игровые проявления при использовании костюмов персонажей. В ходе подготовки к инсценировке того или иного спектакля у детей закрепляются умения ориентироваться на свойства и качества предметов, развивается память, воображение. Участвуя в театрализованной деятельности, дети знакомятся с окружающим миром через образы, краски, звуки, а поставленные вопросы заставляют их думать, анализировать, делать выводы, обобщения. С умственным развитием тесно связано и совершенствование речи. В процессе работы над выразительностью реплик персонажей, собственных высказываний активизируется словарь ребенка, совершенствуется звуковая культура речи, ее интонационный строй. Произносительные реплики ставят ребенка перед необходимостью ясно, четко, понятно изъясняться. У него улучшается диалогическая речь, ее грамматический строй.

В работе используются театрализованные игры двух видов:

1-Игры-драматизации.

Цель – обучать детей показывать «спектакли» посредством различных видов театрализованной деятельности (пальчиковый театр, настольный театр, кукольный театр, теневой театр). Результатом является: развитие речи детей, формирование коммуникативных способностей, реализация у детей скрытых возможностей и индивидуальных способностей, формирование позитивной самооценки и положительных личностных качеств.

2-Игры – инсценировки.

Цель – обучить детей самостоятельно разыгрывать спектакли, распределять роли, изготавливать атрибуты и фантазировать о костюме героя. Для реализации инсценировки детям предлагаются различные русские народные сказки, потешки, прибаутки, басни.

Работа над играми – инсценировками может проводиться в двух формах:

- специально организованная работа педагога с детьми;
- игра в процессе самостоятельной деятельности детей.

Если в драматизации в основном важны лишь интонации голоса, то в инсценировках важно еще и умение передавать чувства, эмоции персонажа с помощью мимики, пантомимики.

3 Блок «Кинезитерапия» (Музыкально-двигательная деятельность).

Цель – коррекция речевых нарушений с помощью использования различных видов музыкально-двигательной деятельности.

Включает в себя 4 основных раздела: пальчиковая гимнастика, коррекционная (логопедическая) ритмика, танец, психогимнастика.

Пальчиковая гимнастика.

Цель – развитие мелкой моторики рук у дошкольников с нарушениями речи. По данным Кольцовой М.М. речевые области мозга формируются под влиянием импульсов, поступающих от пальцев рук. Совершенствование ручной моторики способствует активизации моторных речевых зон головного мозга и, вследствие этого – развитие моторной функции речи.

Пальчиковая гимнастика включает в себя различные виды упражнений на развитие ловкости, точности, координации, синхронности движений пальцев рук. Пальчиковая гимнастика помогает детям отдохнуть, расслабиться, укрепляет мышцы пальцев и ладоней, что в свою очередь помогает в рисовании, а в дальнейшем – в письме, активно развивает память и речь. Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребенка.

Логопедическая ритмика.

Цель – преодоление нарушений в развитии посредством ритма.

Материал логоритмики составляют: малые фольклорные формы, пляски, игры – сценки, музыкально-речевые игры со специальными логопедическими упражнениями. С их помощью у ребенка успешно развиваются речевая и коммуникативная функции речи, обогащается словарный запас.

Танец.

Цель – учить детей передавать средства музыкальной выразительности (метроритм, темп, форму, динамику) через движение.

Танец – форма кинезитерапии, в процессе которой формируются ориентировка в пространстве, произвольная двигательная активность, необходимая для функционирования всех психических процессов, обеспечивает регуляцию мышечного тонуса, снятие локальных зажимов, напряжения; развивает «чувствование» своего тела, осознание возможностей адекватной передачи своих чувств и переживаний через выразительные движения под музыку.

Психогимнастика.

Цель – обучить детей элементам техники выражения эмоций посредством мимики, жестов, движений.

Психогимнастика включает в себя комплекс упражнений, игр, этюдов, с помощью которых осуществляется коррекция психоэмоциональных и моторных нарушений у детей.

Психогимнастические упражнения предлагаются для выполнения детьми в конце занятия по кинезитерапии, выбор того или иного упражнения зависит от эмоционального состояния детей: после подвижных упражнений используются этюды, направленные на релаксацию, и наоборот, умеренный темп предыдущих заданий требует яркого окончания.

Практика подтверждает, что для проведения интегрированных коррекционно-развивающих занятий наиболее эффективно сочетание музыкотерапии и изобразительного искусства. У ребенка появляется возможность реализовать свои творческие способности и фантазию, обогащается словарь детей, а главное - развиваются коммуникативные умения.

Инновационные методы воздействия в деятельности логопеда становятся перспективным средством коррекционно-развивающей работы с детьми, имеющими нарушения речи. Эти методы принадлежат к числу эффективных средств коррекции и помогают достижению максимально возможных успехов в преодолении речевых трудностей у детей дошкольного возраста. На фоне комплексной логопедической помощи инновационные методы, не требуя особых усилий, оптимизируют процесс коррекции речи детей и способствуют оздоровлению всего организма.

*Арт-терапевтическая работа, описанная в данной программе, имеет профилактический или “развивающий” характер, как, например, в случае наличия у ребенка легких эмоциональных и поведенческих расстройств, или определенных проблем психологического порядка. **Возраст детей 7-17 лет.** Цель данной индивидуальной арт-терапевтической программы — комплексное психокоррекционное, психопрофилактическое и развивающее воздействие.*

Задачи:

- ослабление или устранение имеющихся у детей и подростков поведенческих и эмоциональных нарушений, появляющихся в форме депрессивных, тревожно-фобических реакций и невротических симптомов, агрессивных тенденций, импульсивности, симптомов психосоматических расстройств;
- формирование положительной самооценки;
- реализация творческого потенциала;
- развитие навыков психической саморегуляции и способности к конструктивному выражению эмоций, способствующих их более успешной адаптации к школе и социуму.

Продолжительность занятий, учитывая специфику (индивидуальное творчество), не может быть строго регламентирована. В среднем, время на проведение одного занятия может составить до 1 часа. Занятия проводятся 1 раз в неделю. Возможно также реализация программы в форме групповой работы (от 3 до 10 человек), что привносит в работу некоторые коррективы

по взаимодействию в группе (обсуждение и принятие правил работы в группе, групповое обсуждение результатов деятельности, групповая рефлексия).

Ожидаемые результаты:

Освобождение ребенка от негативных переживаний (фобий, тревожности и т.п.), внутри личностных конфликтов;

Адекватная самооценка;

Удовлетворенность собой и своим окружением;

Свобода творческого самовыражения;

Умение работать со своими переживаниями (анализ, отреагирование, принятие и т.д.);

Раскрытие внутренних ресурсов ребенка;

Стремление к самопознанию и самовыражению.

Развитое чувство внутреннего контроля.

Ребенок использует изобразительную деятельность как способ осмысления действительности и своих взаимоотношений с ней. По рисунку можно судить об уровне его интеллектуального развития и степени психической зрелости.

В работе с детьми очень важно использовать гибкие формы психотерапевтической работы. Арт-терапия предоставляет ребенку возможность проигрывать, переживать, осознавать конфликтную ситуацию, какую-либо проблему наиболее удобным для психики ребенка способом. Арт-терапевтические методики позволяют погружаться в проблему настолько насколько человек готов к ее переживанию. Сам ребенок, как правило, даже не осознает то, что с ним происходит.

При всем многообразии различных форм арт-терапевтической работы и значительных различиях между отдельными группами детей, ей присущи некоторые общие особенности, которые необходимо учитывать.

Одна из этих особенностей заключается в том, что дети в большинстве случаев затрудняются в вербализации своих проблем и переживаний. Невербальная экспрессия, в том числе и изобразительная, для них более естественна. Это тем более значимо в тех случаях, когда у ребенка имеются те или иные речевые нарушения. Следует принимать во внимание и то, что дети более спонтанны и менее способны к рефлексии своих чувств и поступков. Их переживания «звучат» в изображениях более непосредственно, не пройдя «цензуры» сознания. Поэтому их переживания, запечатленные в изобразительной продукции, легкодоступны для восприятия и анализа.

Другая особенность связана с тем, что мышление ребенка более образно и конкретно, чем мышление большинства взрослых, поэтому он использует изобразительную деятельность как способ осмысления действительности и своих взаимоотношений с ней. По рисунку ребенка можно судить об уровне его интеллектуального развития и степени психической зрелости.

Следует учитывать живость и богатство детской фантазии, предлагая ребенку сказочные, фантастические сюжеты для их «переработки» в изобразительной деятельности. Немаловажна и «ролевая пластичность» ребенка, его естественная склонность к игровой деятельности.

Многочисленные исследования детей с различными видами нарушений развития показывают, что у них имеются сходные проблемы в познавательной, эмоционально-волевой, личностной сферах, которые успешно коррегируются средствами искусства. Показателями для использования арттерапии в коррекционной работе с детьми с проблемами развития являются нарушения в развитии личности:

- отклонения в развитии психоэмоциональной сферы (эмоциональная депривация, переживание эмоционального отвержения, чувства одиночества, трудности эмоционального развития, актуальный стресс, депрессия, снижение эмоционального тонуса, лабильность, импульсивность, повышенная тревожность, страхи, фобические реакции);
- нарушение коммуникативно-рефлексивных процессов (наличие конфликтных межличностных отношений, внутрисемейных ситуаций, негативная «Я-концепция», низкая, дисгармоничная, искаженная самооценка, низкая степень самопринятия);
- психосоматические отклонения в развитии (в дыхательной, сердечно-сосудистой, двигательной, вегетативной и центральной нервной системах).

Несмотря на различия, групповая и индивидуальная формы едины в том, что фокусом психокоррекционного воздействия в том и другом случаях является каждый ребенок, а не группа в целом. Форма организации определяется характером нарушений в развитии ребенка и коррекционными задачами. Если проблемы ребенка лежат в сфере эмоциональных отношений и эмоционального развития, более эффективно на начальном этапе использование индивидуальной формы арттерапии; а когда трудности в развитии ребенка концентрируются вокруг социального приспособления, то предпочтительной является групповая форма работы.

Арттерапевтические методики в психокоррекции способствуют гармонизации личности детей с проблемами через развитие способностей самовыражения и самопознания, обеспечивают коррекцию психоэмоционального состояния ребенка, психофизиологических процессов посредством соприкосновения с искусством.

Социальная значимость. Изобразительное творчество – это творческий акт, позволяющий ребенку ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, освободиться от конфликтов и сильных переживаний, развить эмпатию, быть самим собой, свободно выражать мечты и надежды. Это не только отражение в сознании детей окружающей и социальной действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней. Рисуя, ребенок дает выход своим чувствам, желаниям, мечтам, перестраивает свои отношения в различных ситуациях и болезненно соприкасается с

некоторыми пугающими, неприятными, травмирующими образами. Таким образом, рисование выступает как способ постижения своих возможностей и окружающей действительности, как способ моделирования взаимоотношений и выражения различного рода эмоций, в том числе и отрицательных, негативных. Поэтому рисование широко используют для снятия психического напряжения, стрессовых состояний, при коррекции неврозов, страхов.

Важнейшей техникой арт-терапевтического взаимодействия здесь является техника активного воображения, направленная на то, чтобы столкнуться лицом к лицу сознательное и бессознательное и примирить их между собой посредством эффективного взаимодействия.

2.Цели программы:

- самоактуализация, развитие личности ребенка и раскрытие его потенциала, расширение форм опыта, отличных от интеллектуального, самовыражение;
 - повышение стрессоустойчивости ребенка, совершенствование механизмов психической защиты, формирование адекватной самооценки и форм межличностных отношений (психокоррекция);
 - установление контакта со «своим миром», гармонизация личности и установление взаимодействия с разными субперсоналиями;
 - дать социально приемлемый выход агрессивности и другим негативным чувствам;
 - проработать мысли и чувства, которые ребенок привык подавлять. Иногда невербальные средства являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний и убеждений;
 - сконцентрировать внимание на ощущениях и чувствах. Занятия изобразительным искусством создают богатые возможности для экспериментирования с кинестетическими и зрительными ощущениями и развития способности к их восприятию;
 - развить художественные способности и повысить самооценку.
- Побочным продуктом арт-терапии является чувство удовлетворения, которое возникает в результате выявления скрытых талантов и их развития.

Обучающие задачи также не ставятся.

Развивающие задачи:

- рисование развивает чувственно-двигательную координацию. Его достоинство заключается в том, что оно требует согласованного участия многих психических функций;
- развитие активных способов взаимодействия с культурной и социальной средой;
- развить художественный вкус.

-Коррекция и профилактика личностных нарушений:

- корректировать эмоционально-волевую сферу и поведение посредством стимуляции развития тонических функций всех базальных уровней эмоциональной регуляции
- предоставить ребенку дополнительные возможности для выражения своих мыслей, чувств и потребностей
- повысить социально-адаптивные способности ребенка, независимо от его психофизических возможностей
- развить позитивное эмоциональное отношение к изобразительной деятельности как к источнику приятных впечатлений
- корректировать ценностные ориентиры
- предупреждать вторичные нарушения
- формировать зону жизненного комфорта
- обучить навыкам работы в группе
- расширить круг общения и интересов
- приобщить ребенка к художественной культуре
- гармонизировать внутрисемейные взаимоотношения.

Воспитательные задачи:

- установление аутентичной близости с миром субъектов и объектов, самоутверждение ребенка через творчество, поведение и деятельность, связанные с неограниченным спектром социальных ролей;
- воспитать у получателей услуг способность погружения в атмосферу творчества, активизацию фантазии, свободы выбора;
- духовно-нравственное становление личности.

Необходимо указать также *преимущества метода арт-терапии* перед другими психокоррекционными методами. А. И. Копытин выделяет следующие:

- Практически каждый человек (независимо от своего возраста, культурного опыта и социального положения) может участвовать в арттерапевтической работе, которая не требует от него больших способностей к изобразительной деятельности или художественных навыков. Каждый человек, будучи ребенком, рисовал, лепил, играл. Поэтому метод Арт-терапии практически не имеет возрастных ограничений в использовании. Нет оснований говорить и о наличии каких-либо противопоказаний к участию тех или иных людей в арттерапевтическом процессе.
- Арт-терапия является средством преимущественно невербального общения. Это делает ее особенно ценной для тех, кто недостаточно хорошо владеет речью, затрудняется в словесном описании своих переживаний, либо, напротив, чрезмерно связан с речевым общением. Символическая речь является одной из основ изобразительного искусства, позволяет человеку зачастую более точно выразить свои переживания, по-новому взглянуть на ситуацию и житейские проблемы и найти, благодаря этому, путь к их решению.

- Изобразительная деятельность является мощным средством сближения людей, своеобразным мостом между психологом и клиентом. Это особенно ценно в ситуациях взаимного отчуждения, при затруднениях в налаживании контактов, в общении по поводу слишком сложного и деликатного предмета.
- Изобразительная деятельность во многих случаях позволяет обходить «цензуру сознания», поэтому представляет уникальную возможность для исследования бессознательных процессов, выражения и актуализации латентных идей и состояний, тех социальных ролей и форм поведения, которые находятся в «вытесненном» виде, либо слабо проявлены в повседневной жизни.
- Арт-терапия является средством свободного самовыражения и самопознания. Она имеет «инсайт-ориентированный» характер, предполагает атмосферу доверия, высокой терпимости и внимания к внутреннему миру человека.
- Продукты изобразительного творчества являются объективным свидетельством настроений и мыслей человека, что позволяет использовать их для ретроспективной, динамической оценки состояния, проведения соответствующих исследований и сопоставлений.
- Арттерапевтическая работа в большинстве случаев вызывает у людей положительные эмоции, помогает преодолеть апатию и безынициативность, сформировать более активную жизненную позицию.
- Арт-терапия основана на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов саморегуляции и исцеления. Она отвечает фундаментальной потребности в самоактуализации: раскрытие широкого спектра возможностей человека и утверждение им своего индивидуального и неповторимого способа бытия в мире. Анализируя данные преимущества, можно сделать вывод о «мягкости» арттерапевтических методов. Важно отметить, что арт-терапия и является универсальным методом психотерапевтического и психокоррекционного воздействия на личность ребенка.

II. Структура и содержание программы педагогической арт-терапии «Арт-гармония»

Необходимым требованием, предъявляемым к содержанию, является то, что оно должно быть насыщено, интересно и эмоционально значимо для детей, разнообразно по видам деятельности и должно удовлетворять потребностям каждого ребенка в реализации своих художественных желаний и возможностей.

- Кроме того, содержание арт-деятельности должно способствовать формированию интеллектуальной активности: приобретению художественных представлений, усвоению элементарных знаний, умений, навыков и присвоению человеческого опыта в различных видах искусства. А включение ребенка в систему усвоения норм человеческих взаимоотношений в процессе арт-деятельности обеспечивает формирование его социальной активности.

• *Дидактическое обеспечение музыкотерапии:*

Тематика	Музыкотерапия
	ПЕСНИ: «Урожайная» А. Филиппенко «Осень» Н. Михайленко «Где был, Иванушка?» р. н.п. «Веселый жук» Р. Котляровский «Не обижайте муравья» «Капи-капитошка» М. Прокопьева «Ой, сад во дворе» р. н.п. «Урожай собирай» А. Филиппенко «Веселые гуси» укр. н.п. «Осень-рукодельница С. Никитина «Неприятность эту мы переживем» Б. Савельев «Приключение в лесу» А. Филиппенко «К нам гости пришли» А. Александрова «Осень» М. Прокопьева «Дождь пойдет по улице» В. Шаинский «Про козлика» Л. Ефимова «Золотая осень» Н. Крылова «Ко мне солнышко шло» В. Загрудный «Прискакал во двор козел» А. Филиппенко «Во кузнице» р. н.п. «Телега» С. Иванова «Дрема» р. н.п. МУЗЫКАЛЬНЫЕ ИГРЫ: «Горшок» «Пошла коза по лесу» «Всем, Надюша, расскажи» «Карусель» «Ваня-простота» «Плетень» «Репка» ОРКЕСТР РУССКИХ
Осень, урожай, русский фольклор	Музыкально-игровое развлечение «Осенний хоровод», Праздник «Осенняя ярмарка».

		НАРОДНЫХ ИНСТРУМЕНТОВ
Путешествие	Музыкально-игровое развлечение «Путешествие в страну «Мульти- пульти», Праздник «Необыкновенное путешествие с бароном Мюнхаузеном» (или с капитаном Врунгелем).	ПЕСНИ: «Облака» В. Шаинский «Мир похож на цветной луг» В. Шаинский «Рисовальная песенка» Л. Абелян «Настоящий друг» Б. Савельев «Позови меня» группа «Любэ» «Веселый ветер» «Капитан» «Антошка» В. Шаинский «Голубой вагон» В. Шаинский «Улыбка» В. Шаинский «Оранжевое солнце» «В траве сидел кузнечик» В. Шаинский МУЗЫКАЛЬНЫЕ ИГРЫ: «Старик Абрахам» «Ускорялка» «Золотые ворота» «Пеньки» ОРКЕСТР РУССКИХ НАРОДНЫХ ИНСТРУМЕНТОВ
		ПЕСНИ: «Новогодние игрушки» В. Витлина «Дед Мороз и дети» И. Кишко «Саночки» А. Филиппенко «Горка крутая» И. Моееева «Всем нам весело» М. Михайлова «Шел веселый дед Мороз» С. Петров «Наша елка» Н. Можуков «Добрый дедушка Мороз» Е. Поплянова «Российский дед Мороз» «Про деда Мороза» (р. н.п. «Валенки») «Первый снег» А. Филиппенко «Наша елка» З. Штерн «Зимушка хрустальная» А. Филиппенко
Новый год	Музыкально-игровое развлечение «Зимние забавы», Новогодний праздник «В сказке все бывает».	

		«Здравствуй, зимушка-зима» М. Левина «Елочка» А. Алексовский «Ой, ты – зимушка-зима» р. н.п. «К нам приходит Новый год» П. Изотв «Музыка зимы» Э. Ханок «Русская зима» М Олиферова «В лесу родилась елочка» «Маленькой елочке» «Бубенчики» амер. н.п. «Песня сыщика» «Пора-пора-порадуемся» МУЗЫКАЛЬНЫЕ ИГРЫ: «Мы Мороза не боимся» «Красный нос» «В темном лес» «Бабка-ежка» «Догони руковичку» «Заморожу» «У тебя, дед Мороз» тренинги по сценической речи ОРКЕСТР РУССКИХ НАРОДНЫХ ИНСТРУМЕНТОВ
		ПЕСНИ: «Пенсионная песня бабы Яги» «В поле ветер свищет» («Ариель») «Частушки Бабок-Ежек» «Колыбельная» М. Прокопьева «Бравые солдаты» А. Филиппенко «Аты-баты, шли солдаты» «Ты не бойся, мама» «Солдатушки – браво ребятушки» р. н.п. «Маруся» «Идет солдат по городу» В. Шаинский «Не плач, девчонка» «Алешка» С. Никитин МУЗЫКАЛЬНЫЕ ИГРЫ: «В темном лес» «Летчики, следите за погодой»
Зима, 23 февраля	Музыкально-игровое развлечение «Дом для хорошего настроения» (Праздник бабы Яги), Праздник «Во славу русского отечества».	

		«Кавалерия» «Стой, кто идет» «Эскадрилья» ОРКЕСТР РУССКИХ НАРОДНЫХ ИНСТРУМЕНТОВ
		ПЕСНИ: «Блины» р. н.п. «Веснянка» р. н.п. «Тает снег» А. Филиппенко «Солнечная капель» С. Соснина «Здравствуй, весна» Л. Долголюк «Песенка друзей» Г. Гладков «Песня Чебурашки» В. Шаинский «Песенка крокодила Гены» В. Шаинский «Песня-спор Маши и Вити» «Щарик» Л. Долголюк «Щенок» Л. Чернова «Человек собаке друг» «Пропала собака» В. Шаинский «Песня Красной шапочки» «Добрый жук» «Песня стойких оловянных солдатиков» «Приходи, сказка» МУЗЫКАЛЬНЫЕ ИГРЫ: «Идет матушка Весна» «Не опоздай» «Магазин игрушек» «Найди своего сказочного героя» ОРКЕСТР РУССКИХ НАРОДНЫХ ИНСТРУМЕНТОВ
Весна, Неделя книги, музыки, театра	Музыкально-игровая программа «Книжкины именины», Праздник «Весна идет, весне дорогу».	
9 мая, Детство	Музыкально-драматическая композиция «Войны не знали мы, но все же...», Праздник «Новые приключения бременных музыкантов».	ПЕСНИ: «Смуглянка» «День победы» «Частушки о войне» «Русский парень» «Тучи в голубом» «Будет все хорошо» «Три танкиста» «Первым делом самолеты» «Дождливым вечером» «Катюша» «В каждом маленьком

Лето,
День рождения
А. С. Пушкина

Музыкально-игровое
развлечение
«В гостях у бабы Яги»,
Праздник «Там, на неведомых
дорожках».

ребенке»
«Кактус»
«Солнечный зайчик» С.
Мураделли
«Почему на голове не растут
цветочки»
«Зажигай»
«Глафира» Иваси
«Что с тобой?» Ю. Ким
«Пробуждальная песенка»
МУЗЫКАЛЬНЫЕ ИГРЫ:
«Волк и зайцы»
«Каракатица»
«Ищи!»
«Ерема»
«Дударь»
«Ай, дили»
«Галя»
ОРКЕСТР РУССКИХ
НАРОДНЫХ
ИНСТРУМЕНТОВ

ПЕСНИ:
«Точка, точка, запятая»
«Мамонтенок»
«Утро начинается»
«Земляничное варенье»
«Веселые медвежата» Е.
Поплянова
«Песенка про двух утят» Е.
Поплянова
«Слово на ладошке» Е.
Поплянова
«Никого я не боюсь» Л.
Долголюк
«Песенка про кузнечика» В.
Шаинский
«Песенка про манную кашу»
Л. Абелян
«Главное, что хором!»
«Самая счастливая» Ю.
Чичков
«Веселая мышка» В Гросс
«Из чего же?» Ю. Чичков
«Веселый ветер» И.
Дунаевский
МУЗЫКАЛЬНЫЕ ИГРЫ:
«Пчелки на цветках»
«Собери букет»
«Гусеница»
«Собери шары в штаны»
«Двухголовая рубаха»

Таблица 2

• *Репертуар по слушанию музыки*

Д. Кабалевский «Клоуны»
Д. Шостакович «Вальс-шутка»
П. Чайковский «Танец феи Драже», балет «Щелкунчик»
П. Чайковский «Болезнь куклы», «Детский альбом»
П. Чайковский «Новая кукла», детский альбом»
Э. Григ «Шествие гномов», сюита «Пэр Гюнт»
И. Штраус «Вечное движение»
Б. Савельев «На крутом бережку»
В. Шаинский «Песня Чебурашки»
В. Шаинский «Улыбка»
В. Шаинский «Голубой вагон»

И. С. Бах «Прелюдия» до мажор, ХТК
И. С. Бах «Шутка», сюита 1Ч22
Д. Кабалевский «Клоуны»
П. Чайковский «Танец маленьких лебедей»
П. Чайковский «Старинная французская песенка»
Э. Григ «В пещере горного короля», сюита «Пэр Гюнт»
Н. Римский-Корсаков «Полет шмеля»
М. Мусоргский «Избушка на курьих ножках»
Б. Савельев «Неприятность эту мы переживем»
Б. Савельев «Если добрый ты»
Б. Савельев «На крутом бережку»

Л. Боккерини «Менуэт»
Ф. Мендельсон «Свадебный марш», «Сон в летнюю ночь»
П. Чайковский «Марш», балет «Щелкунчик»
Э. Григ «Песня Сольвейг»
И. Штраус «Трик-так»
И. Штраус «На прекрасном голубом Дунае»

Х. В. Глюк «Мелодия», опера «Орфей и Эвридика»
 Г. Свиридов «Метель»
 Б. Савельев «Настоящий друг»
 Е. Крылатов «Колыбельная медведицы»

Ф. Шуберт «Аве Мария»
 Дж. Верди «Триумфальный марш» опера «Аида»
 М. Теодоракис «Сиртаки»
 Э. Григ «Утро», сюита «Пэр Гюнт»
 А. Вивальди «Гроза», цикл «Времена года»
 И. С. Бах «Токката и фуга», ре минор
 Е. Крылатов «Крылатые качели»
 Е. Крылатов «Прекрасное далеко»
 В. Шаинский «Чему учат в школе»
 В. Шаинский «Облака»
 А. Зацепин «Куда уходит детство»

Альбиони «Адажио»
 Н. Римский-Корсаков «Песня индийского гостя»
 Н. Римский-Корсаков «Море» 1 часть, «Шехеразада»
 Ж. Оффенбах «Кан-кан»
 В. А. Моцарт «Турецкое рондо» ля минор
 Н. Глинка «Марш Черномора», оп. «Руслан и Людмила»
 Э. Григ «Танец Анитры», сюита «Пэр Гюнт»
 П. Чайковский «Баба Яга», «Детский альбом»
 Е. Крылатов «Три белых коня»
 С. Прокофьев «Петя и волк», симфоническая сюита

Таблица 3

• ***Дидактическое обеспечение театротерапии:***

Тематика	Театротерапия	
Осень, урожай, русский фольклор	Музыкально-игровое развлечение «Осенний хоровод», Праздник «Осенняя ярмарка».	ИНСЦЕНИРОВАНИЕ: «Сказка про семеро козлят на новый лад»

		«Дед и баба» «Коробейник» «Уля и Филя» «Потешки» «Где был, Иванушка?» р. н.п. «Веселые гуси» укр. н.п. «Приключение в лесу» А. Филиппенко «Про козлика» Л. Ефимова «Глафира» Иваси КУКОЛЬНЫЙ ТЕАТР: «Репка» «Теремок» «По щучьему велению» «Заячья избушка» «Колобок» Любочкины помощники» «Сказка о золотой рыбке» (на выбор) АКТЕРСКИЙ ТРЕНИНГ: этюды с воображаемыми предметами, этюды с предлагаемыми обстоятельствами, этюды на взаимодействие и общение, тренинги по сценической речи
Путешествие	Музыкально-игровое развлечение «Путешествие в страну «Мульти-пульти», Праздник «Необыкновенное путешествие с бароном Мюнхаузеном» (или с капитаном Врунгелем).	ИНСЦЕНИРОВАНИЕ: «Сказка про глупого мышонка» «Волшебник Сулейман» «Робинзон» «Карандаш» «Пираты» «Ведьмин остров» «Антошка» КУКОЛЬНЫЙ ТЕАТР

		АКТЕРСКИЙ ТРЕНИНГ
Новый год	Музыкально-игровое развлечение «Зимние забавы», Новогодний праздник «В сказке все бывает».	ИНСЦЕНИРОВАНИЕ: «Кот Базилио и лиса Аписа» «Красная шапочка» «Царевна Несмеяна и Иванушка Дурачок» «Карабас Барабас» «Кощей Бессмертный» «Водяной» «Стойкий оловянный солдатик» «Сыщик»
		КУКОЛЬНЫЙ ТЕАТР
		АКТЕРСКИЙ ТРЕНИНГ
		ИНСЦЕНИРОВАНИЕ: «Мамки-няньки» «Глашатай» «Боярин и царь» «Илья Муромец и Соловей- разбойник»
Зима, 23 февраля	Музыкально-игровое развлечение «Дом для хорошего настроения» (Праздник бабы Яги), Праздник «Во славу русского отечества».	КУКОЛЬНЫЙ ТЕАТР
		АКТЕРСКИЙ ТРЕНИНГ
Весна, Неделя книги, музыки, театра	Музыкально-игровая программа «Книжкины именины», Праздник «Весна идет, весне дорогу».	ИНСЦЕНИРОВАНИЕ: «Золушка» «Красная шапочка» «Чебурашка и Шапокляк»» «Оловянные солдатики» «Карлсон»
		КУКОЛЬНЫЙ ТЕАТР
		АКТЕРСКИЙ ТРЕНИНГ
		ИНСЦЕНИРОВАНИЕ: «Смуглянка» «Кактус» «Глафира» Иваси
9 мая, Детство	Музыкально-драматическая композиция «Войны не знали мы, но все же...»», Праздник «Новые приключения	

	бременских музыкантов».	«Бременские музыканты» КУКОЛЬНЫЙ ТЕАТР АКТЕРСКИЙ ТРЕНИНГ
Лето, День рождения А. С. Пушкина	Музыкально-игровое развлечение «В гостях у бабы Яги», Праздник «Там, на неведомых дорожках».	ИНСЦЕНИРОВАНИЕ: «Царь Салтан» «Чернавка» «У лукоморья» «Сказка о попе и работнике его Балде» (отрывок) КУКОЛЬНЫЙ ТЕАТР АКТЕРСКИЙ ТРЕНИНГ

Таблица 4

• **Дидактическое обеспечение танцетерапии:**

Тематика	Танцетерапия (Киселева Т. Ю.)	
Осень, урожай, русский фольклор	Музыкально-игровое развлечение «Осенний хоровод», Праздник «Осенняя ярмарка».	ТАНЦЫ: «Сударушка» «У-ха-ха» «Лавата» «Танец осенних листочков» «Осень» (группа «Божья коровка») «Девочки фабричные» «Канарейка» «Танец с зонтиками» «Колечко»
Путешествие	Музыкально-игровое развлечение «Путешествие в страну «Мульти-пульти», Праздник «Необыкновенное путешествие с бароном Мюнхаузенем» (или с капитаном Врунгелем).	ТАНЦЫ: «Чунга-чанга» «Танец разбойников» «Восточный танец» «Робинзон» «Волшебник Сулейман»

		ТАНЦЫ:
		Хороводы
		«Новогодние игрушки»
		«Новогодняя» («Блестящие»)
		«Танец кукол»
		«Танец гномов»
		«1,2, горе – не беда»
		«Ха-ха-ха-Хоттабыч»
		«Цыганский танец»
		«Танец с гармошкой»
Новый год	Музыкально-игровое развлечение «Зимние забавы», Новогодний праздник «В сказке все бывает».	«Танец снежинок»
		ТАНЦЫ:
		«Бескозырка белая»
		«Баба Яга» («На-на»)
		«Яблочко»
		«Белоснежка и семь гномов»
		«Ты – морячка, я – моряк»
Зима, 23 февраля	Музыкально-игровое развлечение «Дом для хорошего настроения» (Праздник бабы Яги), Праздник «Во славу русского отечества».	
		ТАНЦЫ:
		«Танец Буратино с куклами»
		«Друг»
		«Краковяк»
		«Вальс»
		«Мы на луг ходили»
		«Заплетись, венок»
		«Настоящий друг»
		ТАНЦЫ:
		«Морячка»
		«Восточные сказки»
		«Илона»
		«Полька с игрушками»
9 мая, Детство	Музыкально-драматическая композиция «Войны не знали мы, но все же...», Праздник «Новые приключения бременских музыкантов».	

		«Вальс цветов»
		ТАНЦЫ:
		«Земелюшка-чернозем» р. н.хоровод
		«По малину в сад пойдем» р. н.хоровод
		«Му-му» Утесов
		«Сара Барабу»
		«Лукоморье»
		«Танец гномов»
Лето, День рождения А. С. Пушкина	Музыкально-игровое развлечение «В гостях у Бабы Яги», Праздник «Там, на неведомых дорожках».	

Таблица 5

• **Дидактическое обеспечение изотерапии**

Тематика	Изотерапия	
		Осенний лист (техника «Штамп поролоном»)
		Дождь (техника «А-ля-прима», по сырому)
		Осенний лес (техника «Отпечатки»)
		Осенний букет (техника «Аква-тушь»)
		Осенняя фантазия (техника «Разноцветные ниточки»)
		Урожай (техника «Высокая печать»)
		Фрукты в вазе (техника «Уголь»)
		Золотая хохлома (техника «Пальчиковая живопись»)
		Ярмарки краски (техника «Восковые мелки»)
		Дымковские игрушки (техника «Рисование с помощью ватных палочек»)
Осень, урожай, русский фольклор	Выставки «Мы рисуем Осень» «Русская матрешка» «Осенняя прогулка»	

		Сказочные звери (техника «Монотипия»)
		Саксаул в пустыне (техника выдувания)
		Подводный мир (техника «Пальчиковая живопись»)
		Экзотические животные (техника «Роспись по гипсу»)
		Чунга-Чанга (техника («Восковые мелки»)
		Кто живет в лесу (техника «Диатипия»)
		Путешествие на ракете (техника «Аква-тушь»)
		Вокруг света с капитаном Врунгелем («Витраж»)
Выставки	«Разноцветные муляжи»,	Портрет барона Мюнхаузена (техника «Гуашь»)
	Путешествие «Путешествуем со сказкой»	Архитектура разных стран (техника «Батик»)
		Елочка (техника «Пальчиковая живопись»)
		Зимние деревья (техника выдувания)
		Морозные узоры (техника «Восковая живопись»)
		Снежная избушка (техника «тычка» по тонированной бумаге)
		Снегурочка (техника «А-ля-прима»)
		Снежная королева (фломастеры)
		Новогодние игрушки (техника «Водяная печать»)
Выставки	«Снежная сказка»,	Двенадцать месяцев (гуашь)
	Новый год «Веселый Новый год»	Новогодние открытки (техника «Коллаж»)

		Новогодняя композиция (техника «Батик»)
		Зимнее окно (техника «Восковая живопись»)
		Замела метель (техника «А-ля-прима»)
		Зимующие птицы (гуашь)
		Звери зимой (техника «Диатипия»)
		Зимние забавы (Коллективная композиция)
		Открытка к 23 февраля (техника «Штампики»)
		Знамена и скрижали (техника «Восковые мелки»)
		Русские богатыри (акварель)
Зима, 23 февраля	Выставки	Русская геральдика (фломастеры)
	«Зимняя сказка», «Во славу защитников отечества»	Всадники (гуашь)
		Весенняя капель (техника «Пальчиковая живопись»)
		Первые ручьи (техника «А-ля-прима»)
		«А воздух уж весною дышит» 9техника «Граттаж»)
		Почки проснулись (техника «Выдувание»)
		Красавица Весна (фломастеры)
Весна, Неделя книги, музыки, театра («Книжкина неделя»)	Выставки	Женский портрет (акварель)
		Красная шапочка (техника «Восковые мелки»)
		Крокодил Гена и Чебурашка (техника «Диатипия»)

		Бременские музыканты (гуашь)
		Сказочная фантазия (техника «Монотипия»)
		Наши домашние любимцы (техника «Коллаж»)
		Мы играем (техника «Уголь»)
		Портрет друга (техника «Сангина»)
		Собака – друг человека (техника «Пальчиковая живопись»)
		В городе и деревне (техника «Витраж»)
		Праздничная посуда. Гжель (гуашь)
		Салют в небе (техника «Граттаж»)
		Праздничные шары (техника «Восковые мелки»)
	Выставки	Воины-освободители (акварель)
9 мая,	«День Победы»,	
Детство	«В детстве все бывает», Конкурс рисунков на асфальте	Военная техника, оружие (техника «Диатипия»)
		Бабочка (техника «Монотипия»)
		Летняя поляна (техника «А-ля-прима»)
		На реке и в море (техника «Пальчиковая живопись»)
		«Полетели» (техника «Разноцветные ниточки»)
Лето,		Что мы любим делать летом (техника «Граттаж»)
День рождения	Выставки	Цветы (техника «Батик»)
А. С. Пушкина	«Раз, два – радуга!» «Рисуем сказки А. С.Пушкина»	Летние прогулки (техника

«Роспись по гипсу»)
Золотой петушок (техника
«Восковые мелки»)
Золотая рыбка (гуашь)
Дворец царя Салтана
(акварель)
Корабль заморских гостей
(техника «Диатипия»)
33 богатыря (акварель)
Царевна Лебедь (гуашь)

- **Структура фронтального занятия изотерапии:**
- 1. Интригующая история или сказка по теме занятия.
- 2. Знакомство с техникой и материалами предстоящей работы.
- 3. Инструктаж.
- 4. Непосредственное рисование (под музыку).
- 5. Выставка в нетрадиционных формах («Карусель» для хохломских матрешек или лошадок, «Остров» для папуасов, «Елка» для новогодних игрушек» и др.)
- Занятия изотерапии проводятся в форме «волшебной» игры. Волшебный сюжет так захватывает детей, будоражит их воображение, что они сами не замечают, как становятся действующими лицами. Детям предлагается принять активное участие в рассказывании сказки или занимательной истории, придумать или выбрать такой сюжетный ход, который бы помог решить поставленную проблему. Причем особенностью таких историй является то, что сюжет обязательно связан с последующим рисованием. Далее обсуждается, какими средствами можно изобразить данный сюжет, педагог объясняет и показывает технику исполнения рисунка, обязательные элементы. Педагог использует игровые методы и в процессе рисования детей.
- Не у каждого ребенка получается желаемое изображение и тогда к нему на помощь приходит кисточка «Скорая помощь»: педагог с помощью специальной большой кисточки помогает ребенку исправить недостатки работы. Если в «заветном сундучке» всегда находятся замечательные помощники, палочки-выручалочки (они могут быть любыми, в зависимости от поставленной задачи: свечи, трубочки, ватные палочки, стеки), то такие занятия не только снижают утомляемость ребенка, уменьшают эмоциональную напряженность, но и формируют чувство личной безопасности, повышают уверенность в себе, стимулируют потребность в изобразительной и исследовательской деятельности.
- В связи с неорганизованностью, импульсивностью некоторых детей, неумением внимательно выслушивать инструкцию, необходима поэтапная работа обучающихся под руководством педагога по

принципу «делай как я». Важно, чтобы ребенок испытывал от занятий радость, для этого необходимо создавать на занятиях «ситуацию успеха».

- Для *развития мелкой моторики руки* используются специальные рисуночные комплексы, например:
 - Найти в каждой картинке рисунок, похожий на образец (он дается слева в строке), и как можно аккуратнее обвести контур похожего рисунка, не отрывая карандаш от бумаги.
 - Упражнение: «Узнай, кто я».
- Определить по точкам, что нарисовано: «В этих точках кто-то или что-то спрятано, обведи контур каждого рисунка по точкам и ты узнаешь, что это» (руку не отрывать от бумаги.). Таким же образом по точкам рисовать разные фигуры: животных, цветы, овощи, фрукты, посуду, мебель, машинки (так, чтобы это было не слишком сложно, можно было бы обвести, не отрывая руки).
- Игра: «Самолеты за облаками».
- Эта игра обучает пользоваться карандашом и делать правильный нажим. Для нее требуются бумага и достаточно мягкий карандаш.
- Рисуются несколько самолетов, а вокруг двух из них – облака. Говорим ребенку: «Смотри, какие разные облака – одно совсем черное и самолета за ним почти не видно, а другое – светлое и самолет хорошо виден». Темные и светлые облака вокруг других самолетов ребенок будет рисовать сам. Вместо самолетов могут быть нарисованы лодки на волнах, человек под проливным дождем и под моросящим, дом – ночью, дом – вечером.

3. Тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Продолжительность занятия	Сроки реализации
1	Занятие 1. Вводное.	1 час	1 неделя
2	Занятие 2. «Каракули».	1 час	2 неделя
3	Занятие 3. «Рисуем чувство».	1 час	3 неделя
4	Занятие 4. «Лепим свой страх».	1	4 неделя
5	Занятие 5. «Истории в картинках».	1	5 неделя
6	Занятие 6. «Монотипия».	1-2 часа	6 неделя
7	Занятие 7. Заключительное занятие.	1-2 часа	7 неделя

Занятие 1.

Вводное занятие.

1. В ходе собеседования с ребенком, ему предоставляется информация об особенностях планируемой работы. Подчеркивается, что на занятиях не требуется наличие каких-либо художественных способностей или навыков изобразительного искусства. Подчеркивается, что основной акцент делается на свободном выражении участником своих переживаний и чувств, с помощью имеющихся материалов. После получения согласия ребенка сотрудничать дается задание.

2. Настрой («разогрев»).

Инструкция: Закрой глаза и представь цвет, соответствующий твоему настроению. Опиши – какой это цвет? Каковы твои ощущения? Покажи этот цвет движением. Каково твое настроение на ощупь? Какой температуры?

3. Упражнение «Рисунок настроения». Настроение можно нарисовать. Используй любые изобразительные средства, создай образ своего настроения.

Задачи: снятие эмоционального напряжения, активизация воображения, экспрессивная деятельность.

Материалы: бумага А3, гуашь, фломастеры, цветные карандаши, пастель, восковые мелки.

Продолжительность: 15-20 мин.

4. Рефлексивный анализ (10-15 мин).

Занятие 2.

«Карakuли».

Задача: релаксация, эмоциональное и моторное самовыражение, снятие внутреннего контроля, развитие воображения, получение диагностической информации,

1. Настрой. Рисуем воображаемые карakuли в воздухе с закрытыми глазами.

2. Рисование карakuлей на листе ватмана с закрытыми/открытыми глазами.

Работа с полученным изображением.

Материалы: бумага А3/ватман, пастель, восковые мелки.

3. Рефлексивный анализ.

Занятие 3.

«Рисуем чувство: страх/гнев».

Задачи: отреагирование напряжения, страхов, фантазий в ином восприятии, развитие уверенности в себе, осознание возможной победы над тревогой, страхом.

Материалы: бумага А3, изобразительные средства – на выбор ребенка.

1. Настрой. Ребенку предлагается представить себе, что он в настоящий момент испытывает соответствующее чувство, припомнив ситуации, в которых оно проявляется. Предлагается подвигаться по комнате, если у него есть желание.

2. Рисунок чувства. Работа с рисунком.

3. Рефлексивный анализ.

Занятие 4.

«Лепим свой страх (любое негативное чувство)».

Задача: экспрессия негативных переживаний, отреагирование страхов, фантазий в ином восприятии, развитие уверенности в себе, осознание возможной победы над тревогой, страхом, развитие моторики и становление произвольной регуляции деятельности.

Материал: пластилин, картон А4.

1. Настрой. Ребенку предлагается представить себе, что он в настоящий момент испытывает соответствующее чувство, припомнив ситуации, в которых оно проявляется. Предлагается подвигаться по комнате, если у него есть желание. Предварительно предлагается взять кусок пластилина и разминать его.
2. Лепка. Ребенку предлагается вылепить свое негативное чувство. Обсуждение. Трансформация образа по желанию ребенка.
3. Рефлексивный анализ.

Занятие 5.

«Истории в картинках».

Задача: проработка и коррекция негативных переживаний, развитие уверенности в себе, осознание возможной победы над тревогой, страхом, развитие моторики и становление произвольной регуляции деятельности, самопознание и самосовершенствование, диагностическая информация.

Материал: Листы А4, изобразительные средства – на выбор ребенка.

1. Настрой. Свободное рисование на листе бумаги формата А3. Ребенку предлагается автоматически, не задумываясь рисовать цветные линии в свободной манере. И предложить по окончании – описать рисунок от своего лица.
 2. Ребенку предлагается нарисовать историю в картинках. Выбирается тематика соответствующая актуальным потребностям ребенка. Прорисовывается 6 этапов: С чего началось? Что изменилось в тебе самом? Самые страшные проявления? Что будут, когда это пройдет? Ты – сильный, смелый, здоровый. Будущее.
- Рассказ истории.
3. Рефлексивный анализ.

Занятие 6.

«Монотипия».

Задача: обращение к внутренним резервам.

Материал: краски гуашь, листы формата А5, пластиковая кассета для СД диска.

1. Настрой. Ребенку предлагается нарисовать красками какое-то самое неприятное для него чувство. Можно под музыкальное сопровождение (тревожная/монотонная музыкальная композиция), далее - самое приятное чувство.
2. Используя метод монотипии – создаем изображения: отвергаемый цвет, предпочитаемый цвет, смешивание.

Работа с кляксами.

3. Рефлексивный анализ.

Занятие 7.

Заключительное занятие.

Задача: проявление «Я-концепции», самооценки, самопринятия.

Материал: по выбору ребенка.

Ребенок рисует или изготавливает композицию «Что было? Что есть? Что будет?». Рефлексивный анализ.

Музыкотерапия

Музыкотерапия — это вид арт-терапии, где музыка используется в лечебных или коррекционных целях. В настоящее время музыкотерапия является целым психокоррекционным направлением (в медицине и психологии), имеющим в своей основе два аспекта воздействия: психосоматическое (в процессе которого осуществляется лечебное воздействие на функции организма) и психотерапевтическое (в процессе которого с помощью музыки осуществляется коррекция отклонений в личностном развитии, психоэмоциональном состоянии). Именно катарсическое (очищающее) воздействие музыки позволяет использовать ее в таком качестве в коррекционной работе с детьми, имеющими проблемы в развитии. Во многих исследованиях по музыкотерапии (В. М. Бехтерев, С. С. Корсаков, И. М. Догель, С. И. Консторум, Г. П. Шипулин, Б. В. Асафьев, Л. А. Мадель, Л. С. Брусиловский, И. Р. Тарханов, Г. Н. Кехаушвили, А. Н. Борисов, Л. А. Батурина, И. В. Темкин, В. И. Петрушин, В. С. Шушарджан) в качестве проявлений лечебного и коррекционного воздействия этого вида арттерапии выделяются следующие:

регулирование психовегетативных процессов, физиологических функций организма;

катарсис, регуляция психоэмоционального состояния;

повышение социальной активности, приобретение новых средств эмоциональной экспрессии;

облегчение усвоения новых положительных установок и форм поведения, коррекция коммуникативной функции;

активизация творческих проявлений.

Если говорить о музыкотерапии с точки зрения ее влияния на физическую, эмоциональную и интеллектуальную сферы организма, то, поскольку музыка является языком невербальной коммуникации, наибольший эффект достигается во влиянии на чувства и настроения человека, ослабляя негативные переживания в процессе их катарсической разрядки под воздействием музыки. Достоинствами музыкотерапии являются:

1. Абсолютная безвредность;

2. Легкость и простота применения;

3. Возможность контроля;

4. Уменьшение необходимости применения других лечебных методик, более нагрузочных и отнимающих больше времени. Специалисты различают

пассивную и активную формы музыкотерапии. В первом случае получателю услуг предлагают прослушивать различные музыкальные произведения, соответствующие состоянию их психологического здоровья и ходу лечения. Те, кто хоть раз общался с ребенком с ограниченными возможностями, знают, как трудно найти тропинку к его сердцу. Поэтому естественность и доступность, которая есть в музыке, - одна из причин бурного развития музыкальной терапии в последние десятилетия. Полезность музыкотерапии в работе с детьми с ограниченными возможностями в том, что она:

помогает укрепить доверие, взаимопонимание между участниками процесса; помогает ускорить прогресс терапии, так как внутренние переживания легче выражаются с помощью музыки, чем при разговоре;

музыка усиливает внимание к чувствам, служит материалом, усиливающим осознание;

косвенно повышается музыкальная компетенция, возникает чувство внутреннего контроля и порядка.

Чем раньше начинается лечение, тем больше шансов на успех. Поэтому уже с двух лет детей с ограниченными возможностями можно лечить и развивать с помощью музыкотерапии. У детей второго года жизни круг представлений о внешнем мире очень узкий, слабо развита речь, а также слуховые и зрительные восприятия, слабая нервная система, плохая координация движений, неустойчивое внимание. Как правило, у этих детей отсутствуют навыки и умения в звукоподражании, в слоговом подпевании и интонировании простейших мелодий. Дети не умеют согласовывать движения с музыкой, подчинять свои действия различным внешним сигналам - зрительным, слуховым. Но у них есть одно свойство - подражательность, - которое проявляется как в музыкально-ритмических движениях, так и в подпевании и пении. Список произведений классической музыки для регуляции психоэмоционального состояния детей с ограниченными возможностями:

Для уменьшения чувства тревоги и неуверенности - "Мазурка" Шопен, "Вальсы" Штрауса, "Мелодии" Рубинштейна.

Для уменьшения раздражительности, разочарования, повышение чувства принадлежности к прекрасному миру природы - "Кантата № 2" Баха, "Лунная соната" Бетховена.

Для общего успокоения - "Симфония №6" Бетховена, часть 2, "Колыбельная" Брамса, "Аве Мария" Шуберта.

Для снятия симптомов гипертонии и напряженности в отношениях с другими людьми - "Концерт ре-минор" для скрипки Баха.

Для уменьшения головной боли, связанной с эмоциональным напряжением, - "Дон Жуан" Моцарт, "Венгерская рапсодия №1" Листа, "Сюита Маскарад" Хачатуряна.

Для поднятия общего жизненного тонуса, улучшение самочувствия, активности, настроения - "Шестая симфония", Чайковского, 3 часть, "Увертюра Эдмонд" Бетховена.

Для уменьшения злобности, зависти к успехам других людей - "Итальянский концерт" Баха, "Симфония" Гайдна.

Для повышения концентрации внимания - "Времена года" Чайковского, "Лунный свет" Дебюсси, "Симфония № 5" Мендельсона.

Таким образом, музыкотерапия представляет собой совокупность приемов и методов, направленных на расширение и обогащение спектра переживаний и формирование такого мировоззрения, которое помогает человеку быть здоровым и счастливым. Богатые чувства и высокие мысли являются главным составляющим этого вида психотерапии. Формирование богатой эмоциональной сферы ребенка достигается за счет вовлечения его в широкий круг музыкальных художественных переживаний, формирование высокого строя мыслей.

Сказкотерапия

Наши предки использовали сказкотерапию для детей несознательно, через сказки передавая ребенку жизненный опыт, отношение к миру, моральные нормы и принципы, обычаи и традиции. Сказка в этом случае выполняла те же функции, что и колыбельные для детей. Современная же сказкотерапия для детей направлена не только на развитие ребенка, но и на направленную помощь в трудных жизненных ситуациях. Сказкотерапия - это лечение сказками, при котором происходит совместное с клиентом открытие тех знаний, которые живут в душе и являются в данный момент психотерапевтическими.

В практической психологии можно встретить несколько способов работы со сказками как с проекцией, в зависимости от того, какие задачи ставит перед собой психолог.

- Использование сказки как метафоры. Текст и образы сказки вызывают свободные ассоциации, которые касаются личной психической жизни человека, затем эти метафоры и ассоциации обсуждаются.
- Рисование по мотивам сказки. Свободные ассоциации проявляются в рисунке, дальнейшая работа идет с графическим материалом.
- «Почему герой так поступил?» - то есть более активная работа с текстом, где обсуждение поведения и мотивов персонажа служит поводом к обсуждению ценностей и поведения человека. Вводятся оценки и критерии «хорошо» — «плохо».
- Проигрывание эпизодов сказки. Участие в этих эпизодах дает возможность ребенку или взрослому прочувствовать некоторые эмоционально-значимые ситуации и «сыграть» эмоции.
- Использование сказки как притчи-наравоучения, подсказка с помощью метафоры варианта разрешения ситуации.
- Переделка или творческая работа по мотивам сказки.

Сказки делятся на пять видов в зависимости от назначения:

- художественные,

- дидактические,
- психокоррекционные,
- психотерапевтические,
- медитативные.

К художественным сказкам относятся сказки, созданные многовековой мудростью народа и авторские истории. Собственно именно это и призвано называть сказками, мифами, притчами, легендами. В художественных сказках есть и дидактический, и психокоррекционный, и психотерапевтический и даже медитативный аспекты. Не смотря на то, что психокоррекционные сказки создавались не для процесса консультирования, тем не менее, успешно ему служат. К художественным сказкам относят народные и авторские сказки. Дидактические сказки создаются педагогами для упаковки учебного материала, при этом абстрактные символы (цифры, буквы, звуки), одушевляются, создается сказочный образ, в котором они живут. В форме дидактических сказок «подаются» учебные задания. Психокоррекционные сказки создаются для мягкого влияния на поведение ребенка. Под коррекцией здесь понимается «замещение» неэффективного стиля поведения на более продуктивный, а также объяснение ребенку смысла происходящего.

Сказки, раскрывающие глубинный смысл происходящих событий. Истории помогающие увидеть происходящее с другой стороны. Они не всегда однозначны, не всегда имеют традиционно счастливый конец, но всегда глубоки и проникновенны. Психотерапевтические сказки часто оставляют человека с вопросом. Это в свою очередь, стимулирует процесс личностного роста. Медитативные сказки создаются для накопления положительного образного опыта, снятие психоэмоционального напряжения, создание лучших моделей взаимоотношений, развитие личностных потенциалов.

Изотерапия

Изотерапия — терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием, используется в настоящее время для психологической коррекции клиентов с невротическими, психосоматическими нарушениями, детей и подростков с трудностями в обучении и социальной адаптации, при внутрисемейных конфликтах. Изобразительное творчество позволяет клиенту ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, быть самим собой, свободно выражать мечты и надежды, а также — освободиться от негативных переживаний прошлого. Это не только отражение в сознании клиентов окружающей и социальной действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней. Рисование развивает чувственно-двигательную координацию, так как требует согласованного участия многих психических функций. По мнению специалистов, рисование участвует в согласовании межполушарных взаимоотношений, поскольку в процессе рисования активизируется конкретно-образное мышление, связанное, в основном, с работой правого

полушария, и абстрактнологическое, за которое ответственно левое полушарие. Психокоррекционные занятия с использованием изотерапии служат инструментом для изучения чувств, идей и событий, для развития межличностных навыков и отношений, укрепления самооценки и уверенности в себе. Существует ряд серьезных моментов, касающихся выбора материалов в соответствии с целями занятий:

1. Выбор материалов влияет на то, как проходит занятие. Некоторые материалы, такие как карандаши, мелки и фломастеры, позволяют «усилить» контроль, в то время как другие — пастель, краска и глина — способствуют более свободному выражению.

2. Если клиент не уверен в себе или просто устал, он будет чувствовать себя увереннее и спокойнее при работе с материалами, которые легче контролировать.

3. При индивидуальной работе с детьми или группами, чье поведение трудно контролировать, стоит начать с «контролируемых» материалов.

4. Многие чувствуют себя неуверенно в отношении своих художественных способностей. Вырезание картинок из журнала для создания коллажа «уравнивает» участников и позволяет даже очень неуверенным клиентам присоединиться к работе.

5. Как только все клиенты с удовольствием начнут участвовать в упражнении, такие материалы как краска или глина могут дать возможность более глубокого самовыражения, особенно при изучении чувств или реакций.

Техники изотерапии:

Техника медитативного рисунка — мандала.

Одной из техник изотерапии является создание циркулярных композиций — мандал. Слово мандала имеет санскритское происхождение и означает «магический круг». Мандала помогает стимулировать основные внутренние источники, запечатленные на глубинных уровнях разума, включая механизмы саморегуляции. Это психологический преобразователь, помогающий человеку установить связь с самим собой.

Техника направленной визуализации. В арт-терапии совместно с изотерапией используется также техника направленной визуализации — направление потока воображения клиента в определенное русло. Изотерапия дает положительные результаты в работе с детьми с различными проблемами — задержкой психического развития, речевыми трудностями, нарушением слуха, умственной отсталостью, при аутизме, где вербальный контакт затруднен. Во многих случаях рисуночная терапия выполняет психотерапевтическую функцию, помогая ребенку справиться со своими психологическими проблемами. Наиболее распространенные **приемы изотерапии** (работа с красками, карандашами и природным материалом).

Марания

В буквальном понимании «марать» — значит «пачкать, грязнить». Марания могут проходить не только в виде непосредственных раскрашиваний, размазываний. Марания эффективны для помощи ребенку или родителям выразить свои эмоции. Наиболее насыщенными по воплощению и эмоционально яркими являются гуашевые или акварельные изображения. При помощи мараний можно рисовать такие вещи, как страхи, гнев, в дальнейшем преобразовывать их во что-то позитивное. Их можно облечь в привлекательную для детей форму: они могут замазывать краской вход в пещеру; брызгами, пятнами, разнообразными линиями создавать города, явления природы, сказочных существ; закрашивать цветными мелками собственный силуэт, нарисованный на полу. Марания по внешнему виду порой выглядят как деструктивные действия с красками, мелками. Однако игровая оболочка оттягивает внимание от не принимаемых в обычной жизни поступков, позволяет ребенку без опасений удовлетворить деструктивные влечения. У мараний нет категорий «правильно-неправильно», «хорошо-плохо», нет эталонов. Отсутствие критериев оценки мараний исключает и саму оценку. Т.е. это снимает тревожность и помогает выплеснуть агрессию, страх и пр.

Штриховка, каракули. Штриховка – это графика. Изображение создается без красок, с помощью карандашей и мелков. Под штриховкой и каракулями в нашем случае понимается хаотичное или ритмичное нанесение тонких линий на поверхность бумаги, пола, стены, мольберта и пр. Линии могут выглядеть неразборчивыми, небрежными, неумелыми, либо, наоборот, выверенными и точными. Из отдельных каракулей может сложиться образ, либо сочетание предстанет в абстрактной манере. Штриховки и каракули могут иметь различное воплощение:

- заполнение пространства (тонирование, создание фона, закрашивание штрихами выделенной поверхности);
- рисование отдельных линий или их сочетаний (передача «характера» и взаимоотношений линий, например, грустной, испугавшейся линии, ссоры; так же появляются волны, лучи солнца, ветер, языки огня, взрывы, препятствия);
- изображение объектов и символов в ритмической манере, например, рисование под музыку.

Штриховки и каракули помогают расшевелить ребенка, дают почувствовать нажим карандаша или мелка, снимают напряжение перед рисованием. Штриховки просты в исполнении, занимают непродолжительное время, потому уместны в качестве зачина арт-занятия. Штриховки и марания происходят в определенном ритме, который оказывает благотворное влияние на эмоциональную сферу ребенка. У каждого ребенка он свой, диктуемый психофизиологическими ритмами организма. Ритм присутствует во всех

жизненных циклах, в том числе в режиме дня, чередовании напряжения и расслабления, труда и отдыха и т.д. Ритм создает настрой на активность, тонизирует ребенка.

Рисунок на стекле

Перед тем как предложить ребенку стекло, надо обязательно обработать его кромку в мастерской (техника безопасности). А лучше взять прозрачный пластик или пластиковую доску для лепки. В отличие от рисования по бумаге, стекло дарит новые визуальные впечатления и тактильные ощущения. Ребят захватывает сам процесс рисования: гуашь скользит мягко, ее можно размазывать и кистью, и пальцами, так как она не впитывается в материал поверхности и долго не высыхает. Детям нравится рисовать на стеклах больших размеров, на них есть где развернуться. Прямо в процессе рисования стекло можно промыть мокрой губкой, нанести новый рисунок, снова смыть. Так и поступают реактивные и тревожные дети. Часто случается, что кто-нибудь выливает на стекло много воды, перегоняет ее из стороны в сторону, собирает губкой, смешивает с краской и т.д. Такая манера характерна для детей дошкольного и младшего школьного возраста, имеющих проблемы аффективно-личностного плана. Пространство активности ребенка расширяется за счет вытекания воды за пределы стекла. К тому же консистенция воды значительно отличается от краски. Меньшая плотность и текучесть увеличивают скорость манипуляций, убирают статику и конкретику изображений. За счет того, что краска не впитывается, сколько бы разноцветных слоев ни наносилось, под ними всегда будет просвечивать прозрачная основа. Благодаря этим свойствам изображение на стекле воспринимается как сиюминутное, временное, лишенное монументальности и постоянства. Только наброски, игра, можно не нести ответственности за результат, так как результата и нет. Ребенок словно не рисует, а тренируется рисовать, и соответственно, имеет право на ошибки и исправления, без болезненных переживаний о свершившемся, которое уже не изменить. Описанный прием используется для профилактики и коррекции тревожности, социальных страхов и страхов, связанных с результатом деятельности («боюсь ошибиться»). Подходит зажатым детям, так как провоцирует активность. Раскрывает детей, «задавленных и затюканных» замечаниями родителей, учебными неудачами, нагрузкой, непомерными требованиями. Совместное рисование на одном стекле как проблемная ситуация провоцирует детей устанавливать и поддерживать контакты, формировать умение действовать в конфликте, уступать или отстаивать позиции, договариваться.

Рисование пальцами

Даже никогда не рисовав пальцами, можно представить особенные тактильные ощущения, которые испытываешь, когда опускаешь палец в гуашь или в пальчиковую краску — плотную, но мягкую, размешиваешь краску в баночке, подцепляешь некоторое количество, переносишь на бумагу

и оставляешь первый мазок. Это целый ритуал! Ради достижения изобразительных эффектов нанесением краски непосредственно ладонями и пальцами от ребенка не требуется развитой мелкой моторной координации. Движения могут быть размашистыми, крупными, экспрессивными или наоборот, точечными, локальными, отрывистыми. Толщина пальцев уже сама по себе не предполагает создание тонких мазков, линий. Рисование пальцами и ладонями не подвержено влиянию стандартных шаблонов. Так рисовать детей не учат ни в детском саду, ни в школе. Поэтому такой способ создания изображений проективно представляет индивидуальность ребенка. Рисование пальцами – это разрешенная игра с грязью, в ходе которой деструктивные импульсы и действия выражаются в социально принимаемой форме. Ребенок, незаметно для себя, может осмелиться на действия, которые обычно не делает, так как опасается, не желает или не считает возможным нарушать правила. Рисование пальцами не бывает безразлично ребенку. В связи с нестандартностью ситуации, особыми тактильными ощущениями, экспрессией и нетипичным результатом изображения, оно сопровождается эмоциональным откликом, который может иметь широкий диапазон от ярко отрицательной до ярко положительной. Новый опыт эмоционального принятия себя в процессе рисования, пробы несвойственных ребенку характеристик поведения, расширяют и обогащают образ Я.

Рисование сухими листьями (сыпучими материалами и продуктами).

Сухие листья приносят много радости детям. Даже если вы не производите с ними никаких действий, а просто держите их в ладонях, перцептивные впечатления после привычного пластика, полиэстера и ДСП вызывают сильный эмоциональный отклик. Сухие листья натуральны, вкусно пахнут, невесомы, шершавы и хрупки на ощупь. С помощью листьев и клея ПВА можно создавать изображения. На лист бумаги клеим, который выдавливается из тюбика, наносится рисунок. Затем сухие листья растираются между ладонями на мелкие частички и рассыпаются над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Эффектно выглядят изображения на тонированной и фактурной бумаге. Даже когда дети пытаются изобразить что-то опредмеченное, например, Чебурашку или машину, изображение получается «лохматым», пушистым, малоразборчивым, но при этом эффектным и привлекательным.

Так же можно создавать изображения с помощью мелких сыпучих материалов и продуктов: круп (манки, овсяных и других хлопьев, гречи, пшена), сахарного песка, вермишели и т.д. При встряхивании лишних материалов изображение все равно останется только в месте приклеивания. Перемешанные между собой и раскиданные сыпучие продукты, труха листьев по своей внешнему выражению — сор, который в обыденности

аккуратно выметается, выбрасывается, от которого детей приучают избавляться, к которому не разрешают прикасаться. Обстановка помогает детям приобретать новый опыт свободной активности, а манипуляции с сыпучими материалами — в социально разрешенной форме удовлетворять деструктивные влечения в обход социальных барьеров и догм. Описанная техника создания изображений подходит детям с выраженной моторной неловкостью, негативизмом, зажатостью, способствует процессу адаптации в новом пространстве, дарит чувство успешности. Равно как и сами рисунки, которые часто взрослые не понимают из-за отсутствия четкости, плавности линий и той академичности, к которой привыкли и пытаются навязать. Гораздо эффективнее, сделать этот процесс арт-терапией и инструментом расслабления. При рисовании происходит:

- Расставание с негативными эмоциями и прорисовывание тяжелого дня или события.
- Переживание и умирение ярости, гнева, злости. Тогда можно избежать наказания, обидных слов и действий. Лучше — отдать все на откуп бумаге, линиям, краскам, фигурам и объектам.
- Совместная деятельность и уникальная возможность в процессе, наводящими вопросами о рисунке узнавать, что тревожит ребенка. И главное - как вы можете ему помочь.
- Наблюдение со стороны и раннее упреждение проблемы, вплоть до обращения к специалисту. Присмотритесь: не сменились ли резко цвета, размеры, плавность линий, неполнота картины. Внезапные изменения на протяжении длительного времени - уже повод для деликатного разговора.

Танцевально- двигательная терапия

Традиционно считается, что душевная жизнь человека самым непосредственным образом связана с телом, с движениями. Терапией, которая объединяет в себе работу с телом, движениями и эмоциями, является танце-двигательная терапия. Одним из главных достоинств танце-двигательной терапии является ее преемственность традициям древнейших культур, с точки зрения понимания строения и роли движения в жизни человека и целостного подхода к телесному и психическому здоровью. "Душа и тело - не отдельные сущности, а одна и та же жизнь". Танцевальная терапия также может помочь людям с физическими недостатками улучшить свою самооценку, научиться балансу и координации.

Техники танцевально-двигательной терапии:

Кинестетическая эмпатия полезна как способ установления контакта с крайне регрессивными неговорящими клиентами. Разделение одного и того же двигательного паттерна при ходьбе с ними помогает установить начало отношений. Так же как и в работе с аутичными детьми, терапевт должен учитывать потребность клиента и пространственной и эмоциональной

дистанции. **Преувеличение.** Обычно наше внимание привлекает определенный аспект чьего-либо двигательного поведения (напр., обдуманное и контролируемое поведение, быстрое и неожиданное движение рукой или опустившееся и тяжелое чувство). После того как терапевт привлек внимание клиента к этому паттерну, он может предложить преувеличить движение, чтобы более четко выделить характеризующее качество.

Трансформация движения в коммуникацию. Эта техника работает с движениями, которые являются дисфункциональными по своей природе (напр., самостимулирующие, повторяющиеся, используемые, чтобы держать других на расстоянии) и использует их, как базис, на котором клиента вовлекают во взаимодействие. Шевеление пальцами около глаз, характерное для некоторых аутичных детей, может быть трансформировано в шевеление пальцами друг против друга, как бы помахивая в приветствии. При использовании этой техники важно не копировать человека. Лучше всего, когда движения подобны движениям клиента или являются прямым ответом на то, что он делает. Из всего вышесказанного можно сделать вывод о том, что танце-двигательная терапия - это вид психотерапии, который использует движение для развития социальной, когнитивной, эмоциональной и физической жизни человека. Использовать танце-двигательную терапию можно в работе с людьми с разнообразными эмоциональными проблемами, снижением интеллектуальных возможностей и тяжелыми заболеваниями.

Песочная терапия

Песочная терапия в контексте арт-терапии представляет собой невербальную форму психокоррекции, где основной акцент делается на творческом самовыражении клиента, благодаря которому на бессознательно-символическом уровне происходят отреагирование внутреннего напряжения и поиск путей развития. Это один из психокоррекционных, развивающих методов, направленных на разрешение личностных проблем через работу с образами личного и коллективного бессознательного. Эти образы проявляются в символической форме в процессе создания творческого продукта - композиции из фигурок, построенной на специальном подносе (ящике) с песком, подобно тому, как они актуализируются в сновидениях или при использовании техники активного воображения. Метод базируется на сочетании невербальной (процесс построения композиции) и вербальной (рассказ о готовой композиции, сочинение истории или сказки, раскрывающей смысл композиции) экспрессии клиентов.

Впервые идея использования песка в игре с больными и психологически неблагополучными детьми была реализована английским детским психотерапевтом Маргарет Ловенфельд в 1930-х годах. Основная цель песочной терапии — достижение клиентом эффекта самоисцеления посредством спонтанного творческого выражения содержаний личного и

коллективного бессознательного. Включение этих содержаний в сознание, укрепление Эго и установление качественно нового взаимодействия Эго с глубинным источником психической жизни — целостным Я. В результате происходит значительное усиление способности человека к самодетерминации и саморазвитию. Основные задачи песочной терапии таковы:

- Возвращение в состояние играющего, свободно творящего ребенка посредством глубокой возрастной регрессии;
- Соприкосновение с вытесненным и подавленным материалом личного бессознательного, его включение в сознание;
- Соприкосновение с архетипами коллективного бессознательного, постижение самых таинственных пластов психики;
- Проработка архетипических содержаний индивидуальной психики, выведение их из глубины бессознательного и интеграция в сознание.

Данный метод позволяет гармонизировать (упорядочить) внутренний душевный хаос посредством нескольких механизмов:

- проработки психотравмирующих ситуаций на символическом уровне;
- отреагирования негативного эмоционального опыта в процессе творческого самовыражения;
- расширения внутреннего опыта за счет осознания содержаний глубинных уровней психики, в том числе архетипического, и укрепления сознательного Я;
- изменения отношения к себе, к своему прошлому, настоящему и будущему, к значимым другим, в целом к своей судьбе;
- укрепления (или пробуждения) доверия к миру, развития новых, более продуктивных отношений с миром.

Основная идея песочной картины отражает актуальные жизненные ценности, потребности, «зону ближайшего развития» автора. Иными словами, основная идея расскажет нам о том, что является для клиента наиболее значимым в данный момент. Над чем он сознательно или бессознательно работает, к чему стремится. Узнать основную идею песочной картины можно, как минимум, тремя способами.

- Попросить клиента дать название миру, созданному в песочнице.
- Предложить клиенту ответить на один из вопросов:
 - Что это за мир?
 - Что это за страна?
 - Что самое главное жители этой страны могли бы сказать жителям других стран и миров?
 - Чему нас может научить опыт путешествия по этой стране, по этому миру?
- Предложить клиенту описать песочный мир.

Важно отметить, что каждый предмет появляется в песочнице неслучайно. Он что-то символизирует. Но что? Чтобы прикоснуться к пониманию этого, важно понять следующее: предметы имеют многоуровневое значение, несут информацию личного и коллективного бессознательного.

Игровая терапия

Игровая терапия — метод коррекции эмоциональных и поведенческих расстройств у детей, в основу которого положен свойственный ребенку способ взаимодействия с окружающим миром — игра. Игра — это произвольная, внутренне мотивированная деятельность, предусматривающая гибкость в решении вопроса о том, как использовать тот или иной предмет. Игра является для ребенка тем же, чем речь является для взрослого. Это средство для выражения чувств, исследования отношений и самореализации. Игра представляет собой попытку ребенка организовать свой опыт, свой личный мир. В процессе игры ребенок переживает чувства контроля над ситуацией, даже если реальные обстоятельства этому противоречат.

Характерные особенности игры:

1. Играющий выполняет реальную деятельность, осуществление чего требует действий, связанных с решением вполне конкретных, часто нестандартных задач.
2. Ряд моментов этой деятельности носит условный характер, что позволяет отвлечься от реальной ситуации с ее ответственностью и многочисленными привходящими обстоятельствами.
3. Отличительными признаками развертывания игры являются быстро меняющиеся ситуации, в которых оказывается объект после действий с ним, и столь же быстрое приспособление действий к новой ситуации. Психокоррекционный эффект игровых занятий достигается благодаря установлению положительного эмоционального контакта с психологом.

Основная цель игровой терапии — помочь ребенку выразить свои переживания наиболее приемлемым для него образом — через игру, а также проявить творческую активность в разрешении сложных жизненных ситуаций, «отыгрываемых» или моделируемых в игровом процессе. Основные задачи игровой терапии таковы:

- облегчение психологического страдания ребенка;
- укрепление собственного Я ребенка, развитие чувства самооценности;
- развитие способности эмоциональной саморегуляции;
- восстановление доверия к взрослым и сверстникам, оптимизация отношений в системах «ребенок - взрослые», «ребенок - другие дети»;
- коррекция и предупреждение деформаций в формировании Я-концепции;
- коррекция и профилактика поведенческих отклонений.

В работе по данной программе учитывается то, что изобразительный материал и образ является для ребенка средством психологической защиты, к которому он прибегает в трудных для себя обстоятельствах. Это связано с возможностью образа более-менее длительное время "удерживать" переживания, не давая им "выплеснуться" наружу, а так же с их способностью "дистанцировать" переживания за счет механизма проекции. Поэтому образ может выступать для ребенка своеобразным "контейнером" ("накопителем") внутри которого, сложные переживания ребенка, могут сохраняться до тех пор, пока он не сможет осознать или "принять" их. "Защитная" функция игрового пространства, материала и изобразительного образа предлагает также то, что они обеспечивают возможность регресса психики и тем самым необходимую степень "открытости" ребенка для психотерапевтической работы. Регрессия и отражение регрессивного материала (опыта, ролей, ситуаций) в изобразительном процессе ведут к взаимодействию с этим материалом и его постепенной реинтеграции.

Занятия арттерапией с детьми.

ИЗОБРАЗИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ. Занятия по изобразительной деятельности серия «Лето».

Для детей 5-6 лет с нарушениями речи, задержкой психического развития, умственной отсталостью, нарушением слуха

1. Лепка «Грибы для ежа».

Цель: вызывать интерес к рисованию, развивать сюжетно-игровой замысел, учить лепить из целого куска глины разные по форме грибы, обеспечивать коррекцию мелкой моторики руки.

Оборудование, материалы: картинки грибов, глина, дощечки, корзинки.

Предварительная работа. Рассматривание муляжей разных грибов, иллюстраций к сказкам, где изображен еж, несущий на себе грибы. Краткая беседа о том, кто из лесных зверей запасает на зиму грибы.

Проведение занятия. Организационная часть, где педагог называет тему, показывает образец («белый гриб», «подберезовик»), рассматривает и обсуждает с детьми, из каких частей состоят грибы, какая форма у каждой части, чем грибы отличаются один от другого. Затем ставит грибы перед детьми. Во второй части занятия педагог показывает последовательность выполнения работы (деление куска на части), обращает внимание на движения рук при выполнении задания. Затем выполняет с детьми несколько упражнений «Пальчиковой гимнастики» для разогрева рук и предлагает детям лепить, в процессе работы оказывая им помощь. Выполненные работы складываются в корзиночки, стоящие на каждом детском столе. В конце занятия дети с педагогом исполняют песенку про «ежа».

2. Аппликация «Грибы в лесу»

Цель: учить вырезать из бумаги овальные формы, разные по величине (грибы), составлять несложную композицию и дополнять ее деталями, осуществлять коррекцию мелкой моторики.

Оборудование, материал: детские работы по лепке, бумага в четверть или половину альбомного листа, цветная бумага, формы.

Предварительная работа: «печатание на песке», игры с грибами, лепка в свободное от занятий время.

Проведение занятия. Педагог загадывает детям загадку про гриб. После того, как дети отгадали, показывает корзинку с грибами, которые они слепили на предыдущем занятии. Воспитатель говорит, что грибы можно вырезать и из бумаги и сделать лесную полянку, где растет много грибов. Показывает образец, объясняет последовательность работы, предлагает детям вырезать и наклеить грибы (по 2-3) и травку. По ходу работы оказывает детям помощь. Тем, кто быстро выполнил аппликацию, предлагает дополнить ее вырезанным маленьким «жучком». Свои работы дети собирают на общий стол (как будто на полянку). Педагог обсуждает с детьми, какие грибы, сделанные детьми, похожи на настоящие и почему.

Желательно, чтобы занятия вели два специалиста (психолог и педагог; психолог и педагог), что позволяет осуществить более эффективную помощь детям: оказать внимание одновременно нескольким участникам, быстро организовать необходимое пространство для творчества (расставить, убрать нужные материалы), не упустить некоторые важные моменты и особенности поведения детей.

Оптимальное количество участников - 8 — 10 человек. Группы формируются в соответствии с возрастом детей. Помещение для проведения занятий должно иметь рабочую зону (столы) и свободную зону для упражнений.

Групповой арт-терапевтический метод работы с детьми подразумевает работу одновременно в четырех направлениях:

развитие воображения, творческого мышления (все арт-терапевтические упражнения стимулируют воображение ребенка, включают его фантазию, что способствует проявлению у ребенка творческого подхода к разным задачам. У участника появляется новое видение, новое понимание привычных предметов и явлений, что позволяет конструктивнее решать возникающие проблемы и выходить из сложных ситуаций).

Каждое занятие строится по единому принципу:

Заполнение арт-дневника (тема, настроение на начало занятия);

Приветствие (позволяет настроить ребят на работу в группе);

Вводные разминочные упражнения (раскрепощают ребенка, погружают в тематику занятия);

Реализация арт-техники и обсуждение продукта (реализация собственно темы занятия);

Рефлексия занятия (обсуждение мыслей, чувств, которые возникли относительно занятия, подведение итогов);

Заполнение арт-дневника (настроение на конец занятия, впечатления от занятия, личные достижения);

Ритуал прощания.

Все занятия проходят в комфортной, доброжелательной обстановке в сопровождении релаксационной музыкой. Использование музыки помогает детям успокоиться, раскрепоститься и расслабиться, снять психологические зажимы, а так же настроиться на процесс творчества и углубиться в себя.

Во время арт-терапевтических занятий проводится чередование самостоятельной работы ребенка (или группы детей) и активного диалога с обсуждением, обменом ассоциациями и истолкованием получаемого материала. При желании автора могут производиться исправления содержания материала, что случается обычно после получения «обратной связи» и собственных прозрений. Часто процесс занятий сопровождается катарсис - очищение от негативных переживаний: яркие проявления юмора и даже исцеляющие слезы. Сама атмосфера напоминает увлекательное путешествие-игру. При этом человек испытывает себя, знакомится с малоизвестными сторонами собственного внутреннего мира и учится решать проблемы по-другому, более эффективно, чем решал их раньше.

На занятиях ребенок личностно и творчески развивается, испытывает себя, познает свой внутренний мир, причины собственного поведения, учится наиболее эффективным способам разрешения проблем, приобретает навыки эффективного общения с людьми.

Основными ценностями здесь выступают не результат (творческий продукт), а сама личность участника. Каждый ребенок окружается вниманием, верой в него, доброжелательным отношением. Лишь только сам участник может оценить свой результат, со стороны других оценок нет и быть не может.

Занятия способствуют решению следующих проблем: агрессивность, демонстративность, накопление отрицательных эмоций вследствие сложных жизненных ситуаций для ребенка, страхи, повышенная тревожность, заниженная самооценка, пассивность, апатичность, социальная дезадаптация, сложности в общении со сверстниками и/или взрослыми, психосоматические заболевания и пр.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ занятия	Тема	Основная используемая техника арт-терапии	Количество занятий
1.	Волшебные краски	Изотерапия	1
2.	Монотипия	Изотерапия	1
3.	Рисунок в круге «Мандала»	Мандалотерапия, изотерапия	1
4.	Индийские мандалы	Мандалотерапия	1
5.	Парное рисование	Изотерапия	1

6.	Кукла из фольги	Куклотерапия, сказкотерапия	1
7.	Мое дерево	Изотерапия	1
8.	Чудеса из теста	Лепка из теста	1
9.	Сказочные фигуры	Лепка из теста, изотерапия, сказкотерапия	1
10.	Маски	Изотерапия	1
11.	Я в натуральную величину	Изотерапия	1
12.	Тряпичные куклы	Фолк-терапия, куклотерапия	1
13.	Рисуем музыку	Изотерапия, музыкотерапия	1
14.	Коллаж «Какой Я»	Изотерапия, аппликация, коллаж	1
15.	Мой портрет глазами группы	Изотерапия	1
16.	Мой сосуд	Изотерапия	1
17.	Наши ладошки	Изотерапия	1
18.	Рисунок по мокрому листу	Изотерапия	1
19.	Превратности жизни	Оригами	1
20.	Портреты имен	Изотерапия	1
21.	Сказочная страна	Сказкотерапия, драматерапия	1
22.	Карта моего внутреннего мира	Изотерапия	1
23.	Сон куклы	Куклотерапия, сказкотерапия	1
24.	Линии конфликта	Изотерапия, лепка из пластилина	1
25.	Рисование на руках	Изотерапия	1
26.	Герб моей семьи	Изотерапия, аппликация, коллаж	1
27.	Цветной мир	Изотерапия, аппликация, коллаж	1

Примерное планирование занятий

шаг	Содержание	Ход занятия	Подведение итогов
1	Создать в группе эмоционально благоприятный фон; познакомить детей с разными чувствами; умением соотносить цветовую гамму с образом.	Упражнение “импульс”, работа с пиктограммами (радость, огорчение, гнев, удивление, стыд). Упражнения “Гномы”, “Зеркало”.	Происходит по вопросам: - Какие состояния вы испытали на нашем занятии? - Какие маски мы раскрасили в яркие цвета и почему? - Какие маски мы

			раскрасили в темные цвета и почему? • Что сегодня вам на занятии понравилось, а что нет? • Введение прощального ритуала “Подарим друг другу улыбку”.
2	Снять психическое напряжение; учить художественным приемам, изображать и определять эмоцию “радости”	Игра “Четыре стихии”, Игра “Снег” с музыкальным сопровождением. Изображение эмоции радости.	Какое состояние вы испытали на занятии? • Как узнать, что другой человек радостный?
3	Снять психическое напряжение; учить изображать художественными приемами эмоцию “удивления”.	Упражнение “Повтори позу”. Зачитывается отрывок “Фокус” или “Пятерка”. Рисуем пальчиками рук эмоцию “удивления”.	• Какое состояние одинаковое для всех героев и нас мы изображали? • Нарисуйте на листе ватмана “маску удивления”.
4	Снятие эмоционального напряжения. Учить изображать и определять состояние “интерес”	Игра “Путаница”, “Море волнуется”. Этюд “Собачка принохивается”. Этюд “Лисичка прислушивается”. Игра “Гусеничка”	• Какое состояние было у собачки? • Как узнать по лицу, что другому человеку интересно? • Кто из вас испытывал это состояние? • Нарисуй ситуацию, когда тебе было интересно.
5	Создать положительный эмоциональный фон; учить изображать и определять эмоцию “гордость”.	Игра “Бип”, этюд “Писк гуся”, этюд “Царевна лягушка”, аутотренинг-расслабление “На зеленой траве” под музыку.	• Кто из вас испытывал гордость? • Почему вы испытывали

			гордость? • Передай это состояние через цвет, рисунок.
6	Снять психическое напряжение. Учить изображать и определять эмоции “страдание” и “печаль”; отличать “печаль” от “страдания”.	Упражнение “Забавные человечки”, упражнение “Будь внимателен!”, этюд “Ой-ой! Живот болит”, “Маленькая обезьянка”. Игра “Кто быстрее рассмешит Царевну Несмеяну”.	• О каком состоянии мы говорили сегодня? • В каких ситуациях вы испытывали те же самые эмоции? • Попробуйте изобразить эти эмоции цветом.
7	Снять психическое напряжение. Содействовать доброжелательной обстановке в группе, изучить чувство “обида”.	Игра “Льдинка”, “Фотография”. Аутотренинг-расслабление под музыку “Отдых на берегу моря”.	• С каким чувством вы познакомились на занятии? • С каким животным, растением, музыкой можно сравнить обиду?
8	Снять двигательную расторможенность, негативизм. Учить распознавать и изображать эмоцию “отвращения”.	Игра “Разведчики”, упражнение “Соленый чай”, “Грязная бумажка”.	• О каком чувстве мы говорили на занятии? • Как узнать, что человек испытывает отвращение?
9	Учить распознавать и изображать “гнев”. Активизировать ассоциации детей.	Игра “Отгадай, кто мы?”, “Кто пришел?”. Этюд “Гневная гиена”, “Хмурый орел”. Аутотренинг под тихую музыку.	• Рисование на тему “Когда я сержусь”, “Моя злость”.
10	Снятие мышечного напряжения. Учить изображать и распознавать чувство “вины” и “стыда”.	Игра “Узнай по голосу”. Этюд “Провинился”, “Стыдно”. Упражнение “Танец клоуна”.	• Какие чувства вы узнали на занятии? • С какими животными, растениями, цветами можно сравнить состояние вины и стыда? • Модно ли долго

			жить с этими чувствами?
11	Способствовать сплочению группы. Учить преодолевать давление из вне и не бояться трудностей; Учить изображать эмоцию “страха”.	Игра “Путаница”. Этюд “Лисенок”, “Один дома”. Игра “Ручеек”.	• Изображаем страх красками.
12	Учить распознавать чувства и эмоции; стимулировать их появление; развивать наблюдательность и активность.	Упражнение “опаздывающее зеркало”. Игра “Поза и норма”. Упражнения “Тень”, “Мусорное ведро”.	• Дети рисуют свое настроение в цвете в данный момент. • Обсуждение рисунков. • Что понравилось, не понравилось на занятии? • Какие чувства были сильнее и поэтому запомнились? • Расставание.

Психогимнастические упражнения. (Этюды)

Содержание этюдов не читается детям, ситуация эмоционально пересказывается. Это лишь основа для создания множества вариантов на заданную тему. Можно, например, проиграть ситуацию, которая произошла в группе, или почерпнуть сюжет из прочитанной сказки.

- ***Цветок (этюд на выражение радости).***

Теплый луч солнца упал на землю и согрел в земле семечко. Из семечки проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету головку вслед за солнцем.

- ***После дождя (этюд на выражение радости).***

Дети осторожно ступают, ходят вокруг воображаемых луж, стараясь не замочить ног. Потом, расшалившись, прыгают по лужам так сильно, что брызги летят во все стороны. Им очень весело.

- ***Собачка принюхивается (этюд на выражение интереса).***

Охотничья собака, увидев дичь, моментально застыла в напряженной позе. Она внимательно всматривалась в добычу, готовясь, бросится вперед.

- ***Царевна-Лягушка (Этюд на выражение гордости).***

Ведущий читает отрывок, где Елена Прекрасная величаво и гордо, словно пава танцует. Дети под музыку стараются показать танец царевны.

- ***Ой, ой, живот болит! (этюд на выражение страдания).***

У мальчика внезапно заболел живот, он страдает (поникшая голова, сведены брови, опущены уголки рта, руки на животе).

- **Гневная гиена (этюд на выражение гнева).**

Гиена стоит у одинокой пальмы. В листьях пальмы прячется обезьяна. Гиена ждет, когда обезьяна, обессилив от голода и жажды, прыгнет на землю. Тогда она ее съест. Гиена приходит в ярость, если кто-нибудь приближается к пальме, желая помочь обезьянке.

- **Провинился.**

Мальчик разбил вазу. Мама его ругает. Он понимает, что провинился, поэтому стоит, опустив голову.

- **Стыдно.**

Коля сломал переключатель у телевизора. Он боится, что мама его накажет, поэтому сваливает вину на младшего брата. Брата наказали. Старшему брату стыдно.

- **Лисенок (этюд на выражение страха).**

Лисенок увидел на берегу реки свою маму, но не решается войти в воду. Вода такая холодная, да и глубоко тут.

- **Один дома.**

Мальчик остался один. Он непрерывно сидит на стуле и со страхом смотрит на дверь. Вдруг в комнате кто-то притаился? Что тогда?

Игры.

Четыре стихии: Играющие сидят в кругу. Ведущий объясняет условия: на слово *земля*, все должны опустить руки вниз, на слово *вода* – вытянуть руки вперед, *воздух* – поднять руки вверх, *огонь* – произвести вращение руками в локтевых суставах. Кто ошибается, считается проигравшим.

Снег: Дети получают по листу бумаги, из которой они в течение трех минут делают снег. Затем играющие по очереди подбрасывают вверх свои снежинки, стараясь засыпать ими как можно больше окружающих. По окончании ведущий подводит итог: дети испытали радость, и подтверждение тому их улыбки и веселые лица.

Ошибка: Каждый раз, когда ведущий ошибается при назывании игрока, остальные удивляются.

Путаница: Дети, взявшись за руки, образуют круг. Затем, не расцепляя рук, собираются в клубок. Ведущий должен его распутать. Каждый из участников должен побывать в роли ведущего.

Гусеница: Дети становятся в цепочку друг за другом, а между ними надувные шары. Самый первый ведет остальных змейкой. Условие игры: не уронить шарик и не выйти из цепочки.

Бип: Дети сидят на стульчиках в кругу. Водящий с закрытыми глазами ходит по кругу, садится по очереди на колени к детям и угадывает, на ком сидит. Если он угадал правильно, то тот, кого назвал, говорит: бип;.

Повтори позу: Ведущий по очереди изображает эмоции, которые были темами уроков.

Рисуем настроение.

Детям могут предлагаться следующие варианты занятий:

1. Выполнить рисунок на тему «Мое настроение сейчас» (с этого задания можно начинать каждое занятие).
2. Ребенок рисует эмоцию, какую захочет. После выполнения задания дети обсуждают, какое настроение пытался передать автор.

3. Каждый ребенок вытягивает карточку с той или иной эмоцией, которую он должен изобразить.
4. Дети рисуют ту эмоцию, с которой познакомились на данном занятии (например, страх, удивление и пр.). Во время обсуждения выбирают рисунки, наиболее ярко отражающие данную эмоцию.

Рисунки могут быть как сюжетные (нарисуй Бармалея, от которого сбежали все игрушки; нарисуй случай из твоей жизни, когда ты очень удивился), так и абстрактные, когда настроение передается через цвет, характер линий (плавные или угловатые, размашистые или мелкие, широкие или тонкие), композицию различных элементов.

Абстрактные рисунки в большей степени способствуют реагированию отрицательных эмоций (страха, напряжения), развитию воображения, самовыражения личности. Здесь снимаются ограничения, накладываемые уровнем сформированности художественных навыков ребенка, приобретенными стереотипами рисования (девочки рисуют однотипных принцесс, а мальчики – одинаковые машины).

При обсуждении рисунков следует избегать оценок технического мастерства автора (в том числе красиво - некрасиво), а следует обращать внимание на приемы (цвет, характер линий и т. д.), позволяющие передать настроение, переживания. При правильной организации обсуждения детских рисунков ребята обычно сами приходят к пониманию преимущества свободного (абстрактного) рисования.

Приложение №1.

Шкала эмоций К. Изарда. (модификация С.И.Калинина).

Основная эмоция	Градация основной эмоции	Синонимы
Радость	Удовольствие – радость – ликование	Отрада, удовольствие, наслаждение, блаженство, счастье, восторг, упоение
Удивление	Удивление – изумление – поражение	Не верить своим глазам, диву дивиться.
Интерес	Внимание – интерес – увлечение.	Заинтересованный, занимательный, любопытный, фиксировать, вникать, сосредоточиться
Горе	Печаль – уныние – горе	Подавленность, страдание, скорбь, горесть, тоска, грусть
Гнев	Раздражение – гнев – ярость	Злость, недовольство, возвышение, бешенство
Страх	Испуг- страх – ужас	Боязнь, трепет, жуть, беспокойство, тревога
Стыд	Застенчивость – робость – стыд	Сожаление, раскаяние, смущение, конфузия
Отвращение	Неприязнь – отвращение – омерзение	Чувство брезгливости, гадливости
Презрение	Презрение - пренебрежение – надменность	Напыщенность, спесь
Спокойствие	(это эмоциональное состояние в шкале Изарда отсутствует)	Тихий, безмятежный, невозмутимый, хладнокровный, умиротворенный

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ

Занятие 1.

Волшебные краски

Цель: знакомство участников, сплочение группы, настрой на совместную работу, развитие креативности и воображения.

Задачи: сенсорно-перцептивное развитие, снятие эмоционального напряжения, развитие гибкости, оригинальности мышления.

Необходимые материалы: гуашь жидкая, пластмассовые стаканчики, растительное масло, мука, клей ПВА, крупная соль, листы бумаги (плотные),

клеенка, газеты, салфетки для вытирания рук, ватман, релаксационная музыка.

Ход занятия:

Упражнение «Имя-движение»: Первый участник называет свое имя и производит любое движение. Второй участник повторяет имя и движение предыдущего и называет свое имя, производя новое движение и т.д. по принципу «Снежный ком».

Ритуал приветствия: Участники предлагают ритуал приветствия, который будет использоваться на каждом занятии. Выбирается понравившийся всем ритуал.

Беседа с психологом

1. Рассказ психолога о студии.

2. Рассказ участников о себе: Что я люблю делать в свободное время? Зачем я пришел в студию?

Арт-терапевтическое упражнение «Волшебные краски»:

«Волшебная краска» изготавливается самими детьми.

Рецепт краски (в расчете на одного ребенка): 150 г муки, щепотка соли, столовая ложка растительного масла, столовая ложка клея ПВА, воды добавляется столько, чтобы краска по консистенции была, как густая сметана. Дети рассаживаются вокруг этих материалов.

Первый этап: ребята в стаканчики насыпают необходимое количество муки, куда постепенно добавляют соль, масло, воду, клей. Очень важно, чтобы все компоненты смешивались руками.

При добавлении нового компонента в основу краски меняются сенсорные ощущения детей. В процессе смешивания компонентов нужно попросить ребят прокомментировать свои ощущения, чувства. Когда основа под краску готова, детям предлагается выбрать любимый цвет краски и добавить ее в основу. Если нужен яркий тон краски, то гуаши добавляется много, если бледный — немного. Таким же образом можно будет отрегулировать желание нескольких детей создавать один цвет. Он будет разной интенсивности. Конечно хорошо, если цвета не будут повторяться.

Готовая краска выставляется в центр. Детям раздаются листы бумаги и под приятную музыку предлагается пальчиками, используя свою полученную краску, нарисовать что-нибудь. Это может быть и заданная тема.

После обсуждения полученных работ и ощущений от рисования, детям предлагается нарисовать совместный рисунок на ватмане.

Психолог в это время, отслеживает способы взаимодействия детей, их состояния и поведенческие реакции при изготовлении краски и рисовании.

Когда работы будут готовы, следует сделать выставку с последующими комментариями.

Обсуждение: Какие ощущения у вас были, когда вы рисовали волшебными красками? Понравилось или не понравилось рисовать? Что вы хотели изобразить? Что получилось? Что хотелось бы изменить? Дайте название своей работе.

Рефлексия. Обсуждение занятия. Заполнение дневничков.

Ритуал прощания. Участники предлагают ритуал прощания, который будет использоваться на каждом занятии. Выбирается понравившийся всем ритуал. (Например, становимся в круг, беремся за руки и дружно говорим «До свидания»).

Занятие 2.

Монотипия

Цель: спонтанное самовыражение, снижение уровня тревожности, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности.

Задачи: актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие беглости, гибкости, оригинальности мышления, воображения.

Необходимые материалы: гуашь жидкая, пластмассовые стаканы, кисточка, клеенка, бумага, салфетки для вытирания рук, релаксационная музыка.

Ход занятия:

Заполнение арт-дневничков.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Если бы я был»: Участникам предлагается проассоциировать себя с каким-либо предметом, явлением и т.д.

Арт-терапевтическое упражнение «Монотипия»: Детям предлагается нарисовать что-либо на бумаге гуашью, затем отпечатать рисунок на другую бумагу. Следует обратить внимание детей на то, как смешиваются цвета, какие новые цвета получаются, как меняется рисунок. Далее психолог предлагает детям дорисовать монотипию красками, фломастерами или карандашами до какого-либо образа, сделать рамку для получившейся картины, придумать название картины и небольшую историю о ней.

Второй вариант техники: детям предлагается взять нитку, обмакнуть ее в гуашь (одного или нескольких цветов) и разложить на одной части листа бумаги, прикрыть другой частью листа, прижать и выдернуть нитку.

По результатам проводится обсуждение: Какие чувства вы испытывали в процессе работы? Что вы хотели, чтобы у вас получилось? Что получилось в итоге? На что похоже изображение? Нравится ли вам результат? Что хотите исправить? Дайте название работе.

Далее психолог предлагает создать на ватмане групповую монотипию и затем совместно дорисовать ее до какого-либо образа.

Обсуждение: Получилось ли создать единую картину? Почему? Придумайте название изображению. Каково ваше участие в создании картины? Какие чувства вызывает картина?

Рефлексия. Обсуждение занятия. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 3.

Рисунок в круге «Мандала».

Цель: спонтанное самовыражение, расслабление, развитие вариативности мышления, креативности.

Задачи: актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие оригинальности, гибкости, ассоциативности мышления, воображения.

Необходимые материалы: гуашь, акварель, пастель, цветные карандаши, пластмассовые стаканчики, кисточки, клеенка, бумага А3, салфетки для вытирания рук, релаксационная музыка.

Ход занятия:

Заполнение арт-дневничков. Ритуал приветствия.

Упражнение «Путаница»: Участники, стоя в круге, запутываются, держась за руки друг с другом. Водящий должен их распутать так, чтобы получился круг.

Упражнение «Пальцы»: На счет «3» по сигналу ведущего участники должны выбросить одинаковое количество пальцев. Каждый раз психолог побуждает ребят подстроиться друг под друга, быть внимательнее к остальным.

Арт-терапевтическое упражнение «Мандала». Беседа о круге. Круг – символическая фигура, гармоничная, целостная.

-Что в жизни, в природе вам встречалось круглое? — Какие ассоциации у вас вызывает «круг»?

Детям предлагается нарисовать что-либо в круге (какой-то узор либо конкретный образ), начиная с центра. Дать название своей работе, рассказать о ней.

По результатам проводится обсуждение: Какие чувства вы испытывали в процессе работы? Что вы хотели, чтобы у вас получилось? Что получилось в итоге? На что похоже изображение? Дайте ему название. Что вы вкладываете в тот или иной цвет? Нравится ли вам результат? Что хотите исправить?

Коллективная работа. Большой круг, размером с ватман, делится на секторы. Каждый ребенок рисует в своем секторе на тему «Радость».

Обсуждение: Придумайте название изображению. Расскажите о своем секторе. Каково ваше участие в создании картины? Какие чувства вызывает общая картина?

Рефлексия. Обсуждение занятия. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 4

Индийские мандалы

Цель: самовыражение, расслабление, создание установки на достижения и позитивные изменения, развитие креативности и ассоциативного мышления.

Задачи: развитие саморегуляции, актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие оригинальности, гибкости мышления, актуализация возможностей для самоизменения, активизация внутренних ресурсов.

Необходимые материалы: нитки для вязания разноцветные, палочки для шашлычков (по 4 штуки на человека), ножницы, релаксационная музыка.

Ход занятия:

Заполнение дневничков.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Клубочек»: Участники разматывают клубочек, передавая его любому участнику и говоря адресату комплимент. При этом нить клубка они цепляют за собственный палец. Таким образом, образуется паутинка. Психологу необходимо проследить, чтобы комплимент получил каждый участник. Разматывается паутинка, говоря пожелания друг другу.

Арт-терапевтическое **упражнение «Плетение индейской мандалы»**.

Предварительно проводится беседа о плетении мандалы.

«Сегодня каждый сплетет оберег для себя (амулет), который имеет общее название «Индейская мандала». Мандалы — это своеобразные картины мира, выражающие внутренний мир человека. В древности индейцы закладывали в эти плетеные узоры целые рассказы и образы, и один индеец, взяв в руки работу другого своего соплеменника, мог буквально «прочитать» мандалу по цветам и орнаменту, воспроизвести заложенный в нее образ почти слово в слово.

Считается, что плетеные индейские мандалы родом из Центральной и Южной Америки. Такие мандалы плели индейцы племени Уичоль, проживающие на части территории современной Мексики. Индейцам Уичоль пришлось трудно, когда испанцы начали теснить их с родных земель, когда европейцы стали осваивать Америку. Наступили нелегкие времена гонений и переселений индейских племен, в течении которых многие из ценнейших навыков в искусстве были подзабыты или утеряны, и сейчас о плетении мандал, а главное, о сокровенной его части, почти не помнят. Поэтому в свой амулет сегодня каждый вложит то, что пожелает.

Мандала — это санскритское слово. Сами индейцы называли свои изделия OjodeDio — «Божий Глаз», а на языке уичоль использовалось слово Sikuli — «Власть видеть сокрытое» или, другим словом- ясновидение. Самые простые мандалы умели плести и дети: их изделия часто вешали в видном месте, считая, что сделанная детскими руками мандала несет в дом благословение и что Бог следит за миром и оберегает семью через эти работы. Плетение же больших сложных мандал было настоящим искусством.

Если научиться делать качественные Ojos руками можно было достаточно быстро, то вот наука работы мыслями в этом процессе постигалась годами. В некоторые мандалы индейцы могли заложить целое повествование, выражая слова и предложения цветами и узорами, их сочетаниями и переплетениями. Говорят даже, что один индеец, взяв в руки мандалу своего собрата, мог, читая мандалу от центра, практически дословно воспроизвести заложенный в

нее образ. То есть считать с узоров то, о чем думал мастер в момент плетения. К таким умениям — верно закладывать и верно считать — шли годами».

Детям предлагается написать, какие изменения они хотели бы совершить в себе, что они хотят заложить в свою мандалу – оберег. Далее ребята выбирают необходимые цвета и записывают, какое понимание они вносят в тот или иной цвет.

Вместе с психологом, под его руководством, дети создают свой волшебный оберег.

По завершению плетения необходимо дать название своей работе. По желанию можно рассказать о смысле своей мандалы.

По результатам проводится обсуждение: Какие чувства вы испытывали в процессе работы? Что вы вкладывали в тот или иной цвет? Нравится ли вам результат? Что вы сделаете со своим оберегом дальше?

Рефлексия. Ребята делятся впечатлениями о занятии.

Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 5

Парное рисование

Цель: развитие навыков общения, воображения.

Задачи: развитие саморегуляции, умения работать по правилам, навыков конструктивного взаимодействия, умения понимать собеседника, совместно работать и договариваться для достижения единого результата, снятие психоэмоционального напряжения, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности.

Необходимые материалы: бумага, фломастеры, цветные карандаши, релаксационная музыка.

Ход занятия:

Заполнение арт-дневничков. Ритуал приветствия.

Упражнение «У нас с тобой общее...»: участникам предлагается кинуть мяч любому человеку из круга и назвать то, что их объединяет.

Упражнение «Я хотел бы с тобой вместе...»: каждому участнику предлагается кинуть мяч любому человеку из круга и назвать то, что он с ним вместе хотел бы сделать.

Арт-терапевтическое упражнение «Парное рисование». Группа делится по парам. Каждой паре раздается про листу бумаги, коробке красок или карандашей, фломастеров. Дается инструкция:

1 этап. Двое рисуют на листе на заданную тему (например, «Каникулы»). Разрешается разговаривать, обсуждать совместный рисунок. После завершения работ проводится обсуждение: Что помогало вам в работе? Что мешало? Как происходил процесс рисования? Как вы договаривались? Кто был ведущим, кто ведомым?

2 этап. Двое рисуют на листе на заданную тему (например, «Творчество»). Разговаривать в процессе рисования нельзя. После завершения работ проводится обсуждение: Как происходил процесс рисования на этот раз? Как вы договаривались? Кто был ведущим, кто ведомым? Как назовет картину каждый из ее создателей?

3 этап. Двое рисуют на листе на свободную тему. Разговаривать в процессе рисования нельзя. После завершения работ проводится обсуждение: Какова была тактика рисования? Как вы понимали друг друга? Кто ведущий, кто ведомый? Дайте название картине. Довольны ли вы результатом?

Рефлексия. Обсуждение по итогам рисования: какой вид рисования был наиболее интересным? Что было важно в работе? Где может пригодиться умение чувствовать и понимать другого человека?

Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 6

Кукла из фольги

Цель: развитие самосознания, самовыражение, развитие творческого мышления, воображения.

Задачи: актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие оригинальности мышления..

Необходимые материалы: фольга пищевая, салфетки, листы бумаги, ручки, релаксационная музыка.

Ход занятия:

Заполнение арт-дневничков.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Море волнуется раз...»: участникам предлагается на счет «три» замереть в образе какого-либо сказочного героя. Ведущий должен попытаться отгадать, какого героя изобразили ребята.

Арт-терапевтическое упражнение **«Кукла из фольги»**. Каждому участнику предлагается сделать из фольги и салфеток куколку – себя. Фольга – очень гибкий и податливый материал. В качестве одежды можно использовать салфетки. После этого проводится обсуждение: Нравится ли вам получившаяся кукла? Какие ассоциации она у вас вызывает? Чем она похожа на вас?

Далее участникам предлагается сочинить сказку про куклу. После этого сказки зачитываются.

Рефлексия. Обсуждение занятия. Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Мое дерево

Цель: развитие самосознания, самовыражение, повышение самооценки, формирование способности к эмпатии.

Задачи: актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, повышение уверенности в себе, развитие воображения, креативности, сплочение группы, создание доброжелательной атмосферы в группе.

Необходимые материалы: краски, бумага, ватман, клей-карандаш, релаксационная музыка.

Ход занятия:

Заполнение арт-дневников. Ритуал приветствия.

Упражнение «Подарок по кругу»: участники по кругу дарят друг другу один и тот же подарок (невербально). В итоге сравниваются тот подарок, который дарил первый участник с тем подарком, который получил последний участник (по принципу «Сломанный телефон»).

Упражнение «Подарок по кругу 2». Участники по кругу дарят соседям подарок, пытаюсь передать его смысл без слов. Адресат старается угадать, что это за подарок.

Ведущий просит детей закрыть глаза и постараться увидеть лес, в котором каждый выступает в образе дерева. Можно показать движениями, как это дерево себя чувствует.

Дереву радостно, когда оно не одиноко. Ребятам предлагается подойти друг к другу как можно ближе, как они сами этого захотят.

Далее ребятам предлагается всем вместе создать образ сильного и могучего дерева, взявшись за руки, образовав огромный надежный ствол. Ветви тянутся вверх, переплетаясь между собой. Дерево ничего не боится.

Каждому участнику предлагается на листе бумаги нарисовать образ своего дерева, а потом придумать рисунку название и историю, которую дерево хотело бы рассказать от первого лица.

Обсуждение: Где бы твоему дереву хотелось бы расти? Есть ли у дерева друзья, враги? Боится ли оно чего-нибудь? Какое у него настроение? Что нужно этому дереву для радости?

После этого участникам предлагается отделить образ от фона (оторвать без использования ножниц) и создать лес из изображенных деревьев, расположив рисунки на большом листе бумаги (ватмане).

Каждый вправе сам решить, где ему поместить свой рисунок: в лесу, в рощице, в одиночестве. Далее каждому участнику предлагается дорисовать подарки рядом с деревьями других участников, чтобы им жилось лучше, украсить рисунок птицами, животными, другими деталями.

Рефлексия. Обсуждение занятия.

Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 8.

Чудеса из теста

Цель: развитие самосознания, самовыражение, проработка страхов, развитие креативности.

Задачи: развитие сенсорно-перцептивной сферы, актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие воображения, беглости, гибкости, ассоциативности мышления, творческое самовыражение.

Необходимые материалы: мука, вода, соль пищевая, чашка для замешивания теста, клеенка, зубочистки, стеки.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Изделия из теста»: ребята по кругу называют изделия, которые изготовлены из теста, не повторяясь.

Упражнение «Пластилин и скульптор». Участники делятся на пары: скульптор + пластилин. Скульпторам предлагается слепить из пластилина какое-либо чувство: радость, грусть, злость, обида, любовь, восхищение и т.д. Остальные угадывают, что за чувство представлено.

Арт-терапевтическое упражнение «Страх из соленого теста».

Ребятам предлагается приготовить тесто по следующему рецепту: смешать стакан муки, стакан соли и воду (количество по необходимости).

Следующим этапом выступает «знакомство» с тестом, изучение его свойств, игра с ним.

Затем детям предлагается слепить предмет, сказочного героя или животное, с которым они себя ассоциируют.

Обсуждение: Что или кого ты слепил? Нравится ли тебе твоя работа? Дай характеристики своему герою.

Далее детей просят слепить свой страх таким, каким они себе его представляют.

Обсуждение: Что ты слепил? Задай вопросы страху письменно и ответь на них от имени страха. Что хочется сделать со своим страхом?

Психолог просит трансформировать вылепленный страх таким образом, чтобы он стал не страшным, а смешным или добрым.

Обсуждение: Что получилось в результате работы? Удалось ли выполнить поставленную задачу?

Рефлексия. Обсуждение занятия. Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 9

Сказочные фигуры

Цель: развитие самосознания, самовыражение, проработка страхов.

Задачи: развитие сенсорно-перцептивной сферы, актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие воображения, креативности, творческое самовыражение.

Необходимые материалы: фигуры из теста, вылепленные на прошлом занятии, гуашь, кисти, баночка с водой.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Покажи цвет»: ребята должны изобразить цвет, который называет ведущий, мимикой и жестами.

Упражнение «Какого цвета настроение»: ребята по кругу называют цвет своего настроения.

Арт-терапевтическое упражнение «Сказочные фигуры»

Ребятам предлагается раскрасить фигурки (2), которые они слепили на прошлом занятии.

Проводится обсуждение: изменилось ли твоё отношение к фигурам с прошлого занятия? Как именно?

Далее детям необходимо сочинить сказку, в которой присутствовали бы эти две фигуры (страх и фигура, отражающая ассоциацию с собой).

Сказки зачитываются. Рефлексия. Обсуждение занятия. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 10

Маски

Цель: развитие самосознания, самовыражение, развитие творческого мышления, креативности.

Задачи: развитие эмоциональной грамотности, развитие представления о социальных ролях, осознание многогранности своего Я и принятие различных его сторон, повышение самооценки, формирование личностной зрелости, развитие воображения, оригинальности, ассоциативности мышления, творческое самовыражение.

Необходимые материалы: листы белой бумаги А4, краски, кисти.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Ассоциации»: участникам предлагается подобрать ассоциации друг другу: цвет, погода, дерево, сказочный герой, время суток.

Арт-терапевтическое упражнение «Маски».

Ребятам предлагается сделать маску. Темы работы над масками могут быть разными: «Каким я хочу, чтобы меня видели», «Каким меня видят». Главное, чтобы маска отражала его внутренний мир, характеризовала его. Перед началом работы следует рассказать о том, что есть маска для человека, для чего в разных культурах применяются маски. На листе бумаги рисуется овал по размеру лица подростка, определяется место для глаз и рта. Затем,

используя краски, маска наполняется содержанием. В своей творческой работе дети остаются свободными от каких-либо правил. Подросток сам должен придумать ее и воплотить на бумаге. Следующий этап — маску необходимо вырезать, одеть себе на лицо. Затем маска «оживает» и ей предоставляется время для выступления. Далее группа делится на пары и внутри каждой пары происходит обмен масками. Надев на себя маску партнера, подросток повторяет те слова, которые сказала маска, будучи одетой на партнере. «Хозяин» маски должен рассказать о том, что он чувствует, когда видит свою маску на другом человеке и слышит свои слова. Затем те же действия совершает второй партнер.

Обсуждение: Какая маска понравилась? Почему?

Рефлексия. Обсуждение занятия. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 11

Я в натуральную величину

Цель: развитие самосознания, самовыражение, развитие креативности, снижение уровня тревожности.

Задачи: осознание границ своего тела, развитие самоинтереса, повышение самооценки, снижение эмоционального напряжения, формирование доверия к группе, развитие воображения, фантазии.

Необходимые материалы: простой карандаш, стирка, краски, кисти, ватман или обои.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Собираем чемодан»: участники друг для друга собирают чемодан качеств и характеристик, которые, по их мнению,годились бы ему в жизни.

Арт-терапевтическое упражнение «**Я в натуральную величину**»

Ребятам предлагается постелить куски обоев на пол и затем лечь на них так, чтобы другой ребенок мог обвести силуэт карандашом. Далее участникам предлагается изобразить себя таким, каким бы каждый хотел быть (свое идеальное Я).

После завершения работы проводится знакомство участников с каждой фигурой. Автор рассказывает о своем изображении: нравится ли получившаяся работа, какой он по характеру, его образ жизни. Можно придумать и рассказать о нем какую-либо историю. Дети могут задавать автору уточняющие вопросы.

После этого ребятам предлагается нарисовать каждой фигуре подарок или написать письмо с пожеланием.

Рефлексия. Обсуждение занятия. Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Игрушки из лыка

Цель: развитие самосознания, снижение уровня тревожности, творческое самовыражение, развитие креативности.

Задачи: повышение самооценки, снятие эмоционального напряжения, развитие воображения, оригинальности мышления, фантазии.

Необходимые материалы: пучок лыка, тесьма, ленты разноцветные, цветные нитки, ножницы, лоскутки ткани.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Пожелание по кругу»: Участникам предлагается пожелать что-то хорошее группе.

Арт-терапевтическое упражнение «Игрушки из лыка»

Психолог проводит с детьми беседу об игрушках, которые делали наши предки из лыка или соломы, и демонстрирует два варианта: Кукла-Коза и Лошадка. В древности считалось, что кукла-Коза веселит и поднимает настроение, а Коняшка – символ силы, солнца. Детям, под руководством психолога, предлагается изготовить из лыка куклу или коняшку (на выбор), украсив изделие тесьмой, цветными лентами.

После завершения работы проводится обсуждение: Нравится ли тебе твоя работа? Расскажи о своем герое (Какой он? Где живет? Что любит?).

Можно сочинить небольшую историю, которую кукла или коняшка может о себе рассказать.

Рефлексия. Обсуждение занятия. Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Тряпичные куклы

Цель: развитие самосознания, творческое самовыражение, развитие креативности, снижение уровня тревожности.

Задачи: повышение самооценки, снятие эмоционального напряжения, развитие воображения, фантазии, формирование установки на саморазвитие.

Необходимые материалы: лоскутки ткани (светлый и темный), тесьма, ленты разноцветные, цветные нитки, ножницы.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Поменяйтесь местами»: ведущий называет какой-либо признак, участники, кто обладает данным признаком меняются местами. Задача ведущего - успеть занять чье-то место.

Упражнение «Положительные и отрицательные качества человека»: участники по кругу называют не повторяясь положительные качества человека, а затем отрицательные.

Арт-терапевтическое упражнение «Тряпичные куклы».

Психолог беседует с участниками о тряпичных куклах, которых в древности изготавливали наши предки по разным случаям, о традициях изготовления кукол (использование красных ниток, нечетное количество оборотов и узелков).

Детям, под руководством психолога, предлагается изготовить куклы «День-ночь». Рассказывается история этих кукол: они были предназначены для защиты дома от злых духов. Днем защищала светлая куколка, а ночью темная. Обе куклы связываются одной ниточкой.

По завершению работы психолог предлагает взглянуть на кукол с другой стороны: как на разные стороны личности (те, что нравятся и устраивают, и те, что не очень). Детям предлагается записать на листе бумаги собственные положительные качества (светлая сторона), и отрицательные качества (темная сторона).

После завершения работы проводится обсуждение: Нравится ли вам работа? Какие качества вы написали? С какими качествами вы можете справиться самостоятельно? Как негативное качество перевести в позитивное? Как вам кажется, почему куклы связаны одной ниточкой?

В качестве советчика, который подскажет как исправить негативные качества, может выступить игрушка «Зайчик на пальчик», которую ребята изготавливают под руководством психолога. В старину зайчика на пальчик родители делали детям, чтобы им не скучно было оставаться дома одним, чтобы рядом всегда находился советчик.

После завершения работы проводится обсуждение: Нравится ли вам работа? Как его зовут? Какими качествами он обладает? Какой совет он может дать?

Рефлексия. Обсуждение занятия. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 14

Рисуем музыку

Цель: творческое самовыражение, развитие творческого мышления, креативности.

Задачи: снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие воображения, фантазии, гибкости, оригинальности, ассоциативности мышления, формирование умения осознавать собственное состояние, чувства, эмоции.

Необходимые материалы: краски, кисти, альбом для рисования, музыка, передающая разные настроения.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Подарок по кругу»: дети по кругу невербально дарят подарок друг другу. Адресат должен угадать, что ему подарил сосед.

Упражнение «Звуки»: Какие звуки вызывают у вас приятные ощущения?

Какие вызывают страх? Какие неприятны? Какие звуки вызывают любопытство? Можно назвать или изобразить.

Арт-терапевтическое упражнение «Рисуем музыку».

Проводится беседа о музыке: Какая музыка нравится вам? Какую музыку слушаете, когда вам грустно? Когда радостно? Почему?

Детям включается музыка, передающая разные настроения. После прослушивания, или во время, каждый должен нарисовать то, что ему навеяла эта музыка (настроение, впечатления, что-то конкретное или абстрактное).

Обсуждение после каждой мелодии: Что ты изобразил? Почему именно это?

Какие чувства у тебя вызвала мелодия? Чья еще картина похожа на твое настроение после мелодии? Рефлексия. Обсуждение занятия. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 15

Коллаж «Какой Я»

Цель: развитие самосознания, творческое самовыражение, развитие креативности.

Задачи: снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие ассоциативности, гибкости, оригинальности мышления, повышение самооценки, развитие самоинтереса.

Необходимые материалы: листы бумаги А3, старые журналы, ножницы, клей-карандаш, фломастеры, цветные карандаши, релаксационная музыка.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Я – глазами других»: ребята делятся на пары. Задача одного из пары отвечать на вопросы психолога за своего партнера (на время стать партнером). Тот, кого замещают, внимательно следит за ответами и определяет, что угадал партнер, а что нет. Затем дети меняются ролями.

Упражнение подводит участников к необходимости побольше узнать друг о друге и о себе.

Возможный перечень вопросов:

Твой любимый цвет?

Твое любимое мужское имя?

Твое любимое женское имя?

С симпатией ли ты относишься к домашней живности? Если да, то кого предпочитаешь: собак, кошек, птиц, аквариумных рыбок или кого-то другого?

Самая неприятная для тебя человеческая черта?
Самое ценное для тебя человеческое качество?
Твое любимое времяпрепровождение?
Книги какого жанра ты предпочитаешь?
Твое любимое время года (суток, недели)?
Что ты любишь кушать?
Проводится обсуждение: Кем было интереснее быть? Почему? Что угадали про тебя? Что нет? Почему?
А как ты отвечал на вопросы за другого, чем руководствовался?
Арт-терапевтическое упражнение «Коллаж «Какой Я».
Ребятам дается инструкция: Вам необходимо вырезать из газет и журналов картинки, лозунги, слова, части текста и из них составить композицию на заданную тему. Если для завершения композиции не хватает материала (его не нашлось в предлагаемых журналах), тогда разрешается дорисовать ее фломастерами и карандашами. Темы могут быть различными: «Грани моего Я» (младшая группа), «Реальное Я — Идеальное Я» (старшая группа) и т.д.
Обсуждение: По окончании работы каждый коллаж должен быть назван и представлен. Что нового и интересного вы узнали о себе, друг о друге? Что было неожиданным? Рефлексия. Обсуждение занятия. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 16

Мой портрет глазами группы

Цель: развитие самосознания, самоинтереса, эмпатии, творческого мышления, креативности.

Задачи: снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие оригинальности, ассоциативности мышления, повышение самооценки, развитие навыка рефлексии.

Необходимые материалы: листы бумаги, фломастеры, краски, цветные карандаши, релаксационная музыка.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Пожелание по кругу»: ребята желают что-то своему соседу справа то, что они хотели бы пожелать себе.

Упражнение «Ассоциации»: ребята по кругу называют ассоциации определенных понятий, не повторяясь. Например, ассоциации со словом «Праздник», «Каникулы», «Школа», «Арт-студия».

Арт-терапевтическое упражнение «Мой портрет глазами группы».

Ведущий обращается к участникам группы с предложением каждому получить свой психологический портрет? И не просто словесный портрет с перечислением достоинств и недостатков, а совершенно реальное

изображение на бумаге их облика. Определившись с натурщиком, которому предлагается занять «горячий стул», ведущий продолжает:

Все остальные участники группы становятся художниками. У каждого лист бумаги и принадлежности для рисования.

Не стоит пытаться создать портрет нашего натурщика в духе реалистической традиции. Не стоит стремиться к внешнему сходству. Необходимо отказаться от попыток правильно нарисовать глаза, нос, рот, верно передать цвет одежды и нюансы прически. Мы же поставим перед собой более сложную и интересную задачу: каждый из нас должен создать именно психологический портрет человека, сидящего перед нами. Для этого можно применять изобразительные средства, предоставленные в наше распоряжение художниками-модернистами, и исходить из единственного принципа: «Я вижу так!». Пусть ваши рисунки будут иметь метафорический смысл и тонкий подтекст. Может быть, понимаемый вами внутренний мир человека, чей портрет вы изображаете, породит в вашей душе цепочку ассоциаций или создаст конкретный образ, отражающий нечто важное в нем. Может быть, вы воспринимаете его психологический облик в виде какого-то реального предмета, а может, это какой-то узор, абстрактный орнамент или набор цветовых пятен. Ограничений для вас нет никаких, будьте свободны в выборе способов изображения его внутреннего облика. Помните лишь, что до конца упражнения разговаривать воспрещается.»

Сделав небольшую паузу, ведущий продолжает свой монолог спокойным, чуть замедленным голосом, создавая необходимый настрой, медитативное творческое состояние участников. Можно в этот момент включить и медитативную музыку, но есть опасность, что она не будет вполне соответствовать внутреннему состоянию кого-либо из «художников» и восприятию им натурщика и собьет с верного звучания его «внутренний резонатор».

«А теперь посмотрите внимательно на человека, сидящего перед вами, проникните сквозь внешнюю оболочку, за которой скрывается чуткая и нежная субстанция – человеческая душа. Какова она у этого человека? В чем ее отличие от других душ? Каковы ее особенности, делающие этого человека уникальным созданием во Вселенной? Разглядите внутренним взором образ этой души. Услышьте звучание музыки этой души. Почувствуйте форму и поверхность, ощутите материал этой души. Поймите сущность этой души... И перенесите свое понимание на бумагу. Творите!»

После завершения рисования проводится обсуждение: почему именно так «художники» увидели «натурщика». «Художник» – автор поясняет что именно он хотел передать в рисунке. Выслушивается мнение «натурщика». После рефлексии каждый «художник» дарит рисунок лицу, на нем изображенному. Рефлексия. Обсуждение занятия. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Мой сосуд

Цель: развитие самосознания, повышение уверенности в себе, личностное развитие, развитие креативности.

Задачи: снижение уровня тревожности, психоэмоционального напряжения, повышение самооценки, формирование доверия друг к другу, способности к эмпатии, развитие оригинальности, ассоциативности мышления, творческое самовыражение.

Необходимые материалы: релаксационная музыка, стеклянные бутылки, баночки (желательно, белое прозрачное стекло), гуашь, кисти, баночки с водой, салфетки для вытирания рук.

Ход занятия:

Заполнения дневничков.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Наполняем сосуд»: ребятам предлагается представить себя в виде какого-либо сосуда (емкости) и охарактеризовать его. Кто-то будет прозрачной вазочкой, кто-то — глиняным кувшином, самоваром и т.д.

Далее психолог говорит ребятам, что сосуды мы наполняем какой-либо жидкостью: водой, молоком, напитком... а, мы, как воображаемые сосуды, сейчас будем, словно жидкостью, наполняться качествами и характеристиками, которыми пожелаем сами. Каждый по очереди встанет в круг и назовет качества или умения, которыми он хотел бы наполнить свой сосуд, а потом закроет глаза и представит, как эти качества вливаются в его тело. Группа поможет это почувствовать через аккуратные поглаживания, касания, добавляя те качества, которые они еще хотели бы пожелать центральному участнику.

Упражнение выполняется с каждым желающим участником.

После прекращения поглаживаний центральному участнику предлагается с закрытыми глазами немного побыть в этом состоянии и открыть глаза, когда захочется. Необходимо дать каждому возможность высказать свои впечатления от упражнения. Что чувствовал участник в момент касаний? Удалось ли представить себя в образе сосуда, а необходимые характеристики в виде жидкости? Были ли ощущения приятными или нет?

Арт-терапевтическое упражнение «Разукрась свой сосуд». Психолог предлагает разукрасить стеклянную бутылочку или баночку, отражая метафорическим образом те качества, которыми каждый наполнял свой сосуд в предыдущем упражнении, через цвет, форму, фигуры, образы.

После проводится обсуждение: почему именно так «художники» решили расписать свой сосуд, что они хотели изобразить?

Рефлексия занятия. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Наши ладошки

Цель: творческое самовыражение, снятие эмоционального напряжения, развитие креативности

Задачи: снятие тревожности, повышение самооценки, развитие гибкости, оригинальности мышления, воображения.

Необходимые материалы: листы бумаги А3, гуашь, кисти, тряпочки для вытирания рук, баночки с водой, релаксационная музыка.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Чья ладонь»: ребята закрывают глаза, ведущий берет за руку одного из участников и выводит в центр круга. Ребенок, проходя по кругу, дотрагивается ладонями до ладоней остальных детей. Участники должны отследить свои ощущения, описать, какие руки они ощутили, отгадать, чьи ладони это были.

Арт-терапевтическое упражнение «Рисование ладонями».

Психолог предлагает ребятам разукрасить свою ладонь гуашью и провести ею по листу бумаги. Должны получиться картины-отпечатки с разноцветными разводами. Упражнение проводится под релаксационную музыку. По желанию участников можно дорисовать получившееся изображение до конкретного образа.

Обсуждение: Нравится ли тебе, что у тебя получилось? Как бы ты назвал эту картину? Какие мысли у тебя возникли в процессе рисования? Что хотелось бы дорисовать, изменить? Рефлексия. Обсуждение занятия. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 19

Рисунок по мокрому листу

Цель: творческое самовыражение, снятие эмоционального напряжения, повышение самооценки, развитие креативности.

Задачи: снятие тревожности, развитие воображения, гибкости, оригинальности мышления, творческого восприятия.

Необходимые материалы: листы бумаги, акварель, кисти, тряпочки для вытирания рук, баночки с водой.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Объединитесь в группы»: ведущий называет признак, по которому ребята должны объединиться в группы (например, по цвету волос, по цвету глаз, по полу и т.д.). В конце психолог должен назвать такой признак, чтобы объединить всех в одну группу (например, кто занимается в арт-студии).

Упражнение «Зеркало»: дети делятся по парам, в которой кто-то будет зеркалом, а кто-то ведущим. Ведущий совершает какие-то движения, а зеркало одновременно пытается повторить. Затем участники меняются ролями.

Арт-терапевтическое упражнение «Рисунок по мокрому листу».

Психолог подводит ребят к занятию таким образом: как мы только что двигались, хаотично, не зная, кто куда попадет, так и краски наши будут сегодня хаотично расплываться по мокрому листу, отражаясь на листе, как мы отражались в зеркале.

Психолог предлагает ребятам намочить половинку листа водой, а затем добавить разноцветных пятен (можно нарисовать что-то конкретное). Затем рисунок накрывается сухой половиной листа и изображение отпечатывается. Далее автор каждой картины дает ей название и делится впечатлениями о полученном рисунке.

Можно попросить детей говорить от лица картины, идентифицируясь с ней.

Обсуждение: Нравится ли тебе, как ты выглядишь? Как ты называешься? Какие мысли у тебя возникают? Хотела бы ты, чтобы тебя как-то подправили? Как? Далее ребенку разрешается изменить свою картину.

Рефлексия. Обсуждение занятия. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 20

Превратности жизни

Цель: осознание собственных переживаний и эмоциональных состояний, развитие творческого мышления.

Задачи: познание своего «Я», снижение уровня тревожности, повышение самооценки, развитие воображения, творческого мышления, креативности.

Необходимые материалы: листы бумаги А4, ножницы, цветные карандаши, фломастеры, релаксационная музыка.

Ход занятия:

Заполнение дневничков.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Передай эмоцию по кругу». Детям предлагается встать друг за другом в одну линию. Тот, кто стоит первым, изображает какую-либо эмоцию своему соседу. Тот передает ее следующему участнику и т.д. Последний участник демонстрирует полученную эмоцию всем остальным и называет ее. Первый участник сравнивает отправленную эмоцию с итоговой. Упражнение проводится несколько раз, используя различные эмоции. Дети меняются местами.

Арт-терапевтическое упражнение «Превратности жизни». Психолог задает вопрос детям: от чего зависит эмоциональное состояние человека? Ваше эмоциональное состояние? Далее ребята делают совместно с психологом фигуру – оригами: «Превратности жизни» (см. схему – базовая форма «Катамаран»).

Далее необходимо нарисовать фломастерами и цветными карандашами на разворотах заготовки различные рожицы, отражающие различные эмоциональные состояния (например, радость, злость, грусть).

После завершения работы проводится обсуждение: в каких ситуациях вы испытываете радость, грусть, злость? Какое эмоциональное состояние чаще свойственно вам? Почему? Что можно сделать, чтобы улучшить настроение? (Можно нарисовать способы поднятия настроения на отдельных листах).

Рефлексия. Ребята делятся впечатлениями и мыслями о занятии.

Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 21

Портреты имен

Цель: осознание ценности и уникальности собственной личности, развитие положительного, целостного образа «Я», самопринятия, развитие креативности, творческого мышления.

Задачи: снятие тревожности, выражение внутренних конфликтов, развитие воображения, оригинальности, ассоциативности мышления, познание своего «Я».

Необходимые материалы: листы бумаги А4, цветные карандаши, фломастеры, краски, кисти, баночка с водой, релаксационная музыка, словарь значений имен.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Ведущий рассказывает ребятам сказку. В те далёкие-далёкие времена, когда нас с вами ещё не было на свете, появилась в нашей галактике чудесная сказочная страна. И жили в той стране самые разные имена. Никто не видел, как они выглядели, но говорили, что они прозрачны как воздух и серебрились переливами красочных огоньков. С первыми лучами солнца имена собирались на цветочной поляне и начинали рассказывать друг другу разные сказочные истории. И тогда поляну заполнял сладостный звук музыки, который просто завораживал. А ещё любили имена путешествовать. Особенно нравилось им прилетать на нашу планету. Спускались они, переливаясь разноцветными огоньками, в то время, когда люди спали. И тогда всем снились прекрасные сны, ведь имена умели рассказывать интересные истории. А их они знали, уж поверьте, очень много. Людям так понравились эти волшебные существа, что они тоже стали придумывать себе имена. И оказалось, что так даже легче общаться друг с другом.

Вот и до сих пор, когда рождается новый маленький человечек, родители дают ему имя. А если родители долго не могут решить, как назвать своего малыша, то на помощь им прилетают имена со сказочной планеты и нашептывают им во снах свои истории. Так продолжается жизнь имени на земле. Вот такая история.

Сегодня я предлагаю вам попробовать разгадать тайну ваших имён. Мы отправимся в сказочную страну Имени, и если нам повезёт, то мы сможем не только услышать наши имена, но и увидеть их.

Упражнение «Зеркало»: Участникам предлагается в течение 2-3-х минут походить по кабинету, выбрать наиболее комфортное для себя место.

Работа в парах с поочередным обменом ролями: ведущий — ведомый. Тема: воображаемый рисунок имени. Сначала ведущий пишет в воздухе собственное имя, а ведомый, будучи его зеркальным отражением, повторяет все движения. Важно постараться воспроизвести не только движения, но и чувства, перемены настроения.

Упражнение «Мое имя»: каждому участнику предлагается индивидуально выполнить следующие инструкции:

Напишите в воздухе свое имя мелким каллиграфическим почерком по очереди правой и левой рукой, а затем двумя руками одновременно.

Напишите в воздухе свое имя слева направо и справа налево, печатными и прописными буквами разного размера. Подумайте, изменился ли образ имени, какие чувства это вызывает ?

Возьмите в руку воображаемую широкую кисть, представьте ведро с масляной краской (какого она цвета?). Напишите свое имя, занимая как можно больше пространства, от пола до потолка.

Закройте глаза и представьте наиболее приятный из возникавших образов Вашего имени, сделайте еще один воображаемый рисунок в пространстве. Пожалуйста, запомните этот образ, цвет, размеры букв, звучание и другие признаки. Подумайте, как часто и кто из окружающих людей называет Вас этим именем.

Арт-терапевтическое упражнение «Рисунок имени».

Участникам предлагается изобразить свое имя в виде символа: что оно значит для них.

Обсуждение: Нравится ли тебе твоё имя? Почему? Что ты изобразил на рисунке? Почему именно так? А что для других значит это имя?

Далее необходимо изобразить, что имя означает в словаре имен.

Обсуждение: Что ты изобразил? Нравится ли тебе значение твоего имени? Соответствует ли значение имени твоей жизни?

Можно попросить детей рассказать о процессе собственного имянаречения (почему назвали именно так). Какова история твоего имени?

Далее ребятам предлагается закрыть глаза и мысленно поблагодарить родителей за то, что они дали им имя. Рефлексия. Обсуждение занятия.

Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 22

Сказочная страна

Цель: самовыражение, повышение уверенности в себе, развитие творческого мышления, креативности.

Задачи: снижение уровня тревожности, выражение внутренних конфликтов, развитие воображения, познание своего «Я».

Необходимые материалы: набор кукол для кукольного театра, ширма.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Я – сказочный герой»: Участникам предлагается представить себя в виде сказочного героя и изобразить его молча. Остальные должны отгадать, какого героя изобразил участник. Далее участник объясняет, чем ему нравится этот герой?

Чтобы добраться до сказочной страны нам необходимо пройти воображаемый путь.

Упражнение «Воображаемый путь»

Дети выполняют движение по тексту вместе с психологом.

Мы идем по земле. Земля бывает разная. Она бывает сухая и мокрая, горячая и холодная. На земле бывают и трава и песок и шишки и даже стекло. А в волшебном лесу всё постоянно меняется. Вот сейчас мы идём по зелёной мягкой траве, она приятно ласкает нам ноги! А теперь вдруг у нас под ногами песок. Он становится всё горячее и горячее. Он просто обжигает ноги. Ой! Посмотрите, вдруг выпал снег, и мы идём теперь по мягкому, пушистому, но очень холодному снегу. И снова всё изменилось в лесу. Теперь мы идём по осеннему лесу, а под ногами у нас шуршат сухие листочки. И вот мы вышли к лесному болоту. И теперь мы идём по болоту. Наши ноги засасывает, мы их с трудом передвигаем, силой вытягиваем из тины. Но вот мы вышли из болота и снова побежали по лесной дорожке. У нас под ногами иголки, шишки, сучки. Они щекочат и покалывают наши ноги.

Ой, что это? Капельки? В сказочной стране пошёл дождь. Это сказочный дождь. Он даёт силу и смывает усталость. Давайте подставим ему наши руки и лицо. Вдох — выдох, вдох — выдох! Немножко постоим под волшебным дождиком и отдохнём. Вдох — выдох, вдох — выдох, вдох — выдох.

Вот мы и добрались до нашей волшебной сказочной страны.

Арт-терапевтическое упражнение «Кукольный театр»

Психолог предлагает детям из набора кукол выбрать понравившуюся им. Надев куклу на руку, каждый должен представить своего героя остальным, рассказать небольшую историю его жизни.

После того, как все представили своих героев, ребята делятся на 2 группы и расходятся по командам. Каждая команда в течение некоторого времени придумывает историю со своими героями.

Затем одна группа становится зрителями, а другая актерами, и начинается театр импровизации. Актеры уходят за ширму и показывают свой кукольный спектакль.

После каждого спектакля происходит обсуждение. Вопросы зрителям: Какой по характеру был каждый герой? Вопросы актерам: Понравилось ли играть

свою роль? Что бы ты изменил? Похож ли твой герой на тебя, его действия на твои действия в реальной жизни?

Затем актеры становятся зрителями, а зрители, наоборот, актерами.

Рефлексия. Обсуждение занятия. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 23

Карта моего внутреннего мира

Цель: формирование представления о себе; осознание и выражение своих чувств, развитие творческого мышления, креативности.

Задачи: снижение уровня тревожности, выражение внутренних конфликтов, развитие воображения, ассоциативности мышления.

Необходимые материалы: бумага разного формата; краски, кисточки; набор карандашей, фломастеров, мелков, простые карандаши, ластик.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Ассоциации»: Участникам кидается мяч с названием какого-либо географического объекта (ландшафта): море, горы, тропа, озеро, льдины и т.д. Каждому адресату необходимо быстро отреагировать, придумав ассоциацию к предложенному ему слову таким образом: горы любви, озеро слез, тропа познания и т.д.

Арт-терапевтическое упражнение «Карта моего внутреннего мира».

Психолог показывает детям различные географические карты.

«Перед вами лежат различные географические карты. Как вы видите, они нам могут рассказать о том, как располагаются материки, океаны, моря, горы; об особенностях природы; об устройстве и развитии городов; о различных народах. На карте находит отражение всё то, что смогли открыть и изучить люди. Хотя когда-то наша Земля была совсем неизведанной, люди мало что знали о том, что их окружает.

Но всё это мир внешний. А есть ещё особый мир. Мир внутренний. У каждого человека он свой – удивительный, неповторимый, и где-то неизведанный.

Так давайте с вами создадим карты нашего внутреннего мира. Они будут похожи на карты, которые мы сегодня рассматривали, только все названия на них будут у нас особенные. Например, «океан любви», или «гора смелости». Обозначим сначала то, что уже открыли в себе, знаем. И оставим место для наших дальнейших открытий»

Когда карты будут готовы, по ним устраиваются «экскурсии».

Обсуждение: Что преобладает на ваших картах: какие чувства, состояния, цветовая гамма? Какой был выбран «маршрут» продвижения по карте, с какого места началось путешествие и на каком закончилась? Какие области были оставлены для дальнейших открытий; какие хотелось бы открытия сделать? Что было сложнее всего изобразить? Хотелось бы что-то изменить? Что больше всего понравилось в своей карте, и карте другого? Чем ваши

карты похожи, а чем отличаются? Рефлексия. Обсуждение занятия. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 24

Сон куклы

Цель: спонтанное самовыражение, повышение уверенности в себе, развитие креативности, творческого мышления.

Задачи: снижение уровня тревожности, выражение внутренних конфликтов, развитие воображения, фантазии.

Необходимые материалы: Листы бумаги для рисования, карандаши, фломастеры, краски или другие изобразительные средства (по желанию участников). Стирательная резинка, клей, ножницы, скотч.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Коллективный счет»: Участники стоят в кругу, опустив головы вниз и не глядя друг на друга. Задача группы — называть по порядку числа натурального ряда, стараясь добраться до самого большого, не совершив ошибок. При этом должны выполняться три условия: во-первых, никто не знает, кто начнет счет и кто назовет следующее число (запрещается договариваться друг с другом вербально или невербально); во-вторых, нельзя одному и тому же участнику называть два числа подряд; в-третьих, если нужное число будет названо вслух двумя или более игроками, ведущий требует снова начинать с единицы. Общей целью группы становится ежедневное увеличение достигнутого числа при уменьшении количества попыток. Ведущий повторяет участникам, что они должны уметь прислушиваться к себе, ловить настрой других, чтобы понять, нужно ли ему в данный момент промолчать или пришла пора озвучить число..

Арт-терапевтическое упражнение «Кукла из бумаги».

Каждый участник рисует на листе плотной бумаги куклу, похожую на себя. Далее нужно склеить полоску бумаги в виде цилиндра и прикрепить к ней куклу. Надеваем получившуюся куколку на палец. Необходимо придумать историю, которую кукла хотела бы рассказать о себе. Начать можно словами: «Жила-была кукла, похожая на меня...». «Однажды кукле приснился сон...».

При желании можно нарисовать иллюстрации к рассказу.

Далее все участники занятия по кругу рассказывают свои истории.

Обсуждение: Что понравилось в работе? Что бы хотелось изменить? Что показалось сложным? «Куклам» задают вопросы. Их можно дарить друг другу. Рефлексия. Обсуждение занятия. Заполнение дневничков.

Ритуал прощания.

Занятие 25

Линии конфликта

Цель: исследование субъективного восприятия конфликтной ситуации, эмоциональных состояний и собственного поведения в конфликте;

отреагирование и «проработка» психотравмирующих переживаний, поиск внутреннего ресурса, развитие творческого мышления.

Задачи: снижение уровня психоэмоционального напряжения, развитие воображения, креативности, ассоциативности мышления.

Необходимые материалы: Листы бумаги А-4, фломастеры (или цветные карандаши, пастельные мелки), скотч, фольга, цветной пластилин.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Единство». Участники рассаживаются в круг. Каждый сжимает руку в кулак, и по команде ведущего все «выбрасывают» пальцы. Группа должна стремиться к тому, чтобы все участники независимо друг от друга, выбрали одно и то же число. Участникам запрещается переговариваться. Игра продолжается до тех пор, пока группа не достигнет своей цели.

Упражнение «Ассоциации»: Передавая мяч по кругу, участники, не повторяясь, называют ассоциации со словом конфликт. С каким образом можно было бы сравнить конфликт.

Арт-терапевтическое упражнение «Разговор двух линий».

Предлагается воспроизвести значимую для каждого участника конфликтную ситуацию как «разговор двух линий». Для этого сначала надо зять лист бумаги формата А-4, поставить на нем цифру 1, прикрепить к столу скотчем, чтобы лист не скользил в процессе работы. Выбрать два фломастера (карандаша или мелка) разных цветов, условно обозначающих вас и вашего оппонента (противника, соперника). В рабочую руку необходимо взять фломастер того цвета, которым будет нарисована линия собственного поведения в конфликте. В нерабочую руку — фломастер, обозначающий поведение условного оппонента. Изобразить динамику конфликтной ситуации с помощью линий, не отрывая фломастеров от бумаги. После завершения работы перевернуть лист и отложить его.

На втором листе изобразить ту же конфликтную ситуацию, поменяв фломастеры в левой и правой руке местами. Таким образом, на втором рисунке рабочая рука рисует линии поведения оппонента в конфликте, а нерабочая рука — линии собственного поведения (прежним цветом). Словом, первоначально выбранный цвет фломастеров сохраняется и на втором листе бумаге.

Предлагается поразмышлять о том, что каждый видит на рисунках. О чем говорят вам получившиеся образы? Какой символический смысл они несут? Что нового сообщили вам линии о конфликтной ситуации и способах ее разрешения?

Затем, используя различные материалы (фольгу, пластилин — по выбору), изобразить исход ситуации: создать метафорические образы себя и оппонента в результате конфликтного противостояния».

Обсуждение: Участники садятся в круг и по желанию показывают свои рисунки, смоделированные образы, рассказывают не столько о причинах и

содержании конфликта, сколько об эмоциональной стороне, переживаниях и инсайтах в процессе воссоздания и проработки конфликтной ситуации.

Остальные могут задавать вопросы, например: Что вы чувствовали в процессе рисования и моделирования образов участников конфликта? Что чувствуете сейчас? Какие значимые открытия вы сделали в процессе этой работы? Изменилось ли понимание причин и последствий конфликтной ситуации? Как теперь видится собственная роль и роль оппонента в конфликте? Какой опыт удалось приобрести?

Далее психолог предлагает участникам внести в свои работы желаемые изменения, трансформировать визуальные образы или поступить со своими рисунками так, как им бы хотелось. Рефлексия. Обсуждение занятия.

Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Занятие 26

Отдарок на подарок

Цель: отработка чувства благодарности родителям и другим людям, развитие творческого мышления.

Задачи: снижение уровня психоэмоционального напряжения, повышение самооценки, уверенности в себе, выражение внутренних конфликтов, актуализация положительных чувств к родителям, развитие воображения.

Необходимые материалы: Прямоугольник ткани 30X15 см, красные нитки.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Желанный подарок»: Участникам предлагается невербально показать подарок, который они бы хотели получить. Остальные должны угадать, что это. Затем психолог усложняет задание: «А какой же подарок можно пожелать, который нельзя потрогать, пощупать, но он тоже бывает очень нужен?» Здесь дети могут показать «любовь», «счастье», «здоровье» и т.д.

Арт-терапевтическое упражнение «Отдарок на подарок».

Психолог проводит беседу с ребятами о родителях и близких, обсуждая вопросы: Каково предназначение родителей и близких по отношению к детям? Каково предназначение детей по отношению к родителям и близким? Как родители и близкие показывают, что они любят ребенка? Как ребенок показывает, что он любит родителей, благодарен близким? За что ребенок может быть благодарен своим родителям?

Далее психолог предлагает ребятам закрыть глаза и представить своих самых близких людей (родителей, других родственников), затем, своих бабушек и дедушек, кто-то может представить и прабабушек и прадедушек. Затем дети представляют самих себя, свою благодарность роду и передают ее своим близким, прощая все обиды и ссоры.

Психолог рассказывает участникам о русской народной кукле «Отдарок-на-подарок».

Предположительно кукла Отдарок-на-подарок была одной из первых куколок, с которой соприкасались малыши на Руси. По силам ее сделать ребенку самостоятельно. Для куклы нужно — лоскуток-прямоугольник и немного ниток. Такая куколка могла пригодиться для благодарности маме за первую одежду (порты и рубаха для мальчика, рубаха и сарафан для девочки). Эти куколки делались без иголки. Когда ребенок овладевал изготовлением данной куклы, его впервые сажали за общий обеденный стол со всей семьей и, вручая, изготовленную куколку родителям ребенка, при этом, говорил: «Спасибо маменьке и папеньке за то, что меня на ноги поставили!». Эти слова дети тщательно заучивали заранее. Данную куколку дарили и другим людям (друзьям, близким), благодаря за подаренную вещь.

Такая Кукла говорит о том, что на Руси умели воспитать через куклу что-то очень важное... когда-то вручение подарка и ответное «отдаривание» было одним из самых важных жизненных обычаев. Подарок считался обладающим силой, поэтому считалось, что предмет, подаренный от чистого сердца, приносит удачу, а подаренный с «темным умыслом» — может даже навредить...

Подарок связывал незримой нитью дарившего и дарителя, порой сплетая их судьбы воедино. Неслучайно в сказках многих народов рассказывается о том, что на подаренном ноже появляется кровь, когда его даритель попадает далеко, далеко отсюда, в тридесатом царстве, в беду, а когда-то подаренное кольцо или браслет позволяют родным узнать друг друга после многолетней разлуки...

Изготовление куклы.

Для куколки нужно приготовить небольшой прямоугольный кусочек ткани, да еще кусочек-узенький и длиной в полтора пальца, чтобы из него скатать голову. Просто скатать из этого узкого кусочка ткани плотную скаточку, сложить большой кусочек ткани пополам, вложить внутрь эту скаточку.

Держа свернутый кусочек ткани в двух руках, нужно отгладить указательными пальчиками скатку так, чтобы получилась головка. После этого одним движением окрутить шейку нитью «по солнышку», подхватить спереди одну руку, после через спину подхватить другую и перевести нитку на плечо на одно и перекинуть на другое, пропустить через шейку и закрепить на пояске. Получается готовая куколка «отдарок-на-подарок».

Куклу, которую ребята изготовили на занятии, необходимо подарить близкому родственнику (маме, папе, тете, бабушке и т.д.).

А затем ребятам предлагается сделать еще одну такую же куколку и подарить ее любому из участников с добрыми словами. Но при условии, что одному человеку двух подарков вручать нельзя.

Рефлексия. Обсуждение занятия.

Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

Рисование на руках

Цель: познание себя, повышение уверенности в себе, спонтанное самовыражение.

Задачи: снижение уровня тревожности, развитие навыков эффективного взаимодействия, развитие воображения, ассоциативного мышления.

Необходимые материалы: Акварельные краски, кисти, баночки с водой, салфетки для вытирания рук, релаксационная музыка.

Ход занятия:

Заполнение дневничков.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Кто это». Участники стоят в кругу, закрыв глаза и подставив ладони. По сигналу ведущего все начинают топать, за это время психолог выводит одного из участников в центр круга и тот касается своими руками ладоней каждого. Затем по сигналу психолога все снова топают, а центральный участник становится на свое прежнее место. Задача участников отгадать человека, высказав свое мнение о том, какие это были ладони, какое касание, кому эти руки могли бы принадлежать.

Арт-терапевтическое упражнение «Рисуем на руках».

Детям, используя гуашевые краски, предлагается на одной из своих рук нарисовать то, какими они себя видят, выразив это через цвет, форму, образы и символы.

После завершения первого задания, ребятам предлагается разбиться на пары и друг другу на свободной руке нарисовать то, каким они видят своего напарника.

Затем происходит обсуждение: Какие чувства и мысли вы испытывали, когда рисовали на своей руке? А когда рисовали на вашей руке? Почему вы себя изобразили именно так? А почему своего напарника вы изобразили именно так? Что общего между двумя рисунками на ваших руках? Чем они отличаются? Что показалось интересным, неожиданным?

Рефлексия.

Заполнение дневничков.

Ритуал прощания.

Занятие 28

Герб моей семьи

Цель: формирование принадлежности и ценностного отношения к семье, повышение уверенности в себе, развитие креативности.

Задачи: снижение уровня психоэмоционального напряжения, выражение внутренних конфликтов, развитие воображения, ассоциативного мышления.

Необходимые материалы: Листы бумаги А3, карандаши, фломастеры, краски или другие изобразительные средства (по желанию участников), старые журналы, газеты, клей, ножницы.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Поменяйтесь местами»: Ребята стоят в кругу. Ведущий называет характеристику, по которой участники должны поменяться местами. За то время, как остальные меняются, ведущий должен стремиться занять место одного из участников. Желательно, чтобы предлагаемые характеристики касались семьи.

Арт-терапевтическое упражнение «Герб моей семьи».

Ребятам предлагается составить коллаж из вырезок из газет из журналов на тему «Герб моей семьи». Также необходимо придумать и подписать девиз семьи.

После завершения работы проводится обсуждение: Необходимо рассказать о своем коллаже. Что вы хотели отобразить? Что бы хотелось изменить (убрать, добавить)?

Рефлексия. Обсуждение занятия.

Заполнение дневничков.

Ритуал прощания.

Занятие 29

Цветной мир

Цель: спонтанное самовыражение, повышение уверенности в себе, выработка навыков эффективного взаимодействия, развитие креативности.

Задачи: снижение уровня тревожности, развитие коммуникативных навыков, развитие воображения, гибкости, оригинальности мышления.

Необходимые материалы: ватманы, листы бумаги для рисования, карандаши, фломастеры, краски или другие изобразительные средства (по желанию участников), цветная бумага, журналы, стирательная резинка, клей, ножницы, скотч, простые карандаши, релаксационная музыка.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Комплимент»: У ведущего в руках мяч. Он бросает его одному из участников, предварительно назвав его по имени, и говорит ему комплимент. Поймавший мячик благодарит за комплимент словом «спасибо». Затем бросает его другому, предварительно назвав его по имени, и говорит свой комплимент. Желательно, чтобы мяч побывал у каждого.

Обсуждение: Какие эмоции испытывает человек, услышав комплимент в свой адрес, и как это способствует сближению людей. Что вам было приятнее: слушать комплимент или говорить его?

Упражнение «Строим фигуру»: Участники, закрыв глаза и взявшись за руки, по сигналу ведущего должны построить обозначенную фигуру (круг, треугольник, квадрат).

Арт-терапевтическое упражнение «Цветной мир».

Используя заранее подготовленные материалы и средства для рисования, ребятам предлагается сотворить эмблему студии «Цветной мир» так, как они это видят. Важно соблюдать одно условие: в работе должны принимать участие все.

Обсуждение: Что вам удалось изобразить? Что понравилось в работе? Что бы хотелось изменить? Какое участие каждый принимал в создании работы?

Рефлексия. Обсуждение занятия.

Заполнение дневничков.

Ритуал прощания.

Занятие 30

Фруктовая мандала

Цель: спонтанное самовыражение, повышение уверенности в себе, развитие навыков эффективного взаимодействия, креативности.

Задачи: снижение уровня тревожности, развитие воображения, творческого мышления, коммуникативных навыков.

Необходимые материалы: разные фрукты(хорошо вымытые), разделочные доски, пластиковые ножи, салфетки, шпажки для канапе или вилки, большой поднос или блюдо круглой формы.

Ход занятия:

Ритуал приветствия.

Упражнение «Ассоциации»: Участники по кругу называют свои ассоциации «Если бы я был фруктом».

Упражнение «Цветные фрукты»: Задача участников, не повторяясь, назвать как можно больше фруктов, овощей заданного цвета (красный, желтый, зеленый, фиолетовый).

Арт-терапевтическое упражнение «Фруктовая мандала».

Дети придумывают варианты оформления общей фруктовой мандалы (как нарезать фрукты, как их разложить). Далее переходят к осуществлению задуманного, создавая коллективную большую фруктовую композицию.

По завершению работы, ребятам предлагается придумать название мандале.

Обсуждение: Что понравилось в работе? Что было интересно, а что сложно? Каково ваше участие в создании композиции?

После обсуждения всем предлагается попробовать фруктовую мандалу на вкус.

Рефлексия. Обсуждение занятия.

На последнем занятии подводятся итоги деятельности студии. Дети обсуждают занятия, которые им удалось посетить, делятся своими впечатлениями, высказывают пожелания. Заполнение дневничков. Ритуал прощания.

ОЦЕНКА ЭФФЕКТИВНОСТИ ПРОГРАММЫ

Для оценки эффективности программы в начале и в конце занятий проводятся методики: тест П. Торренса «Закончи рисунок» (тест невербальной креативности), шкала самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, опросник «Детский вариант шкалы явной тревожности СМАС (7-12 лет)» А.М. Прихожан. Кроме того, в конце курса проводится анкетирование родителей.

В течение нескольких занятий проводится диагностика эмоционального состояния ребенка на начало и конец занятия с помощью теста М. Люшера. Регулярное заполнение Арт-дневников также помогает отследить состояние участников на начало и конец занятия. Методы отслеживания эффективности программы:

(Приложение 1):

Для исследования результатов эффективности программы используются следующие методы

Цель	Метод	Методика
<i>Определение эмоционального отношения к арт-деятельности</i>	Проективный метод	«Эмоциональное отношение к музыкальной и изобразительной деятельности» (на основе методики канд. психол. наук О. А.Белобрыкиной)
<i>Исследование интересов детей</i>	Беседа с детьми и с родителями Изучение личных дел (психолого-педагогические характеристики, заключения)	Интервью «Условия, познавательная и социальная активность, уровень художественного опыта клиента до пребывания в отделении
<i>Выявление динамики мотивации и индивидуального раскрытия в различных видах арт-деятельности</i>	Наблюдения специалистов (свободное, включенное, стандартизированное)	«Диагностика музыкальных возможностей детей» (Киселева Т. Ю.) «Диагностика изобразительных возможностей детей» (Ганчукова Д. Р.) «Диагностика читательских возможностей детей» (Проскурина Л. Г.)
<i>Изучение продуктов арт-деятельности</i>	Анализ рисунков, видеоматериалов с записями выступлений детей	
<i>Изучение эффективности совместной арт-деятельности</i>	Наблюдение специалистов, психолога и воспитателя на занятиях художественно-эстетического цикла и в	«Диагностика социальной адаптированности детей» (методика канд. психол. наук Т. П. Абакировой)

Метод экспертных оценок

«Эффективность совместной арт-деятельности» (на основе методики канд. психол. наук Т. П. Абакировой «Эффективность совместной деятельности»).

Критерии исследования эффективности программы «Арт-гармония»

Общие критерии оценки:

1. Психологического комфорта:

- Динамика оптимизма, отношения к арт-деятельности, эмоционального состояния.
- Динамика уверенности в себе и чувства психологического комфорта на занятиях.
- Динамика формирования межличностных отношений, поведения, изменения эмоциональных проявлений.

2. Индивидуально-личностного развития:

- Динамика контактности, соучастия, терпимости, лояльности.
- Динамика развития индивидуальных художественных возможностей.
- Динамика проявления индивидуальности и черт характера в арт-деятельности.
- Динамика проявления и стойкости интереса (мотивации) к арт-деятельности.
- Динамика развития восприятия, воображения, образной памяти, творческих проявлений.

3. Деятельностной активности:

- Динамика социальной активности и ответственности в художественных видах деятельности.
- Динамика адаптации в микросреде (изменение межличностных отношений, развитие и проявление коммуникативных качеств).

- Динамика сформированности коллективной деятельности, сплоченности, доброжелательности коллектива.
- Динамика усвоения общепринятых правил поведения, адекватной реакции на требования.

Специальные критерии оценки арт-деятельности (по направлениям):

1.Музыкотерапия :

- Специальных музыкальных способностей (ладовое чувство, музыкальный ритм, способность к воспроизведению). Т. к. развить специальные способности в короткий срок невозможно, просто фиксируется уровень их развития на данное время.
- Динамика развития адекватного восприятия-слушания музыки (устойчивость внимания, заинтересованность).
- Динамика развития певческих навыков (дыхание, протяжность звука, слаженность в хоровом исполнении и т. д.).
- Динамика развития музыкально-ритмических движений (исполнение в соответствии с темпом, ритмом, характером).
- Динамика развития музыкального чувствования (эмоциональная реакция, способность к эмоциональному самовыражению).
- Динамика развития чувства уверенности в себе, психологического комфорта.
- Динамика активности в театрализации (выразительность речи, развитость мимико-двигательной сферы, взаимодействие с партнером, действия с реквизитом).
- Динамика мотивационной готовности к музыкальной деятельности.

Результаты оцениваются по 3 уровням: высокий (3 балла), средний (2 балла), низкий (1 балл).

2.Изотерапия :

- Динамика развития пространственных представлений.
- Динамика развития восприятия цвета, формы.
- Динамика мотивационной готовности к изобразительной деятельности.
- Динамика развития творческих возможностей.
- Динамика развитости графомоторных навыков.

Результаты оцениваются по 3 уровням: высокий (3 балла), средний (2 балла), низкий (1 балл).

3.Библиотерапия:

- Динамика развития мотивации.

- Динамика развития художественного восприятия.
- Динамика развития эмоционального отклика.
- Динамика активности участия в литературных играх, драматизациях, развлечениях.

Результаты оцениваются по 3 уровням: высокий (3 балла), средний (2 балла), низкий (1 балл).

Анкета для родителей

Ф. И.О.

Должность.....

Дата заполнения.....

вопросы	ответы
1. Считаете ли Вы арт-деятельность необходимым условием для успешности учебно-воспитательного процесса или она мешает ему? Почему?	
2.Что на Ваш взгляд дает детям подготовка и участие в музыкальных развлечениях и праздниках?	
3.Влияет ли арт-деятельность на эмоциональное самочувствие ребенка? Если да, то что меняется?	
4.Как влияет арт-деятельность на межличностные отношения со сверстниками и взрослыми?	
5. Какие коммуникативные качества приобретают дети в процессе арт-деятельности?	
6.Считаете ли Вы, что в процессе арт-деятельности в Центре дети приобретают специальные (музыкальные, танцевальные, художественные) и социальные умения.	

Методика исследования эмоционального отношения детей к музыкальным и изобразительным видам деятельности

В качестве стимульного материала используются схематические карточки-изображения (Таблица 6) различных эмоциональных состояний, с помощью

которых ребенок осуществлял фиксацию своих чувств по отношению к музыкальной или изобразительной деятельности.

Таблица 6

Позитивное отношение очень нравится		😊😊
нравится	😊	
Неопределенное	еще не определился	😐
Негативное	не нравится	😞
очень не нравится	😞😞	

Во время предъявления карточек и инструкции важно, чтобы ребенок понял различную степень эмоций, изображенных на рисунках.

Инструкция: «Посмотри, какие рожицы нарисованы на картинках. Скажи, пожалуйста, они одинаковые или разные? Как ты считаешь, когда человек улыбается, какое у него настроение? А когда у человека грустное лицо, какое у него настроение? Давай договоримся: две веселые рожицы в нашем задании будут означать, что человеку что-то очень-очень нравится, он очень доволен. Одна радостная рожица означает, что человек испытывает хорошие чувства, но не в сильной степени. Две грустные рожицы означают, что человеку очень-очень что-то не нравится, что он сильно не доволен. Одна грустная рожица показывает, что человеку скорее грустно, чем радостно. Рожица, выражающая спокойствие, означает, что человек не знает, нравится или не нравится ему что-либо, он еще не определился».

После объяснения инструкции детям предлагалась сказка, в процессе рассказа которой дети должны были определить эмоциональное отношение к терминам, относящимся к определенной арт-деятельности и на которых фиксировал внимание педагог.

Для выявления отношения к музыкальным видам деятельности педагог рассказывает следующую сказку: «Теперь я расскажу тебе сказку: Жил-был на свете человечек. И вот однажды решил он пойти погулять. Шел он, шел, как вдруг услышал чье-то пение и прислушался... Как ты думаешь, какие чувства он испытал, когда услышал песню? Пошел он на звуки песни вышел на прекрасную поляну, на которой танцевали мальчики и девочки... Как тебе кажется, как отнесся человечек к тому, что увидел?» И так далее.

Термины (10 единиц): Песня, танец, хоровод, музыка, музыкальное занятие, концерт, праздник, выступление на сцене, музыкальная игра, музыкальные инструменты.

Для выявления отношения к изобразительной деятельности рассказывается другая сказка: «Теперь я расскажу тебе сказку: Жил-был на свете человечек. И вот однажды решил он пойти погулять. Шел он, шел, как вдруг на его пути возник простой карандаш, «хочешь порисовать со мной?» – спросил человечка простой карандаш... Как ты думаешь, какие чувства он испытал и согласился ли порисовать с карандашом? Пошел человечек дальше, а ему навстречу цветной карандаш, который тоже предложил человечку порисовать с ним... Как тебе кажется, как отнесся человечек к цветному карандашу?» И так далее.

Термины (10 единиц): простой карандаш, цветной карандаш, кисточка, краски, фломастер, картина, художник, выставка, урок рисования, коллективное творчество.

Каждый ответ (показ карточки) фиксируется на специальном бланке. Так как исследование проводится в игровой форме, то дети охотно включались в процесс, но следует заметить, что большая часть ответов (показов карточек) детей не отличаются разнообразием, некоторые дети показывают карточку такую, как у соседа.

Обработка эмпирических материалов: Каждый участник исследования получал свой индекс: +2 – очень нравится, +1 – нравится, 0 – еще не определился, –1 – не нравится, –2 – очень не нравится. Далее цифры перекодировались следующим образом: индекс –2 принимался за 1 балл, индекс –1 за 2 балла, индекс 0 за 3 балла, индекс +1 за 4 балла, индекс +2 за 5 баллов.

Полученные данные предварительно позволяют разделить детей на следующие группы:

- дети, испытывающие позитивное отношение к художественной деятельности (средний балл выше 3,8);
- дети, не определившиеся с отношением к художественной деятельности (средний балл от 2,4 до 3,7);
- дети, испытывающие негативное отношение к художественной деятельности (средний балл менее 2,3).

Обобщив результаты исследований, все дети разделяются на 3 группы по уровню эмоционального отношения к музыкальным видам деятельности:

1. Высокий уровень. В данную группу относятся дети, испытывающие положительное эмоциональное отношение к художественной деятельности.
2. Средний уровень. В эту группу входят дети, проявляющие равнодушие или неопределенность в отношении к художественной деятельности.
3. Низкий уровень. К этой группе отнесены дети, испытывающих негативное отношение к художественной деятельности.

Позитивные эмоциональные отношения к деятельности свидетельствуют о наличии у ребенка благоприятных переживаний. Все остальные виды эмоциональных отношений – это тревожный симптом, указывающий на наличие проблем в эмоциональной сфере. Неопределенное отношение указывает на наличие тенденции инфантильности в эмоциональном развитии, о несформированности адекватного уровня осознания эмоций.

Результаты исследования позволяют целенаправленно планировать и строить индивидуальную работу с каждым ребенком. Позитивное отношение свидетельствует о том, что именно в этой деятельности ребенок имеет возможность наиболее адекватно самореализоваться.

Литература:

- Арт-терапия./ Под ред. А.И.Копытина. СПб.: Питер, 2001 г.
Бреслав Г.А. Цветопсихология и цветолечение для всех. СПб., 2000 г.
Бурлачук Л.Ф. Основы психотерапии. М.: Алтейа, 1999 г.
Ермолаева М.В. Психология развития. М., 2000 г.
Журнал Начальная школа.// №4, 1989 г., стр.18.
Запорожец А.В. Об эмоциях и их развитии у ребенка. М., 1986 г.
Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. М., 1986 г.
Зиневич-Евстигнева Т.Д., Нисневич Л.А. Как помочь "особому" ребенку. СПб., 2001г.
Измайлов Ч.А. Цветовая характеристика эмоций./ Вестник МГУ, №4, 1995.
Клюева Н.В., Косаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. Ярославль: Академия развития, 1996г.
Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. СПб.: Питер, 2002 г.
Кэдьусон Х., Шефер Ч. Практикум по игровой психотерапии. СПб.: Питер, 2002 г.
Лендер Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений. М., 2000 г.
Леонтьев А.Н. Психология общения. М.: Смысл, 1997 г.
Мухина В.С. Использование детских рисунков в целях диагностики. М., 1976.
Петровский А.В. Проблема развития личности с позиций социальной психологии.// Вопросы психологии. 1984, №4.
Погосова Н.М. Цветовой игротренинг. СПб., 2002 г.
Рахматуллина Р. Коррекционно-развивающие игры и психогимнастика. //Школьный психолог, 1999, №26, с.10.

**Достигнутые результаты по программе «Арт-гармония»
за 1 квартал 2015г.**

Результаты теста П. Торренса «Закончи рисунок» в начале и по завершению занятий.

Показатели по креативности увеличились у 94% детей, остались на прежнем уровне у 6 %.

Показатели уровня самооценки увеличились у 78% детей, у 22% самооценка не изменилась.

Таким образом, занятия арт-терапией способствуют повышению уровня самооценки участников, способствуют снижению уровня тревожности у детей и подростков.

Уровень тревожности снизился у 89% детей, у 11% остался неизменным.

Регулярное наблюдение специалистов, проведение цветового теста М.Люшера и заполнение арт-дневников в начале и в конце занятий позволило выявить следующие тенденции:

У участников, имеющих плохое настроение на начало занятий, к концу общий эмоциональный фон улучшался.

Дети, имеющие спокойное состояние, как правило, к концу занятий активизировались, становились радостными.

Ребята, имеющие положительное эмоциональное состояние сохраняли его на протяжении всего занятия.

0% детей имели негативные впечатления от занятий. У ребят, регулярно посещавших занятия сформировались и совершенствовались навыки рефлексии собственного психологического состояния; улучшились творческие способности, повысилась уверенность в себе; дети научились мыслить не только творчески, но и символично и абстрактно, выражая через символы, цвет, ассоциации свое настроение.

Результаты анкетирования родителей:

Результаты анкетирования родителей показали:

72% детей испытывали радостное, положительное эмоциональное состояние после занятий, а 28% детей — спокойное и ровное эмоциональное состояние.

100% детей и подростков делились с родителями своими впечатлениями от занятий в программе.

Видимые изменения в поведении детей отметили 43% родителей; незначительные изменения — 43%; нет изменений — 14% родителей.

Значительные изменения в общении детей со взрослыми отметили 43% родителей; незначительные изменения — 42%; нет изменений — 14%.

57% родителей считают, что их дети значительно улучшили свои взаимодействия с другими детьми; 29% — незначительно улучшили; нет изменений — 14%.

72% родителей отметили положительные изменения в эмоциональном состоянии детей; 14% — незначительные изменения; нет изменений — 14%.