


**Министерство труда и социальной защиты населения Новгородской области
ОАУСО "Боровичский комплексный центр социального обслуживания"**

**Сборник психо-коррекционных
программ специалистов в рамках
«Мобильной
семейной арт-мастерской»**

Боровичи

2022



В данном сборнике представлены материалы, разработанные в рамках проекта «Мы вместе». Материалы разработаны специалистами областного автономного учреждения социального обслуживания «Боровичский комплексный центр социального обслуживания». Цель данного сборника – представить специалистам способы работы с семьями, воспитывающими детей-инвалидов, в том числе детей с тяжелыми и множественными нарушениями развития. Методические материалы предназначены для специалистов, осуществляющих деятельность, направленную на преодоление социальной изоляции, повышение самооценки детей-инвалидов и их родителей (законных представителей), реализацию ими своего творческого потенциала, успешную интеграции в социальное общество.

Составители: А.Ф.Волкова, Ю.С.Васильева, Т.Е.Иванова, В.Н.Васюкова.

Содержание

Программа «Обретение внутренней гармонии» по арт-терапии с родителями, воспитывающими детей-инвалидов	4
Программа занятий педагога-психолога с родителями (лицами, их замещающими) по арт-терапии «В помощь родителям особых детей».....	12
Программа по арт-терапии «Душевные краски» (для родителей).....	18
Программа по арт-терапии «Мы вместе» (для детей).....	28

Программа «Обретение внутренней гармонии» по арт-терапии с родителями, воспитывающими детей-инвалидов (автор программы педагог-психолог отделения реабилитации несовершеннолетних с ограниченными физическими и умственными возможностями (в условиях полустационарного социального обслуживания) ОАУСО «Боровичский комплексный центр социального обслуживания» Васильева Юлия Сергеевна)

Пояснительная записка.

Рождение ребенка – это всегда событие, меняющее привычный ход вещей в семье, но рождение ребенка с ограниченными возможностями здоровья, с тяжелыми множественными нарушениями развития (ТМНР) или постановка такого диагноза через какое-то время – это очень сложный комплекс эмоциональных переживаний для родителей, приводящий к депрессии и стрессу.

Почему в этот момент и в дальнейшем родители и близкие нуждаются в этой поддержке? Постановка тяжелого диагноза и/или установление инвалидности, связанная с физическими или когнитивными нарушениями, является фактически переживанием утраты. Утраты не только объективной: время, финансовые расходы на лечение и реабилитацию, но и целым комплексом субъективных утрат: утрата планов, связанных с будущим ребенка; привычного социального статуса; надежд, связанных с материнством, продолжением рода и т.д.

Как и при любой потере, родители проходят через все этапы работы горя. Очень важно, чтобы это понимание у них было. Понимание, что у них есть право переживать и выражать те эмоции, которые они испытывают, включая разочарование, печаль, гнев, вину, стыд, агрессию, так как на разных стадиях работы горя именно эти эмоции естественны, и подавление их может привести к застреванию на определенном этапе, стать причиной затянувшегося или перешедшего в хроническую форму депрессивного состояния. К тому же подавление этих эмоций отнимает у родителей колоссальное количество внутренних ресурсов, которые им необходимы для ухода за ребенком и за собой.

Часто родители находятся в состоянии глубокого внутреннего конфликта, с одной стороны, искренне пытаются принять и любить своего ребенка безусловно, с другой, испытывают колоссальную физическую и эмоциональную нагрузку, непонимание и давление со стороны социума, воспитывая его и не имея внутреннего разрешения на демонстрацию усталости и других проявлений переутомления нервной системы.

Очень важно найти возможность эмоциональной разрядки. Сформировать максимально комфортные условия для всех членов семьи, оказавшейся в такой жизненной ситуации, поскольку длительному воздействию стресса подвержены не только родители, но и другие дети (братья, сестры). Ведь специфика заболевания ребенка может изменять и их образ жизни родителей, к тому же фокус внимания на ребенка с ТМНР в большей или меньшей степени, отнимает его у других детей и это тоже необходимо учитывать. Возможно, им тоже требуется дополнительная поддержка специалиста, чтобы принять своего особенного братика или сестричку и своих родителей в новом для них качестве.

Цель программы - с помощью арт-терапевтических технологий (сказкотерапии, песочной терапии, музыкотерапии и консультирования с помощью метафорических ассоциативных карт) улучшить психологическое самочувствие родителей, воспитывающих детей с особенностями развития.

Задачи программы:

- диагностика и коррекция с помощью арт-терапевтических и проективных технологий эмоционального состояния (тревожности, беспокойства, страхов, нервозности, способности к эмпатии);
- снижение у родителя уровня тревожности и эмоционального напряжения;
- психологическая помощь в трудной ситуации по выявленному запросу родителя;
- формирование и укрепление позитивной жизненной установки;
- рост личностного потенциала родителей.

Принципы построения занятий:

- доступность и постепенность усложнения задания;
- учет психологического состояния родителей на момент встречи;
- учет индивидуальных особенностей и особенностей личности родителя;
- учет возможностей и интересов родителя;
- целесообразности

Принципы взаимодействия:

- добровольное участие;
- каждый участник имеет право на собственное мнение;
- уважение, доверие, взаимопонимание, взаимопомощь;
- недерективность общения;
- корректность;
- соблюдение правил этики и морали;
- включенность;
- одобрение, поддержка.

Форма проведения занятий – индивидуальные психокоррекционные занятия с родителями.

Количество занятий: 1 занятие в месяц на протяжении 10 месяцев.

Целевая группа – родители, воспитывающие детей-инвалидов.


Ожидаемый результат: улучшится психологическое самочувствие родителей – снизится уровень тревожности, беспокойства, эмоционального напряжения; сформируются и укрепятся позитивные установки на жизнь, на воспитание детей. Родители смогут использовать полученные умения в дальнейших жизненных ситуациях.

Эффективно работает в таких ситуациях психологическая помощь и коррекционная работа с помощью технологий арт-терапевтических технологий – сказкотерапии, музыкотерапии, песочной терапии, проективной методики – консультирование с помощью метафорических ассоциативных карт. Родители в процессе психокоррекционной работы могут выразить многообразный спектр эмоций, в том числе и негативных, проработать их, освободиться от внутреннего напряжения, не срываясь на близких, снять с себя чувство вины, найти внутренний ресурс и потенциал, поменять мировоззрение. Образы, символы, рисунки, музыка, сказки помогут родителю понять свое психологическое состояние, обыграть все возможные эмоциональные состояния, получить приемлемый способ снятия стресса и эмоционального напряжения, сохранить свое здоровье. Арт – терапия призвана помочь родителям познавать себя, свои особенности, потенциал и окружающий мир.

Сказкотерапия — это один из методов психологического воздействия на человека, который способствует развитию личности и коррекции уже сформировавшихся сугубо индивидуальных проблем. Инструментом данного направления являются сказки, в которых можно проследить определенный стиль поведения и варианты решения жизненных ситуаций со стороны.

Сказка помогает взглянуть на ситуацию со стороны. Родитель не пытается решить свою проблему логическим путем. Чтение и сочинение сказки помогает взрослому стать наблюдателем за жизнью героев. Такая позиция помогает увидеть нестандартные, скрытые варианты выхода из ситуации.


Сказкотерапия способствует эмоциональному проживанию проблемных жизненных ситуаций. В метафорической форме человеку легче пережить многообразный спектр эмоций и чувств (горе, печаль, стыд, гнев, радость и прочее). С помощью занятий по сказкотерапии можно освободиться от накопленных, вытесняемых годами негативных переживаний, зачастую скрываемых под давлением социума.



Знакомясь со сказкой и наблюдая за жизнью героев, можно заметить множество возможностей, обрести свой ресурсный потенциал, понять свои возможности, скорректировать жизненные установки. Сказка помогает нам установить тонкую связь со своим внутренним миром, познакомиться с собственными потребностями и желаниями. Сказкотерапевтический подход действует на душевное состояние родителя более мягко и бережно, помогая на метафорическом уровне выявить проблемы, прожить их и найти необходимые ресурсы для решения вопроса наилучшим образом.

Сказкотерапия способствует росту уверенности в себе у родителя. Во время написания сказки, участник начинает искренне верить, что все происходит в позитивном ключе и из любой ситуации можно найти или придумать приемлемый выход. К родителю приходит ощущение, что он самостоятельно пишет сказку своей жизни. Когда человек прописывает сказку, он создает свою уникальную историю. Можно сказать, при помощи сказкотерапии человек вылечивает душу словом.


Песочная терапия является одним из наиболее продуктивных и действенных методов коррекционной работы с детьми и взрослыми, имеющих различного рода трудности. Песочная терапия помогает человеку обратиться к своему внутреннему миру, погрузиться в него для поиска ответов на актуальные вопросы, индивидуальных ориентиров и ресурсов, внутренних смыслов. В ходе песочно-терапевтических сеансов человек получает доступ к неосознаваемым частям «Я», что ведет к высвобождению психической энергии и способствует осознанию целостности личности. Человек имеет возможность установить связи между своим телом, сознанием и бессознательным, устранить причины многих соматических проблем.



Взаимодействуя с песком, человек, независимо от возраста, приближает к себе свой внутренний мир, чтобы внимательнее рассмотреть его: понять свои желания, разобраться с воспоминаниями, открыть источники внутренней силы, найти уязвимые места, увидеть лучшее решение сложной ситуации. И, научившись находить гармонию в песочной картине, человек получает опыт владения собой и способ конструктивного взаимодействия с окружающим миром.

И когда человек заканчивает взаимодействие с песком, он становится человеком изменившимся. Он прошёл какой-то кусочек своего пути и стал хотя бы немного ближе самому себе.

Музыкотерапия – это метод арт-терапии который подразумевает прослушивание определенных композиций. Происходит это в индивидуальном порядке или группой людей. Музыка может звучать фоном в комбинации с несколькими другими коррекционными приемами,



увеличивающими эффективность воздействия. Метод применяется для устранения разных эмоциональных отклонений и при коррекции некоторых страхов. Замечено положительное влияние музыки при лечении некоторых серьезных болезней. О терапии музыкой известно уже несколько столетий. Еще во времена Пифагора, Платона и Аристотеля упоминалось о целебном воздействии музыки. Авиценна – знаменитый врач, применял музыку в лечении заболеваний нервной системы. В современном мире первые серьезные упоминания об использовании музыкотерапии датируются XIX веком, когда французский врач Эскироль начал внедрять прослушивание музыки в психиатрических лечебницах. Тогда доктор опирался лишь на собственную интуицию, но впоследствии терапия получила весомые научные обоснования. В настоящее время она активно используется в психиатрии и прочих сферах.

Некоторые жанры музыки оказывают успокоительное действие, дают расслабляющий и умиротворяющий эффект. Кроме того, мелодия, применяемая в музыкотерапии, влияет на общий фон настроения. Этот процесс не зависит от способностей слушателя, и происходит сам по себе.

Музыкотерапия как метод психокоррекции личности эффективна в работе с родителями, помогает расслабиться, снять эмоциональное напряжение, тревожность, стресс.

Музыкальные композиции имеют непосредственное влияние на разные системы человеческих органов, влияя на глубину дыхания, скорость деятельности нейронных путей, сокращения сердца, расслабление или напряжение мышц. Благодаря воздействию терапии, происходит изменения в эмоциональном состоянии. Пример: тревожный человек начинает успокаиваться. Замечено, что частота сердцебиения снижается с помощью определенных медицинских препаратов и прослушивания музыкальных композиций.

Музыкотерапия – хороший помощник при неврозах. Определенные композиции ведут к нормализации эмоционального фона, помогают сформировать новые навыки общения, способствуют социализации, формированию новых стратегий и жизненных ориентиров. Терапия идеальна для лечения сниженного настроения, подавленности, депрессии.

Формы и виды музыкотерапии, используемые в данной программе:

1. Интегративная. Проходит в сочетании с иными видами терапии, (например, сказкотерапия, песочная терапия).
2. Тематическая. Имеет в своей основе сюжет и лекцию по определенной тематике (например, классические произведения В.А. Моцарта,

Ф. Шуберта, П.И. Чайковского)

3. Фоновая. Релаксационная. Используется в качестве фона во время психотерапевтических мероприятий. (Например, «Звуки леса», «Шум моря»)

Метафорические ассоциативные карты (МАК) – особый инструмент арт-терапии, работа с которым основывается на принципах и постулатах проективных методик. Преимущество МАК в сравнении с другими методами арт-терапии, заключается в том, что в них отсутствуют закрепленные значения. Каждый человек в процессе работы сам определяет их смысл.

Эффективность использования МАК в психотерапевтической работе обусловлена следующими факторами:

1. Отсутствие алгоритмизированной процедуры создает атмосферу безопасности и доверия, улучшает коммуникацию клиента с терапевтом;
2. Снижение цензуры в сознании клиента облегчает работу специалиста с его неосознаваемыми конфликтами;
3. Появляется возможность исследования любых ситуаций в прошлом и будущем клиента, моделирования метафорических образов изменения этих ситуаций;
4. В сознании клиента запускаются внутренние восстановительные процессы, идет активный поиск вариантов решения сложных проблем, моделируется образ новой реальности жизни;
5. Риск дополнительной травматизации клиента сведен к минимуму.

Ресурсная функция МАК связана с их способностью активизировать личностные ресурсы (потенциалы, возможности) при сосредоточении внимания участника клиента на определенных моментах, на примере «особой энергетике» в картинке (каком-то участке карты или композиции в целом), созидательной идее или благополучном разрешении ситуации, которая звучит в рассказе по карте. Данная функция МАК позволяет человеку зафиксировать свою внутреннюю силу, возможности (как внутренние, так и внешние), и достичь на них такой фокусировки, которая в обыденной жизни, при обычных условиях, многим людям недоступна. МАК позволяют проявить, ранее скрытые ресурсы и потенциалы личности, сделать их «зримыми».

Благодаря этому, человек может легко и быстро наметить пути решения сложной жизненной ситуации, выстроить собственный план преодоления кризисной ситуации и следовать ему, приспособившись к различным условиям, открываться с иной, неожиданной стороны, как для самого себя, так и для окружающих его людей.

Тематическое планирование занятий по программе по арт-терапии с родителями

№ п/п	Наименование блока	Содержание	Кол-во занятий
1	Занятия по сказкотерапии	<p>Психологическое консультирование мамы, психокоррекционная работа с родителей методом сказкотерапии. Психологическая коррекция: работа с выявленной проблемной ситуацией, снятие эмоционального напряжения и тревожности, укрепление позитивной жизненной установки, повышение ресурсного потенциала личности родителя. Сказки «Дюймовочка», «Три медведя», «Гуси-лебеди». Создание собственной сказки «Моя новая сказка»</p>	3
2	Занятия по песочной терапии	<p>Психологическое консультирование мамы Занятие по планшету для рисования песком: техника песочной терапии «Рисуем цветок желаний», «Рисуем под музыку» (применение музыкального сопровождения «Звуки леса», «Шум моря», релаксационная музыка). Снятие эмоционального напряжения,</p>	2

		тревожности, утомления, эмоционального выгорания у родителя с помощью арт-терапевтической технологии «Песочная терапия»; проработка проблемной ситуации на образном, символическом уровне	
3	Занятия по музыкотерапии	Снятие эмоционального напряжения, тревожности, утомления, эмоционального выгорания у мамы с помощью арт-терапевтической технологии «Музыкотерапия». Психокоррекционная работа с помощью технологии «Музыкотерапии»: прослушивание классических произведений В.А. Моцарта, Ф. Шуберта, П.И. Чайковского, тренинговое упражнение «Ручей»	2
4.	Психокоррекционная работа с помощью метафорических ассоциативных карт	Психологическая коррекция проблемной ситуации, укрепление позитивной жизненной установки, поиск внутреннего ресурса личности. Колоды: «Мастер сказок», «О маме», «Калейдоскоп материнства», «Семейный круг».	3

**Программа занятий педагога-психолога с родителями (лицами, их замещающими) по арт-терапии «В помощь родителям особых детей» (автор педагог-психолог отделения социального обслуживания на дому «Домашний микрореабилитационный центр» ОАУСО "Боровичский комплексный центр социального обслуживания"
Виктория Николаевна Васюкова)**

Пояснительная записка

Одной из форм организации поддержки семей с детьми, имеющих нарушения психофизического развития и решения проблем их социальной адаптации является создание отделения социального обслуживания на дому «Домашний микрореабилитационный центр», осуществляющей деятельность по оказанию социальных услуг семьям с детьми-инвалидами на дому.

Наиболее эффективным местом реабилитации детей-инвалидов является семья, как наиболее мягкий тип социального окружения ребёнка. Однако по отношению к ребёнку-инвалиду члены семьи иногда проявляют жесткость, кажущуюся им необходимой для выполнения родительских функций. Сопровождение семьи и ребёнка с особенностями развития в домашних условиях - это одна из новых форм работы с семьёй. Важнейшим механизмом этой помощи является «опора на ресурсы» семьи. При этом сама семья с ребёнком-инвалидом представляет собой сложную систему, «перегруженную» задачами, которые она решает в процессе развития ребёнка. Семья должна принимать ребёнка с нарушениями развития и начать функционировать с ним как одно системное целое. К тому же, она должна стать реабилитационным пространством для ребёнка с его нарушениями. На неё начинает оказывать влияние множество внешних факторов, с которыми раньше она не сталкивалась. В окружении семьи появляются новые люди (специалисты), она вынуждена выстраивать взаимодействие с различными учреждениями и службами. Изменяется ситуация в семье. Исходя из этого, мы считаем, что целью социально-психолого-педагогической помощи является оказание содействия семье в создании для ребёнка с инвалидностью благоприятных и безопасных условий жизнедеятельности, социализации, а также поддерживающей среды для самой семьи.

Семьи, воспитывающие детей-инвалидов, вынуждены решать все проблемы, связанные с инвалидностью (малообеспеченность, ограничение жизнедеятельности и т.д.), но добровольное согласие заниматься этими проблемами, отказываясь поместить ребёнка-инвалида в специализированное образовательное учреждение, разумеется, заслуживает одобрения. Трудности, связанные с воспитанием такого ребёнка, чрезвычайно велики,

так как учреждений, оказывающих родителям помощь в такой деятельности, пока недостаточно.

Поддержка и реабилитация самой семьи позволяет наиболее плодотворно социализировать ребёнка-инвалида. Необходимо определить перед ним и его семьей перспективы жизнеустройства. Это в свою очередь позволит не выпасть семье из общественной жизни и наиболее максимально быть полезными и востребованными социумом.

На решение обозначенных проблем и направлен комплексный проект поддержки семьи с детьми-инвалидами «Мы вместе».

Цель: психологическое сопровождение родителей детей-инвалидов и создание оптимальных условий для гармоничного развития их ребёнка путём проведения занятий по снятию тревожности, повышению психолого-педагогической и воспитательной компетентности родителей (лиц, их замещающих) в вопросах реабилитации детей-инвалидов.

Задачи:

- Учить родителей воспринимать ребёнка с особенностями развития как естественную реальность, учитывая при этом приоритет его интересов;
- Оказывать социальную, психологическую, педагогическую поддержку семьям, имеющим детей-инвалидов;
- Оптимизировать внутренние ресурсы семьи для воспитания ребёнка-инвалида, содействовать формированию благоприятного микроклимата в семейных отношениях;
- Научить родителей приёмам безоценочного, принимающего, демократического взаимодействия с детьми;
- Формировать интерес родителей к личностному развитию ребёнка.

Целевая группа: родители (лица, их замещающие), воспитывающие детей-инвалидов, обучающихся на дому.

Программа занятий «В помощь родителям особых детей» включает в себя 10 занятий с родителями (лицами, их замещающими). Продолжительность занятия 30-40 минут.

Ожидаемые результаты:

- Снижение напряжённости или тревоги родителя в отношении осуществляемой роли;
- Развитие ощущения самоконтроля и уверенности в своих ролевых обязанностях в связи с особенностями ребёнка;
- Осознание родителями направленности ролевого поведения, реализация цели в воспитательном процессе, с учётом особенностей ребёнка;

- Повышение самооценки родителей;
- Повышение психолого-педагогической компетентности родителей в тех вопросах, которые наиболее актуальны с точки зрения переживаемого детьми периода развития;

При реализации занятий используются такие техники работы, как:

- *изотерапия* (рисование красками, цветными карандашами, фломастерами);
 - *сказкотерапия* (зачитывание и проигрывание сказок, сочинение собственного продолжения сказки);
 - *мандалотерапия* (рисование в круге, раскрашивание мандал);
 - *музыкотерапия* (прослушивание различной музыки, использование релаксационной музыки на занятии);
 - *песочная терапия* (игры пальцами на песке, создание собственных картин на песке и т.д.).

Сроки реализации программы: программа рассчитана на 10 календарных месяцев, с периодичностью проведения занятий 1 раз в месяц.

Материально-техническое оснащение программы:

- Для реализации **изотерапии** – краски, карандаши, фломастеры, бумага (белая и цветная), ножницы;
- Для проведения **сказкотерапии** – тексты психотерапевтических сказок («Особенная мама», «Сказка про глухого волчонка, который любил слушать колыбельные», «Сказка про павлина-альбиноса», «Сказка про слепого медвежонка», «Сказка про слоника-карлика», «Колечко-кольцо», «Сказка про воробышка со сломанным крылом», и др.);
- Для реализации **мандалотерапии** – распечатанные мандалы, бумага, краски, карандаши, фломастеры;
- Для проведения **музыкотерапии** – электронный носитель с записями релаксационной музыки, наушники;
- Для реализации **песочной терапии** – планшет для рисования с песком.

Тематическое планирование

№ занятия	Программное содержание	Содержание занятия
Занятие 1	Установление контакта с родителями, снятие	1. Приветствие 2. Занятие с элементами

	психоэмоционального напряжения	изотерапии на расслабление 3. Рефлексия 4. Прощание
Занятие 2	Формирование/закрепление умения родителей замечать и принимать индивидуальные особенности ребёнка	1. Приветствие 2. Занятие с применением сказкотерапии 3. Рефлексия 4. Прощание
Занятие 3	Получение родителями информации о воспитании и развитии ребёнка, снятие эмоционального напряжения	1. Приветствие 2. Проведение необходимой консультации (по запросу) 3. Занятие с применением музыкотерапии на раскрытие внутреннего состояния 4. Рефлексия 5. Прощание
Занятие 4	Помощь в понимании родителями собственной важности в жизни ребёнка, преодолении пессимистических взглядов на будущее, снятие тревожности и страхов будущего	1. Приветствие 2. Занятие с применением сказкотерапии и элементами изотерапии 3. Рефлексия 4. Прощание
Занятие 5	Релаксационное занятие для погружения в собственные переживания, самоанализа, снятие стресса	1. Приветствие 2. Занятие с применением песочной терапии с элементами музыкотерапии 3. Рефлексия 4. Прощание
Занятие 6	Помощь в овладении родителями приёмами взаимодействия с ребёнком, содействие в осознании родителем важности понимания и принятия особенностей ребёнка, снятие психоэмоционального напряжения	1. Приветствие 2. Проведение необходимой консультации (по запросу) 3. Занятие с применением сказкотерапии (сочинение собственной концовки сказки) 4. Рефлексия

		5. Прощание
Занятие 7	Способствование раскрытию творческого потенциала родителя, снятие психоэмоционального напряжения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Занятие с применением музыкотерапии с элементами мандалотерапии (раскрашивание мандалы) 3. Рефлексия 4. Прощание
Занятие 8	Помощь в понимании перспектив развития ребёнка, формирование оптимистического настроения на будущее ребёнка, снятие тревожности	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Занятие с применением песочной терапии с элементами сказкотерапии 3. Рефлексия 4. Прощание
Занятие 9	Расширение у родителей знаний, касающихся игр, упражнений и других видов взаимодействия и развития детей; снятие психоэмоционального напряжения	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Проведение необходимой консультации (по запросу) 3. Занятие изотерапии с элементами музыкотерапии 4. Рефлексия 5. Прощание
Занятие 10	Закрепление у родителей знаний по взаимодействию с особенным ребёнком, способствование закреплению положительного отношения к будущему ребёнка и его осуществлению, фиксация положительного эмоционального состояния родителей	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Проведение необходимой консультации (по запросу) 3. Занятие с применением сказкотерапии и элементами изотерапии и музыкотерапии 4. Рефлексия 5. Подведение итогов 6. Прощание

Список литературы:

1. Арт-терапия в психологическом консультировании. Психодиагностика в арт-терапии. Искусствотерапия. Практикум по сказкотерапии (комплект из 4 книг) / М.В. Киселева и др. - М.: Речь, 2014. - 737 с.
2. Воронова А. Арт-терапия для детей и их родителей / Армине Воронова. - М.: Феникс, 2013. - 256 с.
3. Киселева, М.В. Арт-терапия в психологическом консультировании / М.В. Киселева. - М.: Речь, 2016. - 612 с.
4. Копытин А.И. Системная арт-терапия. СПб: Питер, 2001.
5. Ткачёва В.В. Психологическое изучение семей, воспитывающих детей с отклонениями в развитии. - М.: Изд-во "Психология", 2004 г.
6. Ткачёва В.В. Гармонизация внутрисемейных отношений: мама, папа, я – дружная семья. Практикум по формированию адекватных внутрисемейных отношений. М.: Изд-во «ГНОМ и Д», 2000.
7. Ткачёва В.В. Психокоррекционная работа с матерями, воспитывающими детей с отклонениями в развитии: практикум по формированию адекватных отношений.- М.: Гном-Пресс, 1999.
8. Ткачёва В.В. Технологии психологического изучения семей, воспитывающих детей с отклонениями в развитии. Психология, 2006 г.
9. Особенности детско-родительских отношений в семьях, воспитывающих ребенка с ограниченными возможностями здоровья. Гринина Е.С., Рудзинская Т.Ф. Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. 2016. Т. 5. № 2. С. 163-168.
10. Погосова Н.М. "Погружение в сказку. Сказотерапевтические программы". СПб: Речь, 2007.

**Программа по арт-терапии «Душевные краски» (для родителей,
воспитывающих детей-инвалидов)
(автор программы специалист по социальной работе отделения
социального обслуживания на дому «Домашний
микрореабилитационный центр» ОАУСО «Боровичский комплексный
центр социального обслуживания»
Иванова Татьяна Евгеньевна)**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Занятия, представленные в программе «Душевные краски», носят терапевтический характер и разработаны для специалистов, работающих с родителями детей с особенностями здоровья.

В последнее время специалистами социальной сферы особое внимание уделяется родителям, воспитывающих детей с особыми потребностями. Ребёнку с инвалидностью требуется постоянный уход и присмотр. В основном это ложится на плечи матерей, т.к. отцы в большинстве случаев являются основным источником финансирования семьи.

Особенности в развитии, психофизическое состояние ребёнка, отсутствие возможности снять эмоциональное напряжение и физическую нагрузку- часто являются стрессовыми факторами для организма, формируя негативный эмоциональный фон, страх, раздражительность, усталость. В результате у родителей появляется чувство вины, они теряют уверенность в себе, своей компетентности (как родителя), что приводит к депрессивному состоянию.

Занятия по изотерапии, представленные в данной программе, направлены на свободное самовыражение различными художественными средствами, формирование умения описать свои ощущения и чувства при создании изображения, мобилизовать внутренний потенциал положительными эмоциями, что даст возможность в последствии самостоятельно справляться с негативными эмоциональными переживаниями.

Психотерапевтическое свойство используемых упражнений состоит в естественном, бережном выражении накопленных отрицательных эмоций и видоизменение их в положительные. Программа подразумевает оказание психологической помощи; способствует внесению ясности в осознание собственного состояния; позволяет активизировать внутренние ресурсы.

ЦЕЛЬ ПРОГРАММЫ:

1. Оказание помощи в удовлетворении эмоциональных, духовных, социальных потребностей родителя, воспитывающего ребёнка с особенностями здоровья.

1. Помощь в осознании своих чувств, мыслей, в их выражении
2. Помощь в пополнении своих внутренних жизненных ресурсов.

ЗАДАЧИ

1. Развивать у родителей эмоциональную отзывчивость через проработку подавленных мыслей и эмоций.
2. Дать социально приемлемый выход чувствам.
3. Развивать умение соотносить содержание изображения с собственным опытом.
4. Формировать понятие о себе.
5. Повысить самооценку родителей.

ЦЕЛЕВАЯ АУДИТОРИЯ:

Родители, воспитывающие детей с ограниченными возможностями здоровья.

ФОРМА ПРОВЕДЕНИЯ: индивидуальная

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЗАНЯТИЯ: 30-40 минут

СРОКИ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ: цикл занятий рассчитан на 10 месяцев, 1 раз в месяц.

ОТЛИЧИТЕЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ:

Цикл занятий представляет собой синтез изотерапии, сказкотерапии, музыкальной терапий. Также в работе используются игры В. В. Воскобовича на основе материалов из методических рекомендаций С.В. Макушкиной «Умные игры в сказках для мам».

Занятия предполагают использование различных материалов, разных техник и методик. Материал, предложенный в программе, предполагает творческий подход специалиста, за которым сохраняется право изменения в компоновки и содержание тем.

РАЗДЕЛЫ ПРОГРАММЫ:

- анализ проблемной ситуации на настоящее время;
- использование изобразительных техник, позволяющих понять причину сложившейся ситуации на данный момент;
- мобилизация психо-эмоционального состояния женщины для нахождения ресурса и улучшения самочувствия на настоящее время.

СТРУКТУРА ЗАНЯТИЙ:

1. Организационная часть. Создание эмоционального настроения.
2. Основная часть. Выявление и анализ проблемной ситуации. Практическая работа (применение изобразительных техник).
3. Рефлексия. Итог. Беседа. Закрепление положительной эмоциональной окраски занятия.

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ:

Путём работы с различными творческими материалами, техниками и упражнениями изотерапии можно предположить, что родителям будет легче:

- осознавать своё эмоциональное состояние;
- снять напряжения в теле через выход своих накопившихся эмоций;
- найти выход из стрессовой ситуации через выражение своих чувств;
- избавиться от страха через умение справляться со своими переживаниями.

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№п/п	Название занятия	Цель занятия
1	«Рисование под музыку»	Свободное рисование под музыку помогает расслабиться, обрести комфортное состояние. Даёт свободу чувствам, эмоциям, интуиции. Через ритмичную мелодию, отсутствие определённых рамок помогает найти способ самовыражения через «путешествие» в глубину внутреннего «я».
2	Сказка «Гуси-Лебеди»	Понимание природы материнских страхов, принятие, помощь в преодолении. Снятие напряжения, тревожности.
3	«Марание»	Через свободное рисование в нетрадиционной технике (пальцами, ладонью, кулаками, подошвами) используя приятную музыкальную композицию, «снимаем» внутренние запреты, установки, помогаем актуализировать и выразить свои чувства, понять своё внутренне состояние, снять мышечное напряжение.
4	Сказка «Дюймовочка»	Разобраться как формируется жизненный путь ребёнка. Дать возможность понять и осознать возможные жизненные трудности и переживания ребёнка. Сформировать способность женщины к сопереживанию эмоционального мира ребёнка через проживание сказочного сюжета.

5	«Мой портрет»	Даёт возможность с помощью образов, которые интуитивны, и не зависят от социальных стереотипов, лучше узнать самого себя. Даёт возможность понимать свои потребности (право быть таким, как есть; право иметь свои потребности, и реализовывать их; право иметь свои границы; право любить и быть любимым.
6	Кляксография «Необычные приключения белого листа»	Помогает оживить изобразительный образ через использование силы выдоха, и выбор нужного направления. Используется при повышенной возбудимости, тревожности, эмоциональном выгорании.
7	Сказка «Гадкий утёнок»	Продолжать формировать способность у женщины к пониманию и чувствованию эмоционального мира ребёнка через проживание сказочного сюжета. Помочь осознать как важно для ребёнка «быть понятым и услышанным». Дать понятие «сильных крыльев».
8	«Лабиринты жизни»	Помогает разобраться в предпочтениях, желаниях, препятствиях. Даёт возможность понять что несёт в себе проблема, с которой женщина столкнулась в данный момент времени, увидеть ситуацию в целом, с высоты (над лабиринтом) и найти выход.
9	Сказка «Аленький цветочек»	С помощью сказки помочь осознать силу любви как великую целительную силу. Дать возможность ощутить все виды любви на себе, понять их, получить ресурс этой любви. Способствовать осознанию отношений между людьми.
10	«Мой пластилиновый образ» (архетипическая маска)	Используется для просмотра и пересмотра жизненной ситуации. Даёт возможность изменить базовую ценность в кризисной ситуации. Помогает отыскать ресурс.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ :

1. Бурно А.А., Бурно М.Е. «Терапия творческим рисунком. «М., 1990.
2. Молодой , Жукова И. И. «Изотерапия как действенный метод психотерапии «ученый, 2020.
3. Копытин А.И. « Диагностика в арттерапии. Метод «мандала». СПб., 2000.
4. С.В. Макушкина « Умные игры в сказках для мам», методические рекомендации, »Аргус СПб», 2012.

СОДЕРЖАНИЕ ЗАНЯТИЙ.

1. «РИСОВАНИЕ ПОД МУЗЫКУ»

Материал: бумага формата А4, А3, цветные карандаши, фломастеры, маркеры, восковые мелки, краски (любые), аудиозапись музыки.

Ход занятия:

-Организация. Изображаем всё, что хочется, абстрактно, пятнами, линиями, символами.

-Выполнение. Музыка подбираем в соответствии с поставленными задачами занятия. Дается время на погружение в музыку (можно использовать маску для сна для отключения зрительного компонента и полного расслабления). Различные формы рождаются и свободно выражаются, пока звучит музыка.

-Рефлексия. Итог. Обсуждаем чувства, настроение до работы. Описываем эмоции, родившиеся в процессе изображения. Набрасываем ассоциации по окончании работы.

2. СКАЗКА «ГУСИ-ЛЕБЕДИ»

Материал: развивающие игры В.В. Воскобовича: «Чудо-Крестики2», «Квадрат Воскобовича двухцветный», «Прозрачный квадрат», «Чудо-Соты1», раздаточные карточки с контурной схемой», книга с хорошими иллюстрациями, аудиозапись музыки.

Ход занятия:

-Организация. Знакомство со сказкотерапией. »Приглашение» в сказку.

-Выполнение. Воспроизведение сюжета сказки с применением сказкотерапевтических моментов и использование игр В.В. Воскобовича согласно задачам занятия.

-Рефлексия. Итог. Обсуждаем первые впечатления, чувства об услышанном произведении. Описываем пережитые эмоции во время процесса. Находим ресурс.

3. «МАРАНИЕ»

Материал: листы бумаги А3, А2, А1, краски(любые).

Ход занятия:

-Организация. Предлагаем нанести краску на лист бумаги необычным способом – разными частями рук или ног (по желанию).

-Выполнение. Выбираем комфортный цвет, наносим с помощью кисти, тампона или просто окунаем на выбранные части рук или ног. Формат бумаги выбираем в процессе занятия.

-Рефлексия. Итог. Рассматриваем полученные в процессе работы .Беседа об ощущениях в начале, в процессе и в конце работы. Анализируем мысли, чувства, ощущения. «Рисование под музыку»

4. «МОЙ ПОРТРЕТ»

Материал: бумага формата А5 (4 штуки), цветные карандаши, маркеры, фломастеры, цветная бумага, клей, ножницы.

Ход занятия:

-Организация. Изображаем на отдельно взятых листах бумаги, разными материалами четыре ассоциации: «Я– посуда», «Я – растение», «Я – оружие», «Я – украшение».

-Выполнение. Рисуем в любом порядке, как запомнилось, отозвалось.

- Рефлексия. Итог. Располагаем рисунки в порядке изображения. Вопросы: нравится ли вам; хочется внести изменения; какие чувства испытывали в процессе работы над образами; что было легко, а что сложно; что чувствуете. Если не комфортно смотреть на порядок изображений – меняем. Составляем рассказ по каждому изображению - что это за растение, где оно живет; какие ему необходимы условия, чем питается; многолетнее или однолетнее; для чего его посадили, кто посадил; выполняет ли он предназначенную функцию; откуда взялось это оружие, при каких обстоятельствах; кому принадлежит, как используется, как это происходит; где хранится; какова история происхождения этого украшения; каковы обстоятельства его приобретения; обыкновенное оно или уникальное; для чего используется, когда, и насколько часто, с какой целью, в каких обстоятельствах; есть ли на нём надписи, какие именно. Из придуманных рассказов составляем словесный портрет участницы, проясняем черты , желания, страхи, потребности.

5. СКАЗКА «ДЮЙМОВОЧКА»

Материал: развивающие игры В.В. Воскобовича: «Чудо-Соты 1», «Квадрат Воскобовича двухцветный», «Прозрачный квадрат», раздаточные карточки с контурными схемами, книга с иллюстрациями, аудиозапись музыки.

Ход занятия:

-Организация. «Приглашение» в сказку.

-Выполнение. Воспроизведение сюжета сказки с применением сказкотерапевтических моментов , аудиозаписи музыки, воссоздание образов сказочных героев при помощи карточек с контурными схемами и игр В. В. Воскобовича согласно задачам занятия.

-Рефлексия. Итог. Обсуждаем первые впечатления, чувства об услышанном произведении. Описываем пережитые эмоции во время процесса. Находим ресурс.

6. КЛЯКСОГРАФИЯ «НЕОБЫЧНЫЕ ПРИКЛЮЧЕНИЯ БЕЛОГО ЛИСТА»

Материал: бумага А4, акварель, трубочки для коктейля, фломастеры, маркеры, гелевые ручки.

Ход занятия:

-Организация. Сказка «Необычные приключения листа». Знакомство с предоставленными материалами и техникой работы (произвольное нанесение и выдувание на лист акварельных капель разного размера и цвета. Форма и размер кляксы будет зависеть от силы выдувания).

-Выполнение. В процессе слушания, обсуждения моментов сказки используя кисть и коктейльную трубочку выдуваем кляксы по всему листу.

-Рефлексия. Итог. Дорабатываем образ, рассмотрев с разных сторон получившееся изображение. Прислушиваемся к собственному состоянию, дыханию и составляем рассказ о своём изображении на основе собственных ощущений, впечатлений, воспоминаний. Прислушиваемся к себе- как изменилось собственное состояние, вспоминаем этапы работы: трудности, что понравилось, а что нет.

7. СКАЗКА «ГАДКИЙ УТЁНОК»

Материал: развивающие игры В.В. Воскобовича: «Чудо-Крестики 2», «Чудо-Соты1», «Прозрачный квадрат», змейка, книга с иллюстрациями, аудиозапись музыки, раздаточные карточки с контурными схемами.

Ход занятия:

-Организация. »Приглашение» в сказку.

-Выполнение. Воспроизведение сюжета сказки с применением сказкотерапевтических моментов, иллюстраций из книги, раздаточных карточек с контурными схемами, аудиозаписи музыки и игр В.В. Воскобовича согласно задачам занятия.

-Рефлексия. Итог. Обсуждаем первые впечатления, чувства об услышанном произведении. Описываем пережитые эмоции во время процесса. Находим ресурс.

8. «ЛАБИРИНТ ЖИЗНИ»

Материал: 1 вариант: бумага формата А5, А4, цветные карандаши, фломастеры, маркеры, восковые мелки.

2 вариант: картон и цветная бумага разной фактуры, старые журналы, клей ПВА, природный материал, обрезки кружева, тесьмы, бусины, пуговицы.

Ход занятия:

-Организация. Делаем чертёж лабиринта жизни на сегодняшний момент времени — вид сверху. По желанию участницы лабиринт можно создать с помощью коллажа или аппликации. Работу с лабиринтом выстраиваем в соответствии с запросом. Если сложно начать движение, это путешествие внутрь себя через «вход» в лабиринт, если трудно найти «выход» из лабиринта, ищем его.

-Выполнение. Продумываем размеры и цвет лабиринта. Находим месторасположение на листе, себя обозначаем точкой или любой фигурой (по желанию) любого цвета. Обозначаем местоположение (снаружи, или внутри лабиринта).

-Рефлексия. Итог. Специалист всегда находится снаружи лабиринта, женщина прислушивается к его голосу в процессе работы. Скорость движения определяется в процессе, каждый виток лабиринта направляет от периферии сознания к внутренней глубине, каждый поворот обозначает движение вовне, выход происходит уже в совершенно другой мир. Как только женщина понимает, что вышла из лабиринта, спрашиваем, что она чувствует, какие выводы сделала, находясь в лабиринте; что чувствовала, когда стояла у тупика, когда двигалась, поняла ли, что выход есть.

9. СКАЗКА «АЛЕНЬКИЙ ЦВЕТОЧЕК»

Материал: развивающие игры В.В. Воскобовича : «Чудо-Крестики2», «Прозрачный квадрат», карточки с контурными схемами, книга с иллюстрациями, аудиозапись музыки.

Ход занятия:

-Организация. »Приглашение» в сказку.


-Выполнение. Воспроизведение сюжета сказки с применением сказкотерапевтических моментов, иллюстраций из книги, раздаточных карточек с контурными схемами, аудиозаписи музыки и игр В.В. Воскобовича согласно задачам занятия.

-Рефлексия. Итог. Обсуждаем первые впечатления, чувства об услышанном произведении. Описываем пережитые эмоции во время процесса. Находим ресурс.

10. «МОЙ ПЛАСТИЛИНОВЫЙ ОБРАЗ»

Материал: стек, доска для лепки, скульптурный пластилин.

Ход занятия:



-Организация. В бессознательном заблокировано запретное, отторгнутое личностью, но в нём ещё много ресурсных составляющих эту личность. Предлагаем работу с архетипическими образами (амплуа), древними образами, ментальным источником. Выбираем одно, два слова для маски: великая жрица, ребенок, женщина, мать, тень, гадалка, старуха ,клоунесса, пустота, дракон, учительница, мудрец, лошадь, белая роза, цветок, жертва, странник, амазонка , пилигрим, отшельница, птица, сила, любовь, сострадание.

-Выполнение. Лепим маску.

-Рефлексия. Итог. Варианты заданий для масок: «Я себя такую не знаю», «Я себя такую боюсь», «Моя любимая маска», «Я не хочу, что бы меня такой видели», «Хочу, что бы видели меня такой», «Такую меня никто не знает». Используем озвучивание, написание текста от имени выбранного образа: «История моей жизни такова», «Я среди вас чувствую», «Я хочу». Представляем образ, взаимодействуя с одним или несколькими другими образами, с зеркалом, с маской. Информация поднимается из глубины, появляются нужные слова и запряжанные эмоции. Такая сила проживания вместе с персонажем этого опыта, перерастает в освоение этой силы, трансформацию, пересмотр жизненной ситуации, возможность изменить базовую ценность.

**Программа по арт-терапии «Мы вместе» (для детей-инвалидов)
(автор программы специалист по социальной работе отделения
социального обслуживания на дому «Домашний
микрореабилитационный центр» ОАУСО «Боровичский комплексный
центр социального обслуживания»
Иванова Татьяна Евгеньевна)**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В ОАУСО «Боровичский КЦСО» обращаются родители с детьми, испытывающими затруднения или не имеющими возможность посещать образовательные, культурные, социальные учреждения по причине физиологических особенностей, что вызывает проблемы в адаптации ребёнка с инвалидностью в обществе. Технологией на дому, альтернативной предоставлению услуг в полустационарной форме, является «Мобильная семейная арт-терапевтическая мастерская», направленная на создание благоприятных условий для адаптации и социализации детей с особенностями развития в домашних условиях.

Современные реалии ставят человеку особые условия: необходимость быть уверенным в себе, конкурентно способным, целеустремлённым, креативным. Поэтому освоение разнообразных художественных форм работы с различными по текстуре материалами не только обогащает сенсорный опыт, гармонизирует психоэмоциональное состояние, но и развивают двигательную деятельность, познавательную, волевую сферы. Заложенный в процессе занятий творческий подход к выполнению заданий в дальнейшем будет перенесён во все виды деятельности в жизни, а значит с учётом физиологических особенностей позволит включить ребёнка с особыми потребностями на доступном ему уровне в общественную деятельность, общение со сверстниками. Всё это окажет позитивное влияние на дальнейшую социализацию во взрослой жизни.

В основу программы «Мы вместе» вошли развивающие пособия, игры, различные терапевтические техники. Применение терапевтических технологий не имеет возрастных ограничений. Программа «Мы вместе» рассчитана на детей дошкольного и школьного возраста. Терапия ресурсна - развивая способность мыслить, даёт возможность ребёнку выразить свои представления о мире и о себе, аргументировать, размышлять, придумывать, планировать, вырабатывая стойкость к стрессовым ситуациям. Подростку программа помогает формировать позитивную Я-концепцию.

ОТЛИЧИТЕЛЬНАЯ ОСОБЕННОСТЬ:

При реализации программы используется синтез развивающих и терапевтических технологий -изотерапии, лепка, коллаж.

ОСНОВНОЙ ПРИНЦИП:

Программа «Мы вместе» это - единство развития познавательной, эмоционально-волевой сфер и формирования творческих способностей.

ЦЕЛЬ: гармонизация личности детей-инвалидов через раскрытие их творческого потенциала.

ЗАДАЧИ:

1. Создание благоприятных условий для развития социального и эмоционального интеллекта.
2. Осуществление терапевтическими техниками коррекции отклонений в развитии познавательной, эмоционально-волевых сферах.
3. Развитие художественно-творческих способностей в продуктивных видах детской деятельности.
4. Создание условий для реализации потребности в различных движениях, при этом обучение ребёнка контролю и координации собственных движений.
5. Развитие инициативы и самостоятельности в разных видах деятельности, умения делать выбор и нести ответственность за него.
6. Приобщение к элементарным общественным нормам и правилам взаимоотношений со взрослыми, а в последствии и со сверстниками.
7. Формирование представлений об окружающем мире (о семье, об обществе).
8. Развитие художественно-творческих способностей в продуктивных видах детской деятельности.
9. Развитие чувства собственной значимости.
10. Снятие физического и эмоционального напряжения.

ПРИНЦИП ПОСТРОЕНИЯ ЗАНЯТИЙ:

- учёт физиологических особенностей;
- доступность;
- последовательность и постепенность предлагаемых заданий;
- наглядность (показ-объяснение);
- активность (максимальное самостоятельное участие ребёнка в процессе)

ПРИНЦИПЫ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ:

- уважение и доверие
- ненасильственность общения
- включённость в рабочий процесс
- похвала и одобрение

ФОРМА ПРОВЕДЕНИЯ ЗАНЯТИЙ: индивидуальная

КОЛИЧЕСТВО ЗАНЯТИЙ: один раз в месяц на протяжении 10 месяцев.

ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ЗАНЯТИЙ: 20 -30 минут.

ОЖИДАЕМЫЙ РЕЗУЛЬТАТ

Предполагается, что включённые в программу развивающие игры, арт-технологии, применяемые на занятиях:

- дадут возможность ребёнку сформировать желание и умение самостоятельно действовать, исследовать, творить;
- повысят у ребенка уверенность в себе, снизят уровень тревожности, улучшат эмоциональный фон;
- помогут сформировать и усовершенствовать навык рефлексии, улучшить творческие способности у ребенка;
- по возможности помогут ребенку преодолеть страх и неуверенность в общении со сверстниками.

СТРУКТУРА ЗАНЯТИЙ.

1. РИТУАЛ ПРИВЕТСТВИЕ (мотивационно-побудительный ритуал)

Цель: создание атмосферы доверия и принятия.

- А) своеобразное движение руки, ноги, туловища;
- Б) коротенькое стихотворение с выполнением определённых движений;
- В) напевание мелодии, сопровождаемое определёнными движениями;
- Г) психологическое упражнение;

Ритуалы предлагаются специалистом и исполненный первый раз на первом занятии, неукоснительно выполняются каждую встречу, в последствии контроль за выполнением переходит ребёнку.

2. РАЗМИНОЧНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ (организационно-поисковая разминка)

Цель: воздействие на эмоциональное состояние, настраивать на продуктивную деятельность, снять эмоциональное возбуждение.

- А) развивающие игры;
- Б) пальчиковая гимнастика;
- В) динамическая пауза;
- Г) игры малой подвижности и средней подвижности;
- Д) физкультминутка;

Упражнение выбирается с учётом актуального состояния ребёнка, задач предстоящей деятельности, а также между отдельными упражнениями, в случае если есть необходимость изменить актуальное эмоциональное состояние ребёнка.

3.РЕАЛИЗАЦИЯ ТЕРАПЕВТИЧЕСКОЙ ТЕХНИКИ И ОБСУЖДЕНИЕ ПРОДУКТА

Цель зависит от темы и возрастных рамок ребёнка

- А) беседа;
- Б) арт- техника;
- В) сказкотерапия;
- Г) музыкальная терапия и т.д.

Подбор упражнений осуществляется с учётом коррекционно-развивающего комплекса, располагаются от сложного к простому (с учётом фактора утомления ребёнка).

4.РЕФЛЕКСИЯ ЗАНЯТИЯ

Цель: ретроспективная оценка: эмоциональная (понравилось-не понравилось, было хорошо- было плохо и почему).

Рефлексия только что прошедшего занятия предполагает, что дети сами или с помощью взрослого отвечают на вопрос «Зачем это нужно?», «Как это может помочь в жизни?», дают эмоциональную обратную связь.

5. ПРОЩАНИЕ (ритуал завершения занятия)

Аналогичен ритуалу приветствия. Постоянное повторение сформирует у ребёнка понимание об окончании занятия.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема	Практическая значимость	Содержание	Материал
1	Экспериментирование с цветом «Волшебные краски»	Обогатить сенсорные ощущения и тактильное восприятие. Формировать систему представлений об качествах окружающих предметов и их разнообразии. Формировать	Совместная деятельность: 1.Приветствие. 2.Разминочное упражнение: «Волшебный мешочек»: - определяем, называем предмет; -подбираем пары. 3.Реализация техники. Экспериментирова	Тканевой мешочек с природным материалом внутри (2 жёлудя, 2 шишки, 2 камешка, 2 веточки, 2 ракушки, 2 плода), гуашь «Гамма» 3

		<p>познавательные процессы. Познакомить и помочь освоить техники смешивания цветов.</p>	<p>ние с текстурами и цветом . Создание работы в абстрактной технике из полученных красок. Можно работать кистями, природным материалом, различными кусочками ткани, мятой бумагой, разными частями рук. Если ребёнок не против можно создать совместную картину. 4.Рефлексия: -Что больше всего понравилось при создании красок? -Какой цвет и с какой фактурой тебе понравился больше всего? Почему? -Какой цвет тебе создавать было не комфортно? Почему? -Что бы хотелось повторить? ***Созданные краски оставляем ребёнку предлагая самостоятельно из полученных красок (можно создать новые, не ограничиваясь 3 цветами) нарисовать</p>	<p>основных цвета, тарелки и ложки одноразовые, в небольшом количестве – мука, греча, рис, фасоль, соль, природный материал, кусочки поролона, различных тканей 10*10, клей ПВА, лист бумаги А2 или А3, влажные салфетки, кисти разного размера.</p>
--	--	---	---	--

			абстрактные композиции. 5.Прощание.	
2	Живопись разными частями рук (ног) «Четыре стихии- вода-огонь, земля-воздух».	Формировать целостное восприятие картины мира. Развивать творческое самовыражение . Формировать умение подходить осознанно к выбору.	Совместная деятельность: 1.Приветствие. 2.Разминочное упражнение: «Тактильный мешочек». -подбираем значение фактурным бочонкам; -находим пару (по желанию усложняем-применяем повязку) 3.Реализация техники: Абстрактное изображение природный стихий на отдельных листах бумаги под музыку используя различные техники создания изображения. (Специалист знакомит с техниками предлагая ребёнку выбрать самостоятельно «комфортную» для него) 4.Рефлексия. Рассматривание полученных работ. -Какая из работ тебе нравится	«Тактильный мешочек», «Гриб с винтом», природный материал, цв. бумага разной фактуры, клей ПВА, кисть, краски (любые), бумага А3 или А4 (4 листа), аудиозапись с релаксационной музыкой, влажные салфетки.

			<p>больше всего? Почему? -Какие затруднения ты испытывал? -Какую технику во время работы тебе хотелось бы повторить несколько раз? *** Уточняем, что бы ребёнку хотелось выполнить ещё раз, повторить или возможно объединить стихии создав один рисунок. Предлагаем воплотить свою задумку-желание чуть позже, самостоятельно</p> <p>5.Прощание.</p>	
3	<p>Монотопия «Цветные дожди»</p>	<p>Развивать световосприимчивость, вариативность мышления. Актуализировать чувства. Развивать мелкую моторику и точность движений.</p>	<p>Совместная деятельность: 1.Приветствие. 2.Разминочное упражнение: «Цветные таблички». -называем цвета; -находим пару; - «путаница» 3.Реализация техники: Рассматривание и обсуждение природного явления под музыку. Определяем какое</p>	<p>«Цветные таблички», краски (любые по запросу), кисть щетина №14 плоская, карандаши цветные акварельные, природный материал (кусочки веточек, семена, листья, сухоцветы и т.д.)</p>

		<p>фото, к какому музыкальному отрывку может принадлежать. Выясняем почему. Пробуем «изобразить звуки природных явлений с помощью ритма, «слиться» с музыкальным сопровождением, «примерить» на себя роль разного природного состояния. Если физиологические особенности ребёнка позволяют-можно протанцевать с помощью заранее обговоренных движений. Позже предлагается хаотично нанести краски на файл-вкладыш «не привязываясь» к определённому изображению. Затем переносим на бумагу с файла путём прижатия к поверхности красочным слоем. Следует обратить внимание как смешиваются, вливаются цвета, как меняется рисунок.</p>	<p>восковые мелки, фломастеры, файл-вкладыш 3-5 шт., фото с изображением природного явления-ливень, грибной дождь, гроза, 3-4 шт., аудиозапись дождя, бури, ливня, влажные салфетки.</p>
--	--	--	--

		<p>Определяем, что же получилось и дорисовываем любым представленными материалами до узнаваемого образа.</p> <p>Обязательно даём название нашей картине.</p> <p>Если ребёнок способен составить рассказ или несколько предложений-дополняем словесным описанием (Где, когда и как всё это произошло»)</p> <p>***Предлагаем самостоятельно понаблюдать за цветовой гаммой неба в разное время суток, погоду и попробовать воссоздать их на бумаге с помощью акварельных красок.</p> <p>4.Рефлексия: -Понравилась тебе твоя работа? Какой кусочек? Что больше всего тебя захватило во время работы? Есть ли у тебя желание повторить эту работу ещё раз?</p> <p>5.Прощание.</p>	
--	--	---	--


4	Плетение « Эко-коврик»	Способство- вать развитию наблюдательно- сти, концентрации внимания. Развивать мелкую моторику и осязание. Развивать навык исследовательс кой деятельности.	Совместная деятельность: 1.Приветствие. 2.Разминочное упражнение: «Сенсорная коробка» -исследование; -беседа по ощущениям; -сортировка по одному признаку; 3.Реализация техники: Вплетение выбранных компонентов в основу. ***Предложить самостоятельно закончить работу. 4.Рефлексия: -Что запомнилось на занятии больше всего? -Что вызывало затруднения? -Что бы хотелось повторить? 5.Прощание.	«Сенсорная коробка», природный материал: 2 ветки длиной 20-30 см, нитки «Ирис» любого цвета, сухоцвет, тонкие ветки разных пород деревьев, кусочки коры, древесные грибы, еловые шишки, подсушенные травы зверобоя, мяты, лаванды, мелисы (можно заменить на поздние осенние луговые травы; если у ребёнка аллергия – этот компонент не применяют), обрезки разного кружева, тесьмы, ниток для вязания,
---	---------------------------	---	--	---

				коктейльные трубочки, бечёвка разной толщины и цвета, перья.
5	Рисование по сырому «Зимние узоры»	<p>Формировать умение складывать квадратную форму по диагоналям, к центру, по средней линии. Формировать контроль и координацию собственных движений. Развивать навык Исследовательской деятельности применяя нетрадиционные техники рисования.</p>	<p>Совместная деятельность: 1.Приветствие. 2.Разминочное упражнение: Упражнение «Фонарики» -сортировка элементов игры по признаку (цвету, форме, размеру); 3.Реализация техники: Беседа о природном явлении- «морозные узоры». Рассматриваем фотографий. Выделяем общие признаки, элементы «узоров» на фотографиях. Знакомство и выполнение техники рисования по сырому. 4.Рефлексия: Какое впечатление у тебя осталось после просмотра фотографий ? Тебе понравилась твоя работа? Что было трудным для тебя? Почему? 5.Прощание.</p>	<p>Игра «Фонарики», 3-4 фотографии с изображением морозных узоров на окнах, бумага А3, А4, акварель, гуашь, цветные акварельные карандаши, заготовка оконной рамы, Кисти для рисования разного размера.</p>
6	Ткачество	Предоставить	Совместная	Упражнение

	<p>«Музыка зимы»</p>	<p>возможность реализовать потребность в различных движениях. Формировать навык контролировать умение координировать собственные движения. Познакомить с простым приёмом ткачества.</p>	<p>деятельность: 1.Приветствие. 2.Разминочное упражнение: «Ящик с тканью» -знакомство с видами ткани? -объединение по парам; -определение одинаковых на ощупь с завязанными глазами; 3.Реализация техники: Знакомство с технологией ткачества и создание музыкального инструмента с бубенцами; Исполнение знакомой новогодней песенки под аудиозапись. 4.Рефлексия: Что ты можешь сказать о созданном тобой инструменте? Что показалась самым трудным в создании? ***Предлагаю самостоятельно создать музыкальный «треугольник». 5.Прощание.</p>	<p>«Ящик с тканью», рогатина, маска для сна, шерстяные нитки для вязания 3 контрастных цветов, 3 небольших бубенчика или колокольчика , аудиозапись новогодней песни.</p>
7	Коллаж-пейзаж	Развивать	Совместная	Упражнение

	«Весна в лесу»	цветовосприятие. Развивать навык исследовательской деятельности, умение размышлять. Развивать обоняние, мелкую моторику осязание.	деятельность: 1.Приветствие. 2.Разминочное упражнение: упражнение «Цилиндры с запахом» -знакомство с запахами; -определение в пары; -определение в пары с завязанными глазами; -сопоставление запаха с изображением; 3.Реализация Техники: Беседа-рассматривание фотографий; Создание коллажа. 4.Рефлексия: Что больше всего тебе понравилось в твоей работе? Какие чувства она у тебя вызывает? С каким материалом тебе понравилось работать больше всего? Почему? Есть желание что-то изменить или добавить? 5.Прощание.	«Цилиндры с запахом», маска для сна, фото с изображением весеннего леса, картон цветной А4, клей ПВА, кисть клеевая, природный материал, вата или синтепон, ватные диски, тесто для лепки, гуашь, кисти для рисования, вода.
8	Создание портрета в технике пластилиновой	Развивать умение рассуждать, размышлять,	Совместная деятельность: 1.Приветствие. 2.Разминочное	Игра «Фонарики», карточка с контурным

<p>аппликации «Мой портрет»</p>	<p>аргументировать, планировать, сравнивать, анализировать. Развивать мелкую моторику рук и тактильные ощущения.</p>	<p>упражнение: Игра «Фонарики» -выложить образ девочки, мальчика опираясь на карточку с контурным изображением; -выложить образ девочки, мальчика по представлению; -называем характерные черты; 3.Реализация техники: Показ приёмов лепки: разминание (сжатие) -отрывание кусочков- скатывание в шарик -сплющивание -вытягивание Поэтапное создание под руководством специалиста собственного портрета используя знакомые приёмы лепки. 4.Рефлексия: Рассматриваем работу. Как ты думаешь какое настроение у твоего Деда Мороза? Почему? Что именно у тебя вызывало</p>	<p>изображение м, доска для лепки, влажные салфетки, тесто для лепки или восковой пластилин, основа- картон с нарисованным контуром человеческой рисунком 10*15 см, портретное фото людей.</p>
-------------------------------------	--	--	--

			<p>затруднения при работе пластилином? Какую деталь портрета тебе понравилось лепить больше всего? Почему? ***Предлагаю попробовать самостоятельно «нарисовать» портрет человека. 5.Прощание</p>	
9	<p>Вышивка «Тюльпан»</p>	<p>Совершенствовать умение рассуждать, размышлять, аргументировать, планировать. Развивать мелкую моторику рук и тактильные ощущения. Научить выполнять шов «вперёд иголка».</p>	<p>Совместная деятельность: 1.Приветствие. 2.Разминочное упражнение: Пальчиковая гимнастика «Приключения жука». 3.Реализация техники: после беседы-обсуждения для чего нужна вышивка, знакомства с видами стежков предлагаю выполнить простой геометрический узор стежком - «вперёд иголка». ***Предлагаю самостоятельно попробовать выполнить ещё один узор. Если ребёнок обращается за</p>	<p>Большая, круглая, деревянная бусина, основа-картон с проколотыми шилом отверстиями по контуру изображения цветка тюльпана , пластмассовая иголка с ниткой мулине, ножницы, фотографии с образцами вышивок,</p>

			<p>помощью корректирую.</p> <p>4.Рефлексия: Что мы сегодня выполняли на занятии? Что тебе понравилось больше всего?</p> <p>5.Прощание.</p>	
10	Интерьерное панно «В стране волшебных пуговиц»	<p>Совершенствовать точность движений.</p> <p>Развивать творческое мышление, глазомер, усидчивость, волевые качества, умение размышлять, аргументировать, планировать свои действия.</p> <p>Расширять и углублять представления об окружающем мире.</p>	<p>Совместная деятельность:</p> <p>1.Приветствие.</p> <p>2.Разминочное упражнение: Сортер «Пуговица» -разложить по цветам; -разложить по размерам; -работа с завязанными глазами;</p> <p>3.Реализация техники: Беседа о применении и функций пуговиц в быту.</p> <p>Сказкотерапевтический момент: «В стране волшебных пуговиц» Создание иллюстраций в технике- коллаж.</p> <p>4.Рефлексия: Что тебе понравилось на занятии? С какими трудностями ты столкнулся? Расскажи как смог</p>	<p>Пластиковая коробка с делениями, пуговицы двух размеров-большие и маленькие, двух контрастных цветов, картон упаковочный или бумага А4, цв. бумага, картон разной фактуры, клей ПВА, природный материал, окрашенная крупа, восковые мелки, краски, маркеры, фигурный дырокол.</p>

			преодолеть. 5.Прощание.	
--	--	--	----------------------------	--

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- 1.Копытин А.И. «Арт-терапия детей и подростков», Москва, «Когито-Центр», 2010.
- 2.Осорина М.В. « Секретный мир детей в пространстве мира взрослых», СПб,2007.
- 3.Аметова Л.А. «Формирование арт-терапевтической культуры младших школьников. Сам себе терапевт», Москва,2003.
- 4.Короткова Л.Д. «Арт-терапия для дошкольников и младшего школьного возраста», СПб, Речь-2001.