

Департамент образования и науки Курганской области  
Государственное бюджетное учреждение «Центр помощи детям»

ПРИНЯТА  
на заседании методического  
совета  
от « 29 » сентября 2017 г.  
Протокол № 4

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБУ «Центр помощи детям»  
Е.И. Саможена  
от « 29 » сентября 2017 г.  
Приказ № 39 от 29.09 2017 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
Социально-педагогической направленности  
«Цветная палитра»**

Возраст воспитанников: 4,5 - 10 лет  
Срок реализации: 1 год

**Составитель программы:**  
Камалова А.Р., педагог-психолог ГБУ «Центр помощи детям»

г. Курган, 2017 г.

**Рецензенты:**

Федорова Наталья Павловна, заведующая Центром ранней комплексной помощи ГБУ «Центр помощи детям»

**Паспорт программы**

Наименование программы	Программа дополнительного образования «Цветная палитра»
Составители программы	Камалова Альбина Ринатовна
Тип программы	Модифицированная дополнительная общеразвивающая программа
Направленность программы	Социально-педагогическая
Срок обучения	1 год
Категория участников	4, 5 - 10 лет
Цели программы	1. Устранение неэффективного психологического напряжения. 2. Формирование положительного образа Я и самооценки.
Задачи программы	<ul style="list-style-type: none"><li>• отреагирование актуальных состояний;</li><li>• снятие эмоционального напряжения;</li><li>• коррекция механизмов психологической защиты в виде демонстративности, негативизма, агрессии;</li><li>• коррекция тревожности, негативных установок, социальных барьеров;</li><li>• развитие чувства собственной значимости;</li><li>• формирование способов эффективного взаимодействия детей (умение договориться, уступить, сделать вклад в общее дело, увидеть успехи других, оценить свои достоинства);</li><li>• поощрение позитивных форм активности (творчества, инициативы в решении задач, сдерживания негативных реакций и др.);</li><li>• знакомство с основными эмоциями человека;</li><li>• развитие умения контролировать свои действия;</li><li>• развитие воображения.</li></ul>
Методы освоения содержания программы	<ul style="list-style-type: none"><li>• штриховка;</li><li>• каракули;</li><li>• монотипия;</li><li>• рисование на стекле;</li><li>• рисование пальцами;</li><li>• рисование сухими листьями, сыпучими материалами и продуктами;</li><li>• рисование предметами окружающего пространства;</li><li>• трёхмерные изображения из газет, фольги, слюды.</li></ul>
Форма организации деятельности воспитанников	Индивидуально-групповая
С какого года планируется реализация программы	с 2017 года

## Пояснительная записка

«Я хочу, чтобы мой ребёнок стал спокойнее, терпимее, покладистее. Я хочу, чтобы он слушался меня!» - примерно так звучат запросы родителей, когда они обращаются к психологу. Но чтобы поменялся ребенок, должен поменяться окружающий его маленький мир: отношение родителей и близких, занятия, привычки, правила. С помощью арт-терапии мир можно раскрасить по-новому и тем самым преобразить его жизнь.

Данная программа разработана для ребят, нуждающихся в помощи психолога. Участников программы не учат рисовать - смысл психологической арт-терапевтической работы в том, что дети получают возможность выразить себя, могут делать то, что в обычной жизни либо строго запрещено, либо неприемлемо.

Арт-терапия - метод, удивительным образом подходящий для работы с детьми. Говоря о самоисцеляющих процессах, происходящих с человеком в ходе арт-терапии, необходимо проанализировать условия, в которых эти процессы становятся естественными, спонтанными, идущими от природы человека, обусловленными его истинными побуждениями. Для этого нам надо вернуться в самое начало - к тому моменту, когда ребенок только начинает рисовать.

Развитие детского рисования разделяется на доизобразительный («период марания и каракулей») и собственно изобразительный периоды. Доизобразительный период начинается с того момента, когда случайные движения ребенка приводят к получению «следов», на которые малыш обращает внимание и затем пытается повторить. Пролился сок - его можно размазать по столу длинными полосками, к ложке прилипла каша - ею забавно размахивать, чтобы брызги маленькими и большими точками украшали салфетку. А потом малышу вкладывают в кулачок карандаш, и его «творчество» направляется на лист бумаги. Пока рисование представляет собой черканье и пачканье, а основной набор графических следов - случайные точки, штрихи, пятна. Несмотря на то, что набор способов рисования еще весьма скромнен, через них можно увидеть особенности конкретного ребенка, его предпочтения, темперамент.

На размышления наводят определения, включенные в «Словарь русского языка» Ожегова: «рисовать - изображать предметы на плоскости карандашом», «изобразить - воспроизвести в художественном образе». Вряд ли эти определения подойдут к тому маранию, которым занимается совсем маленький ребенок.

Ребенку вкладывают в кулачок фломастер, карандаш или ручку, редко - кисточку, и направляют детские манипуляции на получение изображений на листе бумаги. Какой бы след на ней ни остался (точки, закорючки, мазки), родители восхищаются своим чадом, умиляются его «творчеством». Пусть даже их малыш испачкает руки, лицо, одежду, стол и продлится это развлечение совсем недолго - происходящее будет принято близкими с одобрением, вызовет у них положительные эмоции. И еще родители ощутят удовлетворение: ведь они придумали замечательное занятие для ребенка, которое его развлекло и увлекло (а может, даже и развило! - именно к этому мамы любят прикладывать усилия). Значит, они хорошие, успешные родители.

Первые рисунки, независимо от их внешнего вида, часто сохраняются. Их показывают родственникам и друзьям. Рисунки ребенка более старшего возраста сохраняются в том случае, если они получились удачно, то есть аккуратно, относительно ровно и похоже на задуманное.

Дети растут, познают мир. Закономерно усложняются их рисунки - по форме, содержанию, композиции. В связи с ранним обучением ребенка навыкам изображения (в детском саду, дома) действия детей 1,5 - 2,5 лет часто являются повторением образца и воплощением замысла, который дает взрослый. Однако желание и инициатива нарисовать нечто, отличающееся (содержательно) от образца, сохраняются. Ориентировочно в 3 - 3,5 года возникает собственно изобразительный период развития рисования. Его условным началом является появление замысла рисунка. Сначала у ребенка рождается идея, за которой следует процесс рисования. Постепенно изменяется отношение ребенка к

своему рисунку, появляется критичность. Соответственно возрастает напряжение ребенка связанное с реакцией взрослого на продукт его деятельности, возрастает напряжение родителей, связанное с ожиданием успехов их чада. Эти изменения, кирпичик за кирпичиком, выстраивают стену самоограничения, создают основу для формирования механизмов психологической защиты.

Арт-терапия позволяет вернуть ребенка в ту атмосферу, которая окружала его в до-изобразительный период: безусловное принятие, признание достоинств, понимание потребностей. Возвращается ощущение успешности и значимости для окружающих его действий «я чего-то стою, что-то могу», «у меня есть способности», «я признан другими», «мое мнение учитывается», «я могу справляться с трудностями», «я не избегаю неудачи, а стремлюсь к успеху». В ходе взаимодействия с детьми ребенок меняет свои ожидания от социальных отношений: «я вижу успехи других детей», «мне легко общаться со взрослым», «меня понимают», «мне помогают, меня поддерживают». Поскольку контроль отсутствует, детям не приходится осваивать новые способы поведения, и на место утративших актуальность механизмов защиты приходит активность, обусловленная новыми установками: «я получаю удовольствие от творчества», «я соблюдаю правила, так как их нарушение мешает мне получать удовольствие от занятий». В процессе арт-терапии удовлетворяется актуальная потребность в признании, позитивном внимании, ощущении собственной успешности и значимости. Высвобождается психологическая энергия, которая обычно тратится ребенком на неэффективное напряжение. Ребенок начинает чувствовать себя спокойно, расслабляется. Демонстративность, негативизм, агрессия (формы психологической защиты) уступают место инициативности, творчеству. Созданная на базе ГБУ «Центр помощи детям» студия арт-терапии даёт возможность педагогу-психологу оказать необходимую психологическую поддержку детям в процессе их художественного самовыражения.

Программа «Цветная палитра» составлена для детей с искаженным, негативным представлением о себе, неадекватной самооценкой, повышенной тревожностью, страхами. Данная программа является модифицированной, поскольку разработана на основе авторской программы «Цветная палитра» Людмилы Мардер.

#### **Цель занятий:**

- устранение неэффективного психологического напряжения;
- формирование положительного образа Я и самооценки.

Программа направлена на решение следующих **задач**:

- отреагирование актуальных состояний;
- снятие эмоционального напряжения;
- коррекция механизмов психологической защиты в виде демонстративности, негативизма, агрессии;
- коррекция тревожности, негативных установок, социальных барьеров;
- развитие чувства собственной значимости;
- формирование способов эффективного взаимодействия детей (умение договориться, уступить, сделать вклад в общее дело, увидеть успехи других, оценить свои достоинства);
- поощрение позитивных форм активности (творчества, инициативы в решении задач, сдерживания негативных реакций и др.);
- знакомство с основными эмоциями человека;
- развитие умения контролировать свои действия;
- развитие воображения.

#### **Условия подбора техник и приёмов создания изображений:**

**Условие 1.** Техники и приёмы должны подбираться по принципу простоты и эффективности.

Ребенок не должен испытывать затруднения при создании изображения с помощью предлагаемой техники. Любые усилия в ходе работы должны быть интересны, оригинальны, приятны ребенку.

Сталкиваясь с трудностями, пусть даже мнимыми, дети реагируют привычным для них образом. Как правило, психологу приходится иметь дело с детьми, которые на препятствия реагируют разными формами защиты. Наличие трудностей любого плана - учебных, коммуникативных, эмоциональных, семейных, перед которыми ребенок чувствует себя слабым и незащищенным, когда-то спровоцировало появление проблем, с которыми внимательные родители впоследствии обратились к детскому психологу. Арт-терапия предполагает создание безопасных условий, способствующих самовыражению и спонтанной активности, вызывает новые способы активности и помогает их закрепить.

**Условие 2.** Интересными и привлекательными должны быть и процесс создания изображения, и результат.

Обе составляющие в равной мере ценны для ребенка, и это отвечает природе детского рисования, является его особенностью. Изобразительная техника не противоречит потребностям и возможностям детского возраста, если обладает указанной чертой. Создавать изображения в данной технике будет для ребенка так же естественно, как рисовать.

**Условие 3.** Изобразительные техники и способы должны быть **нетрадиционными**.

Во-первых, новые изобразительные способы мотивируют деятельность, направляют и удерживают внимание. Во-вторых, имеет значение получение ребенком необычного опыта. Раз опыт необычен, то при его приобретении снижается контроль сознания, ослабевают механизмы защиты. В таком изображении присутствует больше свободы самовыражения, а значит, неосознанной информации. Маленькие дети с удовольствием включаются в создание изображений необычным способом, например, с помощью сухих листьев или ниток.

Арсенал способов создания изображений широк: акватушь, рисование сыпучими продуктами или засушенными листьями, рисование пальцами и ладонями, пульверизатором и т.д. Немного фантазии, и на песке, приклеенном к бумаге, расцветут цветы, в воздух взлетит фейерверк из мелких бумажек, кляксы превратятся в бабочек, пятна краски - в невиданных животных. Ребята почувствуют свой успех, ведь они смогут победить злых чудовищ, сжечь свои страхи, помирить игрушки.

**Используемые методы и приёмы работы, изобразительные техники:** марания; штриховка; каракули; монотипия; рисование на стекле; рисование пальцами; рисование сухими листьями, сыпучими материалами и продуктами; рисование предметами окружающего пространства; трёхмерные изображения из газет, фольги, слюды.

**Преимущества арт-терапии перед другими формами психотерапевтической работы:**

- Арт-терапия не требует от человека каких-либо способностей к изобразительной деятельности или художественных навыков;
- Она является средством преимущественно невербального общения. Это делает ее особенно ценной для тех, кто затрудняется в словесном описании своих переживаний;
- Изобразительная деятельность является мощным средством раскрепощения и сближения людей. Это особенно ценно в ситуациях взаимного отчуждения, при затруднении в налаживании контактов;
- Продукты творчества способны рассказать о настроениях и мыслях человека, что позволяет использовать их в рамках психологической диагностики;
- Арт-терапия является средством свободного самовыражения, предполагает атмосферу доверия, терпимости и внимания к внутреннему миру человека;

- Арт-терапевтическая работа в большинстве случаев вызывает у людей положительные эмоции, помогает сформировать более активную творческую жизненную позицию;
- Арт-терапия основана на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов саморегуляции и исцеления. Она отвечает фундаментальной потребности в самоактуализации – раскрытии широкого спектра возможностей человека и утверждения им своего индивидуально неповторимого способа бытия в мире.

**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 воспитанников.** 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.

**Место проведения занятий:** оборудованное помещение, удобное для групповой работы.

**Количество занятий:** 10.

**Продолжительность:** 40 -80 минут.

**Частота встреч:** один раз в неделю.

**Правила проведения арт-занятий с дошкольниками и младшими школьниками:**

Для того чтобы арт-терапевтическая работа с дошкольниками и младшими школьниками имела успех, желательно соблюдать определенные правила. Они сформулированы с учётом возрастных особенностей детей и направлены на создание определенного психологического пространства.

**Правило 1.** Количество вводимых правил должно быть сведено к минимуму.

Необходимые правила должны быть сформулированы так, чтобы они воспринимались как естественная регуляция активности. Их основное назначение - ограничения, позволяющие психологически и физически обезопасить нахождение в одном пространстве нескольких детей.

Приведем примеры правил.

**Для игр в песочнице:**

- «Не кидаться песком в другого человека — ни намеренно, ни случайно».
- «Играть песком только в пределах песочницы».
- «Не разрушать, не портить, не изменять постройки других детей без их согласия».

**Для создания любого творческого продукта:**

«Все мы разные, каждый делает (рисует, придумывает, фантазирует, собирает) по-своему, поэтому у каждого получается что-то свое, непохожее на других».

«Каждый продукт творчества заслуживает уважения, так как в нем проявляется личность автора».

Последние правила присутствуют на занятиях все время. Могут меняться их формулировки, подбираться другие, сходные по смыслу, слова, однако суть не меняется. Они будут постоянно сопровождать детское творчество, отчасти имея характер прямого внушения.

**Правило 2.** Взрослый регулирует активность детей.

В связи с этим важно заранее определить:

- в какую оболочку поместить изобразительную технику, дабы создать первоначальный интерес к ней у детей (сюжет, тему);
- сколько времени предположительно будет затрачено на то или иное задание;
- что будет служить связкой между заданиями;
- как уменьшить статичность позы рисующих, когда и каким образом дети смогут двигаться, перемещаться;
- какими приёмами можно сохранить работоспособность детей с дефицитом внимания и расторможенностью;
- чем занять ребёнка, который раньше других выполнит задание;
- какие материалы могут понадобиться в процессе воплощения замысла по определённой теме.

**Правило 3.** Как можно меньше разговоров, занятия строятся на действии. Маленький ребёнок должен действовать, а взрослый создавать для этого условия.

Есть дети, у которых необходимость произносить фразы, облачать в слова чувства и мысли вызывает тревогу, вводит в замешательство или ступор, заставляет низко оценивать себя и свой потенциал. Изобразительные техники дают ребенку возможность говорить без слов: очень точно описывать свое состояние, отношение, мнение, желание, вспоминать случаи из жизни, сочинять рассказы. Ребенок, таким образом, напивается своей способностью высказываться: «Я могу говорить о непростых вещах, и меня понимают окружающие. Мне не надо торопиться с высказыванием. Мой рисунок - это постепенный рассказ или даже разговор». Со временем у ребенка расширяются представления о своих способностях, увеличивается арсенал используемых для воплощения идей средств. В том числе появляется готовность говорить вслух, сначала в виде спонтанных комментариев, а потом, параллельно с возрастающей уверенностью в уместности и со-

держательности словесных высказываний, в виде непосредственного речевого общения и самовыражения.

**Правило 4.** Содержание занятия, выбранная техника должны определять действия ребенка.

Это правило отражает недирективность стиля руководства детской активностью. Психолог не навязывает ребенку способы деятельности и поведения вопреки его желанию, однако изобразительные техники как часть психологического пространства арт-сессии подбираются таким образом, чтобы создавать необходимые условия для решения общих и индивидуальных коррекционных задач.

Так, при рисовании на стекле у детей часто происходит спонтанный переход к рисованию пальцами и ладонями, что является знаком максимального раскрепощения, ухода от давления социальных норм, снижения контроля. В таком состоянии ребенок способен прорисовать собственные переживания, являющиеся источником напряжения.

Зажатым детям подойдет рисование «по мокрому»: даже от легкого прикосновения на листе появится пушистая снежинка; неуверенный в своих изобразительных способностях ребенок согласится черкать линии, изображая лучи солнца.

Развивать самоконтроль расторможенных детей можно с помощью рисования в ограниченном пространстве или же по бумаге, к поверхности которой приклеен обычный речной песок. Ребенку в этих случаях приходится преодолевать неудобства, вызываемые в первом случае маленькой амплитудой, а во втором - сопротивлением поверхности листа, которая диктует определенный точечный способ нанесения краски, опять же предполагающий усиление контроля над своими движениями.

**Правило 5.** В ходе арт-сессии дошкольникам и младшим школьникам очень важно в полной мере напитаться **процессом** рисования.

Более важно не то, что ребенок создает в результате творчества, а то, что он приобретает в процессе творчества - новый субъективный опыт, опыт выражения индивидуальности, открытости, спонтанности, искренности. Возраст ребенка определяет его возможности осознавать собственные проблемы, обсуждать их со взрослым. Чем младше клиент арт-терапевта, тем в меньшей степени работа предполагает понимание и рефлекссию, чем он старше, тем больше специалист может опираться на осознание и обсуждение психологического материала. Детям-дошкольникам, в силу возрастных особенностей, трудно отрефлексировать эмоциональное содержание только что появившегося изображения, но полученный в ходе его создания опыт, пусть даже и не осознаваемый, складывается в копилку впечатлений, из которых развивается отношение к себе и окружающему миру, на основе которых рождаются реакции на различные ситуации.

Надо давать ребенку возможность создавать изображение определенным способом (техникой) до тех пор, пока он не удовлетворит свой интерес и желание (например, пока не скажет «Я всё!»). Это может длиться достаточно долго и, конечно, не одинаково у детей одной группы. Надо продумать, чем займутся те дети, которые закончат рисовать раньше.

**Правило 6.** Каждый ребёнок в **равной степени** должен получать свое конкретное количество внимания, **специфическое** коррекционное **воздействие**.

Как известно, детская группа является «ресурсным местом» для её участников, то есть даёт внутреннюю опору личности, служит источником уверенности и душевной силы. Однако таковой она становится, когда каждый ребенок удовлетворяет свои ожидания, связанные с группой в целом, отдельными ее членами и взрослым.

В одной группе собираются дети с разными проблемами. Если арт-терапевтическая работа проводится в городском психологическом центре, где группа организуется на основании личных обращений клиентов-родителей, то вместе могут оказаться дети и с яркими страхами, и с агрессивным поведением, и со школьной тревожностью, и с проблемами общения, и с детско-родительскими конфликтами. При такой разнообразии индивидуальных проблем детей выравнивает между собой подбор по одинаковому психологическому возрасту и приблизительно равному уровню интеллектуального развития. Группа

может быть и однополюс, и разнополюс. В дошкольном возрасте этот параметр имеет значительно меньшее значение, чем в более старшем. В школе легче подбирать детей со схожими проблемами и симптомами и организовывать «работу по теме».

В группе есть общие правила и нормы, но при этом для каждого ребенка намечается своя стратегия взаимодействия, определяются задачи индивидуальной коррекции: у одного ребенка следует провоцировать и поддерживать любую инициативу, другому - показывать наличие интересов других детей, третьему помочь проявить свои лучшие черты, чтобы вызвать интерес у сверстников, четвертого организовать так, чтобы он перестал быть помехой для окружающих детей, стал более автономным и т.д.

Группы желательно собирать небольшие по составу, 4-5 человек, чтобы можно было удерживать в поле зрения всех, отследить динамику развития, своевременно адаптировать пространство (содержание сессии, стиль и задачи взаимодействия, изотехники) под коррекционные потребности каждого конкретного ребёнка.

Несмотря на стремление выработать технологию арт-терапии с дошкольниками, психолог в любую минуту должен быть готов почувствовать, увидеть, понять ребенка и отодвинуть все правила, чтобы следовать за его уникальностью.

**Правило 7.** Условия должны «провоцировать» успешность ребенка. Проживание чувства собственного успеха является одним из ведущих механизмов коррекции.

Это правило, кроме подбора изобразительных техник и создания креативного пространства в арт-помещении, включает в себя построение определенного стиля коммуникации «Психолог - Ребенок» и «Психолог - Дети».

Случается, что, стараясь оказать ребенку психологическую поддержку, психолог бодрым голосом говорит: «Ну чего ты испугался, не бойся, ничего страшного не произошло!» От одной такой фразы невольно начинают от страха бегать мурашки.

Психолог должен уметь абстрагироваться от жалоб родителей или педагогов и смотреть на ребенка «чистым» взглядом, позволяющим видеть вполне нормальные черты в проблемном ребенке. Тем не менее, существуют конкретные способы общения с детьми, которые позволяют уведомить ребенка, что он понят, принимаем, его реакции естественны и имеют право на существование. С помощью данных способов происходит презентация ребенка таким, какой он есть, без учета его прошлого опыта истеричности, капризов, восприятия собственной порочности и т.д.

**Способы речевого взаимодействия психолога с проблемными детьми,** направленные на формирование доверия к группе, расширение позитивных представлений ребенка о себе и повышение самооценки:

- объяснение, комментирование деструктивных, неадекватных поступков или оценок ребенка другим детям;
- внешнее описание действий ребенка в позитивном ключе;
- называние известных качеств новым, позитивным, социально принимаемым словом.

Это вовсе не значит, что психолог поощряет деструктивные действия и негативные оценки ребёнка. Взрослый даёт новое название действию или характеру, за которым последует изменение содержания. Не «упрямый», а «настойчивый», не «психованный», а «эмоциональный», не «трусливый», а «осторожный». **Арт-процесс - это творческий процесс создания новых положительных качеств и перестройки отношения к имеющимся.**

### **Этапы групповой арт-терапевтической работы**

Арт-терапевтическая работа с детской группой проходит несколько этапов, каждый из которых имеет свои особенности. В таблице 1 описаны характеристики изменений поведения и аффективного реагирования детей, собранные в ходе проведения цикла занятий «Цветной мир». Смена этапов работы обусловлена задачами коррекции, из которых следует содержание заданий и приёмов, а также определённая стратегия психологического воздействия.

## Этапы групповой арт-терапевтической работы

Этапы работы	Оrientировочные номера	Характеристика этапа	Задачи этапа	Стратегия действий психолога
1. Этап «Ориентировки»	1	<p>Поведение детей сдержанное и напряженное. Если присутствие на занятии не идет вразрез с их желанием (т.е. либо была проведена предварительная беседа, показаны детские рисунки, вследствие чего возник интерес, либо ребенок не склонен к негативизму), дети стараются вести себя в соответствии с социальными нормами. В первую очередь они присматриваются ко взрослому, к его реакции на их действия и слова, примеривают свои возможности к предлагаемым заданиям. К окончанию занятия психологическое напряжение сильно уменьшается. У дошкольников и школьников с проблемами регуляторного плана увеличивается расторможенность, падает контроль поведения. Эмоциональное отношение детей к занятию либо совсем не выражается, либо проявляется очень слабо. Однако впечатления могут быть выгнаны на родителей.</p>	<p>Установление эмоционально-позитивного контакта с ребенком. Знакомство с участниками группы. Ориентировка ребенка в обстановке, правилах и нормах.</p>	<p>Психолог ведет себя одинаково со всеми детьми группы. Каждый ребенок получает равное количество участия и внимания, обращений по имени. Правила озвучиваются психологом по мере приближения к ним. Так, еще до начала рисования психолог обращает внимание детей на то, что все они разные (по-разному выглядят, имеют разные имена), поэтому во время изображения деятельности проговаривание правила «Каждый из нас рисует по-своему, непохоже на других...» звучит как логическое продолжение. Соответственно до работы в песочнице правила игры с песком не требуются.</p>
2. Этап «Эмоционального насыщения»	2-3	<p>Дети растормаживаются, ведут себя destructively. Они словно «захлебываются эмоциями». Могут быть следующие проявления: снижение контроля поведения, громкая речь, бурный смех, неустойчивое внимание, яркие эмоциональные реакции, хаотичные перемещения по комнате. После занятия ребенок перевозбужден, его трудно успокоить, увести из игровой комнаты, заставить одеваться. Обычно на этот этап уходит три занятия. К четвертой встрече поведение детей становится более спокойным.</p>	<p>Адаптация к групповым нормам. Установление первичных взаимоотношений. «Заражение», увлечение творчеством. Диагностика поведения ребенка.</p>	<p>Психолог объясняет, комментирует destructively, неадекватные поступки или реакции ребенка другим детям, дает описание действий ребенка в позитивном ключе, называет известные качества новым, позитивным, социально принимаемым именем (см. Правило 7). Например, неадекватный смех подносится как признак веселого нрава («Полина очень веселая, смешливая девочка»), истеричность - как черта ранимости («Денис - очень чуткий человек, переживает из-за не-</p>

Этапы работы	Ориенти ровоч- воч-	Характеристика этапа	Задачи этапа	Стратегия действий психолога
3. Этап «Объективации трудностей и их коррекции»	3-9	<p>На этом этапе происходит объективация и перестройка негативных стереотипов поведения. Под влиянием арт-среды ребенок может отказаться от старых стереотипов поведения и реагирования, механизмов психологической защиты, но еще не приобрести новые. В связи с этим повышается уязвимость детей, ранимость, имеют место конфликты, отрицательные оценки, недовольство действиями другого ребенка. Эти ситуации являются почвой для коррекционной работы. В них дети демонстрируют свое естественное поведение, установки; благодаря им психолог получает материал для изменений.</p>	<p>Диагностика поведения ребенка. Реализация общих и индивидуальных целей коррекционной работы.</p>	<p>На этом этапе особо важно комментировать детское поведение родителям - они должны понимать, что происходит их чадом, относиться адекватно. Имея в качестве психологического материала реальные проблемы детей, психолог получает возможность определять индивидуальные задачи коррекции и стратегии взаимодействия «Психолог - Ребенок» и «Дети - Ребенок».</p> <p>Дается альтернатива воплощению детской активности (энергии). Вместо дезорганизованных поведенческих актов она направляется или перенаправляется в творчество, в активность на листе бумаги.</p> <p>Для комментирования действий, эмоциональных реакций детей из словаря психолога убираются фразы с частицами «не» и «ни» («не бойся», «ничего страшного»), подбираются фразы с позитивным или нейтральным смыслом («но...</p>

Этапы работы	Оrientировочные номера	Характеристика этапа	Задачи этапа	Стратегия действий психолога
4. Этап «Обобщения и настраивания на оптимальное будущее»	9-10	<p>Как правило, это последние занятия цикла. В них делается акцент на взаимодействие детей, создаются оптимистичные установки. Действия дошкольников становятся целенаправленными, появляется самостоятельность в определении замыслов, способах их реализации. Поведение приобретает уверенность, эмоциональный баланс, уравновешивается, повышается уровень притязаний в творчестве. Настроение характеризуется устойчивым положительным фоном.</p>	<p>Обобщение и конкретизация сформированных в процессе коррекционной работы качеств и способов реагирования. Создание условий для их переноса в реальную жизнедеятельность.</p>	<p>Выделение на этом этапе одной завершающей стратегии скорее носит не временный, а обобщающий характер. Подключение родителей обеспечивает перенос личностных новообразований в семью, изменение детско-родительских отношений, определяет новую стратегию родительского поведения. В занятия включаются изобразительные техники, предполагающие получение положительных эмоций, переживание успеха, поднимающие настроение. Приветствуются шутки и юмор. Создается оптимистичный настрой на будущее (ребенок смеется, справится с возможными трудностями, он интересен и т.д.), обобщается индивидуальный опыт Я, то есть происходит заполнение чаши личностных ресурсов.</p>

### Структура занятия включает следующие элементы:

**1. Ритуал приветствия** позволяет ребёнку ощутить поддержку и принятие, признание сверстников и самооценку. Привлекает внимание детей, настраивает на деятельность, объединяет. Ритуал начала и окончания показывают зону действия групповых норм и правил.

**2. Настрой, разогрев** способствует появлению готовности к осуществлению творческой деятельности. Для того чтобы детей настроить на изобразительное творчество им в первую очередь предлагается почувствовать художественные материалы - попробовать разный нажим на грифель, амплитуду штрихов, направления линий, соотнести степень яркости и насыщенности цвета, - почувствовать как здесь и сейчас на листе появляются изображения.

**3. Основное содержание.** Эта часть посвящена созидательному творчеству. На каждом занятии воплощается свой образ, собирающий в себе ценные личностные качества.

**4. Любование детскими работами, нахождение образов, обозначение их ценности.** Эта часть занятия не выделяется в четко обозначенный во времени и пространстве этап, однако этот своеобразный ритуал очень важен с коррекционной точки зрения и является обязательным. Он проходит очень неформально. Дети создают изображения в собственном темпе и в то время, когда один ребенок продолжает с удовольствием творить, другой уже имеет перед глазами готовый продукт.

С искренним интересом и признанием принимать любое детское творение независимо от того, эстетично оно или содержательно оригинально или типично, - это одно из специфических умений арт-терапевта. Терапевтичность этого этапа занятия напрямую зависит от умения психолога увидеть, подметить, согласиться, подчеркнуть своеобразие изображения, тем самым опосредованно «подарить» ребенку его собственную индивидуальность как ценность.

**5. Итог занятия (ритуал окончания занятия):** отмечает границу креативного пространства, переключает на обычный режим жизни. К концу арт-сессии может наблюдаться свободное брожение детей. Кто-то уходит мыть руки, кисти, банки из-под воды, кто-то заканчивает рисунок, кто-то ищет место для своей работы, иногда даже за пределами арт-комнаты, если это позволяют условия, там его размещает и т.д. Далее следует общий итоговый сбор всех участников в традиционном месте, позволяющий вернуть детей в атмосферу и окончательно завершить арт-сессию, сделать акцент на чём-то особенно важном, с чем столкнулась группа, и что стало её достоянием в этот раз, дать оптимистическую установку на текущую неделю.

### Примерное оснащение помещения для занятий изотерапией

Материалы для создания изображений	Оборудование арт-комнаты
<ul style="list-style-type: none"><li>• гуашь, акварель</li><li>• бумага для рисования (формат А1–А4)</li><li>• обои в рулоне</li><li>• фломастеры, цветные карандаши, восковые мелки</li><li>• художественные и клеевые кисти (толстые, тонкие)</li><li>• тампоны, губки</li><li>• пластмассовые банки для воды</li><li>• цветная бумага, картон, ножницы</li><li>• клей ПВА, клей-карандаш, скотч</li><li>• степлер</li><li>• сыпучие материалы (крупы, сахар, соль)</li><li>• засушенные листья деревьев</li><li>• бросовый и природный материал</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• песочница</li><li>• толстое стекло (обработанный край) различного размера</li><li>• картонные рамки для картин</li><li>• место для выставки детских работ (например, прибитые к стенам рейки, в которые легко входят канцелярские гвоздики)</li><li>• планшеты</li><li>• магнитофон</li><li>• столы, стульчики, мольберты</li><li>• клеенки или другие покрытия для предохранения столов</li><li>• полотенца, салфетки</li><li>• тазик для мытья рук (если в комнате нет раковины)</li></ul>

- коктейльные соломинки
- «суровые» нитки

- ведро, тряпки, моющие средства, резиновые перчатки

## Ограничения и противопоказания

Противопоказаниями являются наличие у ребёнка аллергических реакций на изобразительные материалы, а также кожных заболеваний, при которых необходим ограниченный контакт с водой, химическими веществами. В случае работы психолога в психологическом центре (вне школы, где контакт с сотрудниками школы невозможен) не следует включать в группу детей, невротизированных школьной ситуацией (отношениями с педагогом, одноклассниками), поскольку это может усугубить ситуацию в классе.

### Взаимодействие с родителями детей, посещающих занятия арт-сессии

Необходимо проводить коррекцию родительских ожиданий от курса арт-терапии курса арт-терапии. Ребенок не поменяется сразу. Курс рассчитан на несколько недель. Изменения будут, но появятся не сразу. Как постепенно наматывался клубок проблемы, так же требуется время для того, чтобы его размотать.

Родители должны понять важное положение: чтобы решить проблему отношений, должен меняться не только ребенок, но и они сами. Если задачи психолога касаются только устранения неприятных фактов поведения, реагирования, отношения, коррекционная работа будет представлять собой устранение симптомов. На какой-то период родители и дети получают профессиональную психологическую поддержку, наполняют чашу своих ресурсов. Но причина проблемы, скорее всего, останется и будет заявлять о себе снова и снова.

Психолог, в свою очередь, должен понимать, чего хотят от него родители. Не забежать вперед, не навязывать свое мнение, не обвинять родителей в том, что отказываются прикладывать усилия и не видят глобальности проблемы. Их проблема именно та, с которой они обратились.

За несколько недель, пока длится курс групповой арт-терапии, ребенку оказывается психологическая поддержка, активизируется его позитивный потенциал, с другой стороны, благодаря беседам с психологом изменяется поведение родителей, которые начинают следовать новой стратегии поведения, оговоренной в ходе консультаций.

В сложных случаях семье предлагается посетить цикл занятий по оптимизации детско-родительских отношений. Усилия психолога направляются на то, чтобы семья смогла идти дальше самостоятельно, обрела силы для собственного маршрута.

Процесс психологического консультирования семьи имеет свои правила, последовательность, техники и пр. Мы работаем с ощущениями, чувствами, мнениями отдельных ее членов, отношениями между ними, историей семьи в целом. Поэтому остановимся подробнее на том, что же делать с родителями, пока проходит цикл арт-сессий с их детьми.

1. В самом начале арт-терапевтического цикла следует настраивать родителей на совместную работу. По возможности **наметить** стратегию общения с ребенком в семье. На этом этапе взрослому ещё сложно резко поменять видение ситуации в целом, свое поведение, мнение о ребенке. Но конкретные способы взаимодействия могут показать родителям, что успех в решении проблемы возможен и зависит от действий членов семьи. По сути, психолог помогает взрослым ощутить себя «хорошими родителями». Он поддерживает мать, отца, и у тех появляются силы не испытывать чувство вины или беспомощности, когда их ребенок невыносимо ведет себя.

2. Как можно конкретнее, простыми фразами объяснить, какая работа будет происходить с их ребенком в стенах психологического кабинета, какие задачи будут решаться, каким образом. Если надо, привести примеры. Главное - дать информацию понятно.

3. Регулярно давать родителям сведения о том, что происходит с ребенком на занятиях:

- какие чудесные творения исходят из его рук;
- что интересного он сказал, сделал, предложил;
- что нового появилось, раскрылось в их чаде,

- как он реагировал раньше, как реагирует сейчас;
- над чем еще предстоит работать;
- на что обратить внимание родителям дома и т.д.

Психологу желательно научиться рассказывать так, *чтобы ребенок удивлял* своих родителей. Это верный путь рождения нового интереса к родному человеку, который раньше беспокоил, утомлял, раздражал, злил, тревожил.

Рассказ о ребенке должен быть построен на рисунках, фактах поведения, высказываниях. «Посмотрите, что Саша создал! Андрей удивил всех... Наташа сегодня предложила рисовать... Всем это понравилось!» Не надо фантазировать и говорить о том, чего нет. Содержание занятия дает достаточно материала для презентации ребенка родителям. Психологу остается только подмечать этот материал.

Зачем это надо? В детском творчестве родителям легче «прочитать» неповторимость, индивидуальность ребенка. А значит, легче принять его особенности, отнестись к ним как к обычным нормальным или, наоборот, незаурядным, в хорошем смысле этого слова. Быть к ним терпеливыми, толерантными, открытыми.

4. Помогать родителям замечать положительные изменения, происходящие с их ребенком дома. Да, в силу разных причин родители не всегда замечают изменения. Отвечая на вопросы психолога, легче обратить внимание на желанные, греющие сердце эпизоды, моменты, периоды, тенденции. О чем спрашивать:

- о том, каким взрослые видят ребенка дома: какое у него настроение, поведение;
- как прожил неделю, было ли что-то, что огорчило или порадовало родителей;
- есть ли новости из школы, отзывы от учителей.

Если психологическая коррекция не свелась только к занятиям с детьми, а работа с родителями последовательна и систематична, у психолога увеличивается арсенал терапевтических средств, которыми можно воздействовать на улучшение ситуации.

Итак, родители (бабушки, дедушки, братья, сестры, родственники, друзья) привели детей к психологу и теперь ждут в коридоре окончания занятия. Взрослые, которым довелось выполнять ответственные задания транспортировать ребенка к психологу и обратно домой, должны быть готовы к тому, что ребята могут испачкать руки, лицо, одежду. Надо предупредить их о том, что **не следует просить ребенка не пачкаться** - это сильно тяготит детей, выстраивает барьеры активности, провоцирует чувство вины, так как ребенку практически невозможно сдержать обещание. **Родители не должны удрученно смотреть на своих детей после занятия**, старательно сдерживая сопротивление грязной одежде, рукам, лицу. Грязь не только неминуема, но порой и желательна.

Родители делятся с психологом, когда видят, что ребенок становится спокойнее, покладистее, в семье улучшается обстановка, дома все чаще царят мир, комфорт и душевный порядок. А ведь это так важно - знать, что ты действительно смог кому-то помочь!

### Оценка эффективности программы

На протяжении всего цикла арт-сессий возможен и необходим постоянный контроль изменений состояния ребенка. Для получения информации в динамике психолог может применять:

- наблюдение за поведением и аффективными реакциями ребенка;
- анализ продуктов детского творчества;
- психодиагностические методики и тесты.

Их использование можно сравнить с барометром - они помогают специалисту определять текущие задачи и прогнозировать будущее.

#### 1. Наблюдения

Психолог планирует параметры наблюдений за творческим процессом, имеющие значение для конкретной группы, конкретного ребенка. Параметры выбираются исходя из проблем, которые являются содержанием коррекционной работы.

Параметры наблюдений:

**Вовлеченность - дистанцированность**

Ребенок:

- соглашается на деятельность или отказывается;
- сохраняет интерес на протяжении всего занятия («погружение в работу») или его творческая деятельность непродолжительна;
- стремится работать на всем пространстве общего листа или предпочитает работать на собственной (ограниченной) территории;
- использует нетипичные средства для создания изображений, придумывает собственные способы рисования;
- проявляет активность или пассивность;
- быстро включается в творческий процесс или постепенно «раскачивается»;
- продолжает взаимодействие с изображением после окончания создания или отстраняется от него;
- имеет эмоциональный отклик на творчество или не выражает эмоционального отношения.

### **Расслабленность - напряженность**

Ребенок:

- проявляет спонтанность (переходит к другим способам, например, к рисованию пальцами или ладонями, рисованию на обратной стороне листа) или стереотипность поведения;
- демонстрирует широкую или ограниченную амплитуду изображающих действий;
- работает с желанием, увлеченно или по необходимости, следуя инструкции взрослого, под страхом наказания;
- проявляет экспрессивность или сдержанность при рисовании
- смешивает цвета непосредственно на поверхности изображения или на палитре;
- создает изображение молча или сопровождает творческий процесс спонтанными вокализациями, комментариями; речь плавная или беспокойная.

### **Групповой аспект**

Ребенок:

- проявляет или нет инициативу в установлении и продолжении контакта;
- продуцирует творческие идеи, которые члены группы поддерживают либо нет.
- учитывает или нет интересы других членов группы;
- обнаруживает независимость или полагается на других;
- какую стратегию взаимодействия использует;
- пытается ли вытеснить других (перемещается в пространство других детей, рисует поверх их изображений);
- забирает себе краски и другие изобразительные средства или пользуется тем, что оказывается доступным («по остаточному принципу»).

## **2. Анализ продуктов детского творчества**

В арсенале объектов для получения информации о динамике состояния ребенка имеются изображения двух категорий.

Во-первых для анализа можно использовать **детские работы - естественный продукт арт-сессий:**

- абстрактные рисунки: марания, каракули, штриховки; тематические рисунки: изображения людей, объектов, сюжетов; оттиски;
- аппликации из бумаги, сухих листьев, сыпучих материалов и продуктов; коллажи;
- скульптуры из глины, объёмные конструкции из газет и бросового материала.

Для анализа продуктов детского творчества также уместно определить параметры, по которым будет проходить их «прочитывание». Сравнение между собой работ одного ребенка дает информацию об изменениях, происходящих во внутреннем плане.

Параметры анализа:

- выбор средств для создания изображения (краска или простой карандаш, величина и формат листа, использование предметов окружающей обстановки);

- абстрактность или реалистичность изображения;
- размер изображения;
- расположение изображения или его элементов в пространстве (на листе, в помещении);
- заполненность или пустота изобразительного пространства;
- цветовое решение (сочетание цветов, цветовая многослойность, смешивание цветов);
- предпочтение цветов (психологическое значение);
- элементы изображений (их психологическое значение);
- повторяющиеся элементы;
- процессуальный анализ создания изображения: последовательность появления элементов, изменение изображения (смыывания, стирания, перерисовывания, исправления, добавления);
- нажим, продавливания на обратной стороне;
- наличие границ (контур, рамки, обрамляющей рисунок, черты, отделяющей пространство одного ребенка от другого);
- надписи как часть изображений;
- названия изображений;
- разработанность или схематичность образа;
- необычность, отличие от нормы, утрированность, диспропорциональность;
- количество созданных изображений (в рамках одного задания, одного занятия).

Перечисленные параметры были выделены на основании опыта занятий с детьми 4-10 лет.

Во-вторых, в содержание цикла арт-сессий включены специальные одинаковые задания-«маркеры», служащие своеобразными координатами, по которым затем выстраивается «график изменений», происходящих с ребенком. Для этой роли оптимально подходят рисуночные задания, так как результат их выполнения - рисунок - может быть сохранен, а впоследствии сравнен с новым рисунком по этому же заданию. Задания-«маркеры» не исключают терапевтических целей использования и выбираются из числа заданий личностной направленности. Таким маркером может служить прием раскрашивания силуэта человека или рисование настроений. Рисунки сравниваются по форме и содержанию, авторскому стилю, стратегии выполнения и состоянию ребенка во время рисования. Дополнительные сведения об авторе можно получить при интерпретации рисунков в соответствии с валидными критериями известных методик.

Эти рисуночные задания дают информацию не только психологу, но и самому ребенку. Выполняя одинаковые задания в разное время, и имея благодаря этому реальные продукты своего творчества прямо перед глазами, ребенок видит, как он меняется.

В качестве приема направленного получения информации детям предполагается сделать рисунок в круге, первый - в начале цикла занятий, а затем второй - в конце. Рисунок в круге отражает самость ребенка, в связи с чем интересно авторское отношение, точнее, предпочтение одного рисунка другому. После вопроса психолога «Какой рисунок для тебя важнее, ценнее?» ребенок делает выбор, который наряду с диагностическими данными помогает лучше разобраться во внутреннем мире ребенка. Желательно, но вовсе не обязательно, чтобы ребенок предпочел итоговый рисунок первоначальному. Содержание обоих рисунков анализируется в контексте того состояния, в котором они были созданы. Например, вполне может быть, что прохождение курса групповой арт-терапии обогатило (а значит - усложнило) отношение ребенка к себе, предыдущее же самовосприятие было более простым и привычным. В этом случае ребенок скорее выберет первый рисунок. Также имеет значение эстетическая сторона рисунка: первая работа может быть выполнена с большей аккуратностью и старанием, присущим тревожным детям, а вторая - в свободной манере, со спонтанным смешиванием красок, что никак не свойственно тревожности. В этом случае ребенок тоже может выбрать первый рисунок, одна-

ко анализ манеры рисования, названия рисунка, цветового решения, общего поведения, настроения может указывать на повышение уверенности, самопринятия и раскрепощение, а сделанный выбор расскажет о проявившейся склонности к эстетике, художественном вкусе. Ретроспективный анализ продуктов детского творчества в сочетании с наблюдениями психодиагностикой позволяет получить более многогранную информацию об индивидуальности ребёнка.

### 3. Психодиагностические методики и тесты

Оценка эффективности арт-сессии предусматривает собой систему психологической диагностики ребёнка (с 5 лет) в динамике развития его эмоционально-личностной сферы. До начала и в конце проведения занятий изучаются:

- особенности внутрисемейных отношений, восприятия и переживания отношений в семье по методике **«Рисунок семьи»** (В.Хьюлс, С.Кауфман, Н.Корман, Бернс, Т.Г.Хоментаскас, А.И.Захаров, Романова);

- уровень тревожности ребенка в типичных для него жизненных ситуациях, где соответствующее качество личности проявляется в наибольшей степени по методике **«Тест тревожности»** (Р.Тэмпл, В.Амен, М.Дорки);

- эмоциональное состояние ребенка, наличие агрессивности, ее направленность, интенсивность и т.д. по методике **«Кактус»** (Памфилова М.).

### Тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия	Количество часов	Формы работы, используемые методики
1	Рисуем настроение	1	Индивидуальная, групповая. -знакомство; -графическое задание «Лучи солнца»; -упражнение в парах «Портрет на полу»; -диагностическое задание «Цвета настроений». - подведение итогов занятия.
2	Грусть	1	Индивидуальная, групповая. -беседа на ковре; -графическое задание; -задание на адаптацию в пространстве комнаты; - диагностическое задание «Рисунок в круге»; - задания на создание ситуации успеха «Игры с сухими листьями»; -подведение итогов занятия.
3	Радость	1	Индивидуальная, групповая. -беседа на ковре; -графическое задание для совместного выполнения «Продолжи рисунок»; - задание на создание ситуации успеха «Колпачок клоуна»; - задание на отреагирование эмоций и снятие напряжения «Красивый рисунок»; -подведение итогов занятия.
4	Страх	1	Индивидуальная, групповая.

			<ul style="list-style-type: none"> <li>-беседа;</li> <li>-задание на создание ситуации успеха и отреагирование эмоций «Рисуем страшную маску»;</li> <li>-задание на отреагирование эмоций «Рисуем страхи»;</li> <li>-задание на снятие напряжения «Ритуал уничтожения страхов»;</li> <li>-подведение итогов занятия.</li> </ul>
5	Удивление	1	<p>Индивидуальная, групповая.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-задание «Продолжи рисунок»;</li> <li>-задание «Небо»;</li> <li>-задание на создание ситуации успеха «Новые планеты»;</li> <li>-творческое задание «Инопланетянин»;</li> <li>-задание «Карта звездного неба».</li> <li>-подведение итогов занятия.</li> </ul>
6	Злость	1	<p>Индивидуальная, групповая.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-беседа;</li> <li>-графическое задание «Продолжи рисунок»;</li> <li>-задание на демонстрацию индивидуального восприятия;</li> <li>-задание «Рисуем злость».</li> <li>-подведение итогов занятия.</li> </ul>
7	День рождения Газетного человека	1	<p>Индивидуальная, групповая.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-задание «Газетный человек»;</li> <li>-задание на снятие напряжения «Фейерверк»;</li> <li>-задание «Поздравление с Днем Рождения»;</li> <li>-подведение итогов занятия.</li> </ul>
8	Дракончики	1	<p>Индивидуальная, групповая.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-задание на снятие напряжения;</li> <li>-задание «Дома дракончиков»;</li> <li>-задание на создание ситуации успеха;</li> <li>-подведение итогов занятия.</li> </ul>
9	Необитаемый остров	1	<p>Индивидуальная, групповая.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-графическое задание «Волны»;</li> <li>-задание «Остров»;</li> <li>-задание на создание системы успеха;</li> <li>-подведение итогов занятия.</li> </ul>
10	Автопортреты	1	<p>Индивидуальная, групповая.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-диагностическое задание «Рисунок в кругу»;</li> <li>-творческое задание «Автопортрет»;</li> <li>-подведение итогов занятия.</li> </ul>
	<b>Итого</b>	10часов	

### **Планируемые результаты программы:**

- повышение уровня творческих способностей;
- осознание ценности собственной личности;
- формирование позитивного самоотношения;
- повышение уверенности в себе;
- снижение психоэмоционального напряжения, уровень агрессивности, демонстративности;
- формирование умение эффективно общаться с другими.

## **Содержание**

### **Занятие № 1. «Рисуем настроение»**

#### **1. Знакомство**

Первое занятие настраивает детей на последующие встречи, знакомит друг с другом и с правилами существования группы.

Ребята рассаживаются кружком на ковре (места заранее указаны подушками). Происходит ритуал знакомства. Для этого подойдут любые игры на установление контакта, запоминание имен. Например, «Снежный ком», «Поменяйтесь местами», «Поздороваемся коленками (ладошками и пр.)».

#### **2. Графическое задание «Лучи солнца»**

*Ведущий. Во время наших встреч мы будем много рисовать. Но я не стану учить вас, как в детском саду (школе). Просто будьте самими собой. Каждый из вас - солнце. Если у вас радостное настроение - от вас отходят радостные лучи, если грустное - грустные. Давайте нарисуем солнце, лучи которого грустят, удивляются, радуются, злятся.*

Это первое задание, оно настраивает детей на дальнейшую изобразительную деятельность, снимает напряжение от неизвестности. От центра листа к краям ребята наносят размашистые штрихи цветными карандашами или мелками. Психолог комментирует работу детей. Например: «Вот эти лучики чего-то очень сильно испугались - смотрите, какие они бледные; эти лучики, наверное, злятся, поэтому перечеркивают своих соседей; у этих лучей отличное настроение - они длинные, ярко-желтые».

Затем среди множества пиктограмм эмоций (нарисованных на вырезанных кружочках диаметром 5 см) каждый ребенок выбирает те, которые изображают его собственные. Несмотря на простоту и прямолинейность задание вызывает у детей эмоциональный отклик: они активно подбирают карточки, озвучивают выбор, действуют при этом весьма непосредственно. Пиктограммы наклеиваются на «лучи» таким образом, чтобы относящиеся к одному ребенку образовывали группу. В дальнейшем «солнце» можно будет использовать в качестве иллюстрации в беседах с родителями.

#### **3. Упражнение в парах «Портрет на полу»**

*Ведущий. Вы когда-нибудь рисовали свой портрет в полный рост? Может, у вас просто не было подходящего листа бумаги? Мы обойдемся без бумаги - будем рисовать мелом на полу!*

Дети разбиваются на пары (при нечетном количестве в пару включается взрослый). Каждый ребенок выбирает пространство пола, на котором хочет нарисовать себя. Первый ребенок из пары ложится, второй обводит его силуэт мелом, затем они меняются ролями. Когда контуры готовы, предлагается украсить собственный силуэт любыми деталями (можно пририсовать лицо, волосы, одежду, украсить рисунками), чтобы автопортрет получил законченный вид.

Как правило, в группе оказывается ребенок, который беспокоится о чистоте пола, интересуется, кто будет убирать и мыть комнату. Это связано с определенными личностными особенностями (тревожностью, страхами). Надо объяснить, что после занятия мел можно легко смыть мокрой тряпкой, и детям этого делать не придется.

С младшими школьниками это упражнение можно проводить, используя куски старых обоев и маркеры. В этом случае после завершения рисования автопортреты прикрепляются кнопками к стене. С дошкольниками автопортреты на обоях рисовать не рекомендуется, так как это займет значительно больше времени, вызовет утомление, интерес к работе может угаснуть. Это связано с тем, что, рисуя мелом, дети делают более широкие и сильные движения руками, нежели рисуя фломастерами, штрихи от мела более толстые, графика менее четкая; требования к качеству изображения мелом ниже и, как следствие, - сильнее эффект и больше удовольствие.

#### 4. Диагностическое задание «Цвета настроений»

*Ведущий. А какое бывает настроение у человека?*

*Каждый из вас попробует разукрасить силуэт человека теми красками, теми цветами, которыми можно передать настроение. Готовые силуэты уже есть (в том случае, если дети рисовали на обоях), выбирайте кисточку, открывайте гуашь и приступайте к рисованию.*

Во время рисования психолог обращает внимание детей на то, что все рисуют по-разному, так как все люди разные, каждый человек уникален, не похож на других.

Дети рисуют в разном темпе. Тому, кто заканчивает раньше, а потом и остальным, предлагается выбрать место в комнате, куда бы он хотел повесить свой рисунок. Взрослый помогает его крепить.

#### 5. Итог занятия

Все собираются на ковре, психолог делает акцент на успехах детей (на стенах новые рисунки, на полу - портреты).

Угадают ли родители автопортреты своих детей?

В комнату приглашаются взрослые, сопровождающие детей на занятия. Им демонстрируются меловые и гуашевые человечки, они определяют работы своих детей. Это носит диагностический характер, создает почву для интереса родителей к занятиям, к анализу продуктов детского творчества, дает информацию для дальнейших бесед.

### **Занятие № 2. «Грусть»**

#### 1. Беседа на ковре

*Ведущий. Во время наших встреч мы будем говорить о ваших чувствах и настроениях. Сегодня — о грусти. По вашему мнению, что такое «грусть»? Когда бывает грустно?*

*Изобразите лицо грустного человека. Найдите грустного человечка (рассматривание и выбор пиктограмм, озвучивание схемы мимики). Найдите грустное лицо среди этих фотографий. Почему грустит этот ребенок?*

#### 2. Графическое задание

*Ведущий. Нарисуйте что-нибудь грустное. Например, я бы нарисовала осенний листок, упавший с дерева. У меня этот листок вызывает грусть, так как напоминает о том, что лето закончилось и скоро наступят холода. Вы придумайте свой грустный рисунок, не повторяйте за мной. Пусть у каждого появится своя идея.*

Дети рисуют карандашами или фломастерами на листах А4, показывают и объясняют свои варианты «грустных рисунков».

#### 3. Задание на адаптацию в пространстве комнаты

*Ведущий. Постарайтесь найти в игровой комнате какие-нибудь грустные предметы или игрушки. Придумайте, почему они грустят или вызывают грусть у вас. Ваши мнения могут не совпадать. Один решит, что выбранный предмет очень грустный, а другой скажет, что ничего грустного в нем нет. У каждого свое мнение, давайте выслушаем все.*

Дети перемещаются по комнате, находят предметы и вновь собираются на ковре для показа и объяснения своего выбора. Психолог еще раз делает акцент на том, что мнения людей могут расходиться, потому что все люди разные, и это здорово.

#### 4. Диагностическое задание «Рисунок в круге»

Ребята рисуют мандалу «Грусть». Для этого надо подготовить ватманы А3, на которых простым карандашом нарисована окружность. Для рисования предлагается гуашь, акварель. Эти мандалы необходимо сохранить, так как на последнем занятии ребятам вторично будет предложено нарисовать рисунок в круге, но уже на свободную тему, и затем оба рисунка будут сравниваться. Дети сами выберут мандалу, которая им нравится больше.

5. Задания на создание ситуации успеха «Игры с сухими листьями»

*Ведущий. Осенний листопад часто наводит на грустные мысли, но сухие листья могут принести и много радости. Давайте поиграем с ними!*

«Листопад»

Взрослый встает на стульчик и с высоты поднятой руки отпускает лист падать. Дети по очереди ловят хаотично разлетающиеся, кружащиеся листья.

«Фейерверк»

*Ведущий. Набираем в пригоршни листья, подбрасываем над головой.*

«Рисуем листьями»

*Ведущий. А еще листьями можно рисовать. Я вас научу!*

Психолог демонстрирует технику создания изображения: выдавливая из тюбика клей ПВА, нанести на лист бумаги рисунок; набрать сухие листья, растереть между ладонями на мелкие частички, рассыпать над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхнуть. Процедура повторяется до достижения субъективного результата. Рисунку можно придумать название. Количество создаваемых «рисунков листьями» зависит от желания отдельного ребенка, при необходимости время занятия может быть продлено.

Первые две игры с листьями активизируют детей, возбуждают, третья успокаивает.

6. Итог занятия

Дети выбирают среди своих рисунков те, которые хотят оставить для выставки, прикрепляют к стенам или расставляют по пространству комнаты.

С детьми младшего школьного возраста можно проводить рефлексивный анализ рисунков, но его глубина должна соответствовать возможностям речевого развития. Для дошкольников такой анализ сложен, чаще всего они с ним не справляются, поэтому он специально не организуется (но бывают и индивидуальные исключения), чтобы дети не чувствовали своей неуспешности.

### **Занятие № 3. «Радость»**

1. Беседа на ковре

Традиционно занятие начинается с предложения взять подушки, сесть кружком на ковер, поздороваться, при желании рассказать о чем-нибудь важном или волнующем. В этот раз, зайдя в комнату, дети находят разноцветный клоунский колпак.

*Ведущий. Что это? Чье это? Какое настроение дарит людям обладатель этого колпака?*

*Найдите на картинке человечков, у которых такое настроение (работа с пиктограммами). Изобразите лицо радостного человека.*

2. Графическое задание для совместного выполнения «Продолжи рисунок»

*Ведущий. Давайте вместе нарисуем клоуна. У нас есть цветные карандаши и один на всех лист бумаги (формата не меньше А3). Чтобы каждый смог поучаствовать в изображении, будем рисовать по очереди. Рисуйте какой-то элемент и передавайте лист следующему.*

Психолог на этом этапе коррекции предлагает детям способ совместной работы (по очереди), регулирует баланс вклада в общий рисунок, отношения детей.

3. Задание на создание ситуации успеха «Колпачок клоуна»

*Ведущий. Я приготовила для вас сюрприз, с помощью которого вы сами на этом занятии станете клоунами.*

Взрослый выкладывает на середину ковра чемодан с нарядами, и ребята выбирают себе смешные наряды, придумывают аксессуары. Если костюм получился удобным и не

вызывает у ребенка дискомфорта, он с удовольствием останется в нем на протяжении всего занятия.

Затем ребята садятся за стол и получают заготовки колпачков (размер заготовки укладывается в формат А4). Они разукрашивают их гуашью (или чем захотят), после чего психолог скрепляет заготовку степлером — получается островерхий колпачок, так же степлером прикрепляет завязки. Надо помнить, что гуашь, наложенная толстым слоем, сохнет долго, поэтому понадобится время на высыхание колпачков перед тем, как ребята наденут их на голову. Этот момент необходимо предусмотреть и иметь варианты выхода из ситуации. Обычно ребята остаются в колпачках до конца занятия, некоторые уходят в них домой.

#### 4. Задание на отреагирование эмоций и снятие напряжения «Красивый рисунок»

*Ведущий. Вы стали клоунами и теперь сами можете создавать хорошее настроение. Вы радуетесь, когда у вас получаются красивые рисунки? Сейчас вам всем вместе предстоит сделать рисунок, посмотрев на который можно было бы сказать: «Красота!»*

Перед ребятами на стол выкладывается ватман А1, предоставляется возможность самим выбирать способы действия с гуашью (рисование кистью, губкой, пальцами и пр.). В процессе рисования детям приходится взаимодействовать, учиться уступать, учитывать интересы других, сдерживаться или, наоборот, быть активным. Психолог отслеживает и регулирует эти моменты. Процесс длится до тех пор, пока ребята не удовлетворят свои потребности в мазании, марании, смешивании красок.

Как правило, «красивый рисунок» у дошкольников не бывает объективно красивым, так как после смешения красок лист приобретает, например, грязно-серый или бурый цвет. Но этим можно ограничиться, так как сами дети своей работой довольны, она вызывает у них радость.

Младшим школьникам можно предложить второй этап рисования. Закончив «марания», дети отмывают руки и вновь собираются вокруг листа. Теперь им дается жесткая установка — украсить рисунок, сделать его действительно красивым. Для этого надо определить тот момент, когда внешний вид рисунка становится привлекательным, а лишние мазки могут его испортить. То есть надо сделать установку на самоконтроль. Обычно ребята успешно с этим справляются, если психолог в ходе рисования напоминает инструкцию, испытывают удовольствие от своих успехов.

#### 5. Итог занятия

См. занятие № 2.

### **Занятие № 4. «Страх»**

На занятии с дошкольниками используется игрушка Страшилка. Работая со школьниками, опосредовать взаимодействие с игрушкой нет необходимости.

В центральной части ковра кроме традиционных подушек разложены иллюстрации из журналов, на которых изображены явления или события, потенциально страшные для человека. У психолога на руке игрушка. На протяжении занятия психолог и дети общаются с ней.

#### 1. Беседа с детьми

*Ведущий. Страшилка хотел напугать детей и разбросал фотографии, на которых изображено то, чего можно испугаться. Давайте рассмотрим их и выберем те фотографии, на которых действительно есть что-то пугающее.*

*Найдите испуганного человечка (рассматривание и выбор пиктограмм, озвучивание схемы мимики). Изобразите лицо испуганного человека. Найдите испуганное лицо среди этих фотографий.*

2. Задание на создание ситуации успеха и отреагирование эмоций «Рисуем страшную маску»

*Ведущий. Давайте сами испугаем Страшилку. Нарисуем страшные маски, наденем их и прогоним Страшилку!*

вызывает у ребенка дискомфорта, он с удовольствием останется в нем на протяжении всего занятия.

Затем ребята садятся за стол и получают заготовки колпачков (размер заготовки укладывается в формат А4). Они разукрашивают их гуашью (или чем захотят), после чего психолог скрепляет заготовку степлером — получается островерхий колпачок, так же степлером прикрепляет завязки. Надо помнить, что гуашь, наложенная толстым слоем, сохнет долго, поэтому понадобится время на высыхание колпачков перед тем, как ребята наденут их на голову. Этот момент необходимо предусмотреть и иметь варианты выхода из ситуации. Обычно ребята остаются в колпачках до конца занятия, некоторые уходят в них домой.

#### 4. Задание на отреагирование эмоций и снятие напряжения «Красивый рисунок»

*Ведущий. Вы стали клоунами и теперь сами можете создавать хорошее настроение. Вы радуетесь, когда у вас получаются красивые рисунки? Сейчас вам всем вместе предстоит сделать рисунок, посмотрев на который можно было бы сказать: «Красота!»*

Перед ребятами на стол выкладывается ватман А1, предоставляется возможность самим выбирать способы действия с гуашью (рисование кистью, губкой, пальцами и пр.). В процессе рисования детям приходится взаимодействовать, учиться уступать, учитывать интересы других, сдерживаться или, наоборот, быть активным. Психолог отслеживает и регулирует эти моменты. Процесс длится до тех пор, пока ребята не удовлетворят свои потребности в мазании, мараении, смешивании красок.

Как правило, «красивый рисунок» у дошкольников не бывает объективно красивым, так как после смешения красок лист приобретает, например, грязно-серый или бурый цвет. Но этим можно ограничиться, так как сами дети своей работой довольны, она вызывает у них радость.

Младшим школьникам можно предложить второй этап рисования. Закончив «мараения», дети отмывают руки и вновь собираются вокруг листа. Теперь им дается жесткая установка — украсить рисунок, сделать его действительно красивым. Для этого надо определить тот момент, когда внешний вид рисунка становится привлекательным, а лишние мазки могут его испортить. То есть надо сделать установку на самоконтроль. Обычно ребята успешно с этим справляются, если психолог в ходе рисования напоминает инструкцию, испытывают удовольствие от своих успехов.

#### 5. Итог занятия

См. занятие № 2.

### **Занятие № 4. «Страх»**

На занятии с дошкольниками используется игрушка Страшилка. Работая со школьниками, опосредовать взаимодействие с игрушкой нет необходимости.

В центральной части ковра кроме традиционных подушек разложены иллюстрации из журналов, на которых изображены явления или события, потенциально страшные для человека. У психолога на руке игрушка. На протяжении занятия психолог и дети общаются с ней.

#### 1. Беседа с детьми

*Ведущий. Страшилка хотел напугать детей и разбросал фотографии, на которых изображено то, чего можно испугаться. Давайте рассмотрим их и выберем те фотографии, на которых действительно есть что-то пугающее.*

*Найдите испуганного человечка (рассматривание и выбор пиктограмм, озвучивание схемы мимики). Изобразите лицо испуганного человека. Найдите испуганное лицо среди этих фотографий.*

2. Задание на создание ситуации успеха и отреагирование эмоций «Рисуем страшную маску»

*Ведущий. Давайте сами испугаем Страшилку. Нарисуем страшные маски, наденем их и прогоним Страшилку!*

Для работы могут потребоваться любые изобразительные средства по выбору детей (гуашь, акварель, фломастеры, мелки) и бумага А4. Чтобы получилась действительно маска, для младших детей можно обозначить на листе контур (круг, овал), ориентируясь на который они смогут нарисовать маску нужного размера.

По окончании рисования лишнюю бумагу надо вырезать ножницами или оборвать по контуру маски, проделать глаза, рот (вырезать или прорвать). Маска с рваными краями получается особенно впечатляющей. Детям помладше помогает взрослый. С левого и правого боков маски на скотч крепятся веревочки. Теперь маска готова к примерке!

Дети надевают маски, им дается возможность сначала «покривляться» перед зеркалом и «попугать» друг друга (а детям этого непременно захочется). Психолог отслеживает момент, когда дети уже слишком расшалились, и в это время направляет их энергию на Страшилку. Игрушка «пугается» и исчезает из комнаты. Дети переключаются на следующее задание.

### 3. Задание на отреагирование эмоций «Рисуем страхи»

*Ведущий. Вы победили Страшилку, и теперь у вас есть силы, чтобы победить свои страхи. Первый шаг к победе над страхом вы сделаете, если нарисуете его.*

Понадобится бумага А4, фломастеры, карандаши. Часто дети выражают желание рисовать красками. Иногда задание вызывает сопротивление. Если ребенок убеждает, что не боится ничего, предложите ему нарисовать то, чего боятся другие люди.

Стимулом к рисованию зачастую служит дальнейший «ритуал уничтожения страхов». И те дети, которые до этого отказывались рисовать, активно подключаются к остальным.

### 4. Задания на снятие напряжения «Ритуал уничтожения страхов»

По ходу рисования и по его окончании происходит работа с рисунком по методике А.И. Захарова. Детям особенно нравится, когда рисунки рвутся на мелкие кусочки и сжигаются. Для этого надо иметь термостойкую емкость для сжигания бумаги, подставку под горячее, спички, кувшин с водой. Со школьниками можно устроить маленький костерчик на улице.

Ритуал уничтожения страхов увлекает детей. Они начинают рисовать страхи еще и еще. Некоторые дети сильно возбуждаются, топчут рисунки ногами, кричат, бранятся. Не надо им запрещать делать это, но важно следить, чтобы они никому не мешали и не заражали этим остальных детей. Необходимо позитивно прокомментировать эти действия другим детям, чтобы избежать шуток или недоумения, например: «Денис нашел свой способ победы над страхом, когда он закончит свой ритуал, он к нам вернется». Обычно после таких действий происходит разрядка, и начиная со следующего занятия поведение этих детей постепенно меняется в конструктивную сторону, становится значительно спокойнее.

### 5. Итог занятия

Дети и психолог собираются на ковре, берутся за руки, произносят слова позитивной установки, например: «Мы можем победить страх!».

## **Занятие № 5. «Удивление»**

Занятие по мотивам космических путешествий. Скорее всего, школьники уже читали фантастические рассказы или смотрели фильмы о полетах в другие галактики. Им можно предложить стать космическими создателями новых миров. Дошкольники приглашаются в космическое путешествие, в котором будут часто удивляться (находим пиктограмму удивления). Для начала надо сделать космический корабль.

1. Графическое задание для совместного выполнения «Продолжи рисунок» (См. занятие № 3.)

Расположившись на ковре, фломастерами, мелками или карандашами дети рисуют космический аппарат. Психологом поощряются технические «изыски» и фантазия.

2. Мотивирующее задание «Небо»

Теперь необходимо нарисовать космическое небо, в которое отправятся путешественники. Его можно сделать, например, пульверизатором с синей краской на ватмане А1. Дети по очереди брызгают из пульверизатора и до поры оставляют сохнуть.

Вроде задание нехитрое — побрызгать краской. Однако этот процесс требует умения выполнять действия по очереди, вовремя остановиться, чтобы капли на листе не превратились в лужу, удержать в поле внимания весь лист, дабы наносить краску ровно по всей поверхности. Это задание хорошо иллюстрирует, как с помощью несложных упражнений можно решать различные задачи, главное — увидеть потенциал подбираемого задания.

3. Задание на создание ситуации успеха  
«Новые планеты»

*Ведущий. Представим, что мы летим уже долго и наконец подлетаем к новой, еще не открытой планете. Какая она? Как выглядит?*

Каждый человек представляет себе новую планету по-своему. Перейдя за столы, дети начинают создавать собственную планету с помощью сыпучих продуктов (разных круп, сахара, соли) и клея ПВА. Аналогичный способ использовался на занятии № 2 при рисовании сухими листьями. Работа выглядит более эффектно, если для основы используется цветной картон. Обращая внимание на фантазии каждого из детей, психолог делает акцент на удивлении, которое возникает при взгляде на них.

4. Индивидуальное творческое задание «Инопланетяне»

*Ведущий. Если на вашей планете есть жизнь, как выглядят ее обитатели? Где они живут? Чем питаются? Какие по характеру?*

С помощью ковровиновой мозаики (или другим способом) ребята изображают «инопланетян», особенности их жизни. Школьники могут описать подробности, представить свои работы. Опять акцент на удивлении как реакции на необычное, неожиданное.

5. Задание для совместного выполнения «Карта звездного неба»

*Ведущий. Путешествие в глубины космоса подходит к концу. Нам необходимо сделать карту звездного неба, нанести на нее новые планеты и наш маршрут, чтобы другие космические путешественники узнали о совершенных нами открытиях.*

На ватмане с нанесенным набрызгом продолжаем рисовать «космическую карту»: ребята должны договориться, кто из них будет рисовать звезды, кто — солнце, планеты, другие космические тела. Обычно обсуждение проходит бурно, почему-то многим хочется рисовать одно и то же. Регулируя отношения, у дошкольников можно принять вариант двух солнц или чего-то подобного (и психолог может дать этому явлению объяснение, например — будто дети пролетали несколько галактик), дети же школьного возраста должны постараться договориться. Хотя вариант их собственного объяснения также может быть уместен. В завершение поверх «карты» пунктирными линиями прокладывается маршрут полета.

6. Итог занятия

См. занятие № 2.

## **Занятие № 6. «Злость»**

1. Беседа с детьми

Расположившись на ковре, дети узнают, что в этот раз разговор пойдет о злости.

*Ведущий. По вашему мнению, что такое «злость»? Из-за чего люди злятся? В чем разница между злым и разозлившимся человеком?*

2. Графическое задание

*Ведущий. Представьте себе, что ваши карандаши перессорились. Выберите цвет и нарисуйте «злые» линии.*

Можно рисовать сразу двумя руками — ведь в ссоре участвуют как минимум двое: линии будут пересекаться, сталкиваться, образовывать ломаные линии, петли.

3. Продолжение беседы

*Ведущий. Найдите разозлившегося человечка (рассматривание и выбор пиктограмм, озвучивание схемы мимики). Изобразите лицо разозлившегося человека. Найдите разозлившегося ребенка среди этих фотографий. Почему он злится? Из-за чего бывает, что злитесь вы?*

*На что похожа злость? Какая бывает злость?*

Психолог предлагает рассмотреть карточки со схематическим изображением кошки, динозавра, молнии, открытой консервной банки, шестеренок, змеи. Дети выбирают ту, на которую похожа их злость (на которую похожи они, когда злятся).

4. Задание на демонстрацию индивидуальности восприятия

*Ведущий. У нас с вами есть очень много рисунков. Давайте разложим их на три части — на те, которые вам кажутся «злыми», «радостными», и остальные.*

Очень эффектный прием. За все время арт-работы с детьми накапливается множество рисунков. Одни были оставлены из-за их красоты или оригинальности, с другими были связаны интересные истории, третьи принадлежат детям, которые еще находятся в процессе терапии. Оставлять все это богатство лежать «мертвым грузом» — непозволительная роскошь. Как известно, рассматривание продуктов творчества имеет хороший терапевтический потенциал. Рисунки других детей близки по опыту и манере изображения присутствующим на занятии. Знание, что это рисунки ровесников, дает им свободу критиковать, иронизировать, скептически оценивать, то есть быть естественными в своих оценках. Таким образом снимаются социальные маски, дети становятся восприимчивыми к психологическому воздействию.

Независимо от содержания и цветовой гаммы одни и те же рисунки воспринимаются детьми по-разному — психолог обращает на это внимание ребят. При сортировке в категорию «злые», как правило, попадает значительно больше рисунков, нежели в другие две. Когда деление на части заканчивается, «злые» рисунки равномерно раскладываются по ковру, вокруг расставляются стулья. Сняв обувь, дети встают на стулья и рассматривают получившийся коллаж. Каждому предлагается придумать для него свое название.

5. Задания на снятие эмоционального напряжения «Рисуем злость»

*Ведущий. Теперь вы будете рисовать сами.*

Детям предлагается работать в технике «монотипия» — нанесение рисунка для последующего создания оттиска. Однако традиционный вариант у дошкольников и младших школьников трансформируется. Ребят захватывает сам процесс рисования на стекле: гуашь (именно ее свойства лучше всего подходят для рисования по стеклу) скользит мягко, ее можно размазывать, так как она долго не высыхает. Как правило, кто-нибудь выливает на стекло много воды, гоняет ее из стороны в сторону, собирает губкой, смешивает с краской и т.д. Такое «мазание» очень характерно для детей данного возраста, имеющих проблемы эмоционально-личностного характера. В данном случае психолог следит, чтобы действия ребенка не мешали другим членам группы.

Детям нравится рисовать на стекле большого размера — есть где развернуться. Прямо в процессе рисования стекло можно промыть мокрой губкой, нанести новый рисунок, снова смыть (так и поступают реактивные и тревожные дети).

Для создания оттиска на этом занятии каждому дается только один лист (А3), и ребенок сам решает, в какой момент его сделать. Ребята обязательно просят дать им еще бумаги для следующих оттисков. Вместо этого им предлагается использовать выданный лист и накладывать оттиски один на другой. Каждый раз изображение меняется, и опять ребенок сам решает, когда полученное изображение удовлетворит его эстетические притязания.

Рисование продолжается до тех пор, пока дети не удовлетворят свое желание действовать с красками.

6. Итог занятия

См. занятие № 2.

## Занятие № 7. «День рождения газетного человека»

### 1. Задание на конструирование

Занятие покажет, насколько дети способны взаимодействовать, объединяться для решения общих задач, договариваться. Группа собирается на ковре, и психолог предлагает детям сделать человечка из газет (спасибо издателям рекламы) и скотча.

Вначале детям дается простая инструкция: «Сегодня мы все вместе будем делать Газетного человека».

Само по себе задание интересно детям, поэтому дополнительной мотивации не требуется. Взрослый демонстрирует способ выполнения работы: комкает газеты для придания задуманной формы, обматывает их скотчем. После показа проходит распределение обязанностей (один делает голову, другой туловище и т.д.). Психолог выступает в роли активного помощника. Очень важно не предлагать готовый способ создания элемента, а поощрять инициативу ребенка, указывать ему на его «идеи», успехи. Газетного человека можно украсить цветной бумагой, любым бросовым материалом, сделать ему лицо, уши, пальцы и пр., придумать имя, с которым согласятся все члены группы, если это коллективная работа.

Воплощая образ (когда задуманный, а когда и спонтанный), ребенок вкладывает в него свои силы, идеи, наделяет характером, особенностями. Работая над созданием куклы, дети обращаются к своему образу Я. Важно, чтобы ребенок был удовлетворен работой, и в этой связи задачей психолога становится формирование у ребенка положительного эмоционального отклика, коррекция негативных переживаний. Для этого психолог может более активно подключиться к работе над создаваемой поделкой, ненавязчиво давать советы, направлять ход работы.

Есть отличия в качестве конструкций дошкольников 4,5–5,5 лет и младших школьников. Маленькие дети придумывают поделки менее масштабные по форме, часто плоскостные и хрупкие, небольшого размера, менее детализированные, но не уступающие поделкам школьников по содержанию, то есть по творческой идее. Обычно дети этого возраста делают много несложных по изготовлению объектов. Работы дошкольников 6–7 лет близки по качеству работам учащихся начальной школы. Отличия состоят в направленности на детализацию поделки первыми и воплощение оригинальных идей вторыми.

Дети создают не только человечков. На моих занятиях ребята делали трехголового дракона, с крыльями и длинным хвостом (сразу троим захотелось делать голову, и дракон был компромиссом — получилось здорово!), Смерть с косой, лыжников на лыжах и с лыжными палками, всевозможное оружие, принцесс и др. — в зависимости от возраста детей. Идеи детей обязательно принимаются, оказывается помощь в их реализации.

### 2. Задания на снятие напряжения «Фейерверк»

У газетного человека сегодня первый день рождения, и в его честь устраивается фейерверк. Для этого используются коктейльные соломинки, бумага А3, акварель. Психолог капают на лист бумаги капли разбавленной акварели, дети, поднеся к ним соломинки, раздувают цветную воду в разные стороны (техника описана в книге «Веселое рождение»). Это забавное рисование, оно и используется для того, чтобы порадовать ребят. Однако нежелательно играть с капельками дольше 3–5 минут, так как от старательного выдувания воздуха через соломинки может закружиться голова.

### 3. Задание «Поздравления с днем рождения»

Последняя часть занятия может иметь различные варианты. Их выбор определяется количеством оставшегося времени, направлением развития сюжета, особенностями созданных детьми поделок. Хочется отметить, что предлагаемые варианты не равноценны по терапевтическому воздействию. Первый больше подходит для работы с детьми постарше, второй и третий — с детьми помладше, хотя это деление условно.

Вариант 1. Творческий процесс может сильно захватить детей, и из их рук начнут выходить новые и новые поделки. Если в результате их получилось много, можно устроить импровизированный мини-спектакль с участием всех героев. Несколько минут уходит

на подготовку, согласование сюжета (каждый хочет придумать свой и быть главным), и после этого показ. Психолог может исполнять роль зрителя и читать слова «от автора». Постановок может быть несколько, тогда каждый ребенок проиграет задуманную роль.

Вариант 2. На праздник в честь дня рождения могут прийти всевозможные гости. Например, так: ребята гуашью или акварелью разукрасят свои ладошки или боковые стороны ладоней, сделают на листе (не меньше А2) отпечатки. Если детей не сильно захватит процесс разукрашивания рук и рисования ладонями, можно предложить дорисовать «гостей» (обвести контуры, сделать им ножки, усики, глазки и пр.).

Вариант 3. Можно сделать подарки «новорожденному», приготовить праздничный обед (вылепить в песочнице куличики, пирожки, другие блюда, там же «сервировать стол»). Затем устраивается торжественное поздравление с добрыми пожеланиями и пожеланиями того, что не должно случиться с человечком.

4. Итог занятия См. занятие № 2.

### **Занятие № 8. «Дракончики»**

1. Задание на перевоплощение, снятие эмоционального напряжения

На этом занятии психолог предлагает ребятам превратиться в дракончиков.

Ребята располагаются около зеркал и на свой вкус разукрашивают лица в виде мордочек драконов. Для этого лучше всего подойдет акварель, так как она хорошо смывается водой и мылом. Необходимо иметь чистое полотенце, а также, на всякий случай, детское косметическое молочко, вату. Встречаются дети, которые из-за своих психологических особенностей отказываются наносить краску на лицо. Им надо дополнительно сказать, что акварель легко смывается, поэтому расписываем лица именно этой краской, что имеется хорошее мыло и специально приготовленное чистое полотенце (можно показать), и в конце занятия все ребята тщательно умоются, домой пойдут чистыми, без следов краски.

Если взрослый сам для показа разукрашивает свое лицо, детям легче начать действовать. Обычная первая реакция — смешки, переглядывания. Но затем дети активно включаются в процесс, порой с увлечением закрашивая все лицо и кисти рук. За три года работы встретился только один ребенок, который наотрез отказался наносить краску на лицо (гиперсоциальное, эгоцентрическое воспитание, невротические реакции в виде рвоты и истерик, конфликты в семье, отказ от общения с детьми). Однако в ходе выполнения следующего задания его руки случайно испачкались, и психологом это было подано как все-таки случившееся превращение в дракончика, ребенок был счастлив и горд своим смелым поступком.

Создавая условия для свободных действий, мы помогаем детям избавляться от обременяющих их базовых запретов.

2. Задание для совместного выполнения «Дома дракончиков»

*Ведущий. Дракончики живут в круглых норках.*

На бумаге формата не меньше чем А1 ребятам предлагается рисовать круги. Прием «Рисуем круги» взят из книги Л.Д. Лебедевой («Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. — СПб.: Речь, 2003. — С. 106–115). Адаптирован для детей 4,5–9 лет:

- Сначала дети рисуют круги по всей площади листа, закрашивают их, выбирая любые цвета.

- Затем им предлагается провести дорожки между этими «норками», чтобы дракончики могли по ним гулять и ходить друг к другу в гости.

- Норки, а также пространство между ними и дорожками украшают, рисуют травку, кустики и пр.

Комментарии к приему подробно описаны в книге.

3. Задание на создание ситуации успеха

*Ведущий. У дракончиков много друзей — других дракончиков и всевозможных существ.*

Дети конструируют их из геометрических фигур (овалов, кругов размером 4–6 см) с помощью степлера, придумывают названия. Будьте осторожны: обращение со степлером требует аккуратности.

#### 4. Итог занятия

Дракончики снова превращаются в детей (умываются). Далее — см. занятие № 2.

### **Занятие № 9. «Необитаемый остров»**

#### 1. Графическое задание «Волны»

Традиционно занятие начинается с общего сбора на ковре. Психолог предлагает детям представить, что они попали на необитаемый остров. Школьникам можно напомнить сюжет, придуманный Жюлем Верном, обсудить, какие предметы (и как) оказались на острове вместе с путешественниками.

На общем листе, карандашами или мелками, дети рисуют волны, которые омывают остров. Штриховка может передавать характер разных волн: во время шторма, штиля.

#### 2. Задание для совместного выполнения

##### «Остров»

Эта часть занятия имеет отличия для дошкольников и школьников. Первые строят остров в песочнице. Вторые рисуют его на листе ватмана. На острове необходимо продумать и создать удобные условия для жизни: жилье, продукты питания и способ их добытия, защита от нападений, средства коммуникации. Школьники могут пойти дальше и придумать развитие жизни на острове — обмен и торговлю, производство товаров, электричества и пр.

Выполнение заданий проходит весьма бурно. У детей много энергии уходит на раздел территории, споры по поводу содержания рисунков. Однако на этом этапе коррекции они конструктивны и легко регулируются, особенно у школьников. Ребята получают удовольствие от взаимодействия, от своей способности выдвигать ценные идеи, от общего результата.

Когда создание острова подходит к концу, компания отправляется на прогулку. Дети ходят по игровой комнате и придумывают, что изображают предметы мебели: например, стеллаж — гора, столы — дремучий лес и т.д. Неожиданно им встречается испытание — на детей надвигается огромный паук. Победить его можно «камнями», сделанными из газетной бумаги. Дети сминают газеты в комки и закидывают ими паука. Победа!

#### 3. Задание на создание ситуации успеха

*Ведущий. Мы создали на острове все необходимое для жизни. Давайте теперь украсим его — пусть на нем расцветут прекрасные цветы, полетят бабочки.*

С помощью техники «монотипия», которую в данном применении еще называют кляксографией, дети создают цветы (наносят кляксы около сгиба бумаги А5, складывают бумагу, проглаживают, делают оттиск). Ребятам нравится эта техника, и они делают кляксы снова и снова. Надо заранее позаботиться о достаточном количестве бумаги.

Получившиеся рисунки становятся украшением острова. Взрослый и дети развешивают, раскладывают «цветы» по всему пространству игровой.

#### 4. Итог занятия

См. занятие № 2.

### **Занятие № 10. «Автопортреты»**

Данное занятие является последним в цикле, дети знают об этом заранее.

#### 1. Диагностическое задание «Рисунок в круге»

Так же как на втором занятии, ребята разукрашивают круги. Новые рисунки сравниваются с нарисованными раньше. Дети выбирают, какой их них нравится им больше — первый или второй.

Более позитивным является выбор рисунка, выполненного на данном занятии. Это указывает на то, что за период встреч у ребенка усилилось самопринятие.

#### 2. Творческое задание «Автопортрет»

*Ведущий. Сегодня последнее занятие. Очень хочется, чтобы на память о наших встречах в игровой комнате остались ваши портреты.*

Предлагается воспользоваться техникой коллажа. В качестве материалов подойдут детские и подростковые журналы. В них много фотографий и иллюстраций из популярных фильмов, комиксов. Ребята сами выбирают и вырезают для своего портрета глаза, нос, рот и любые другие части. Приклеивают к основе, для завершения образа дорисовывают фломастерами или красками.

Часто дети создают коллажи, которые можно назвать «образным портретом». Имеется в виду, что на них присутствуют машины, боксерские перчатки, игрушки и другие элементы, с помощью которых ребенок воплощает свой образ Я, украшает себя, делает сильнее, интереснее.

Затем традиционно устраивается выставка. По окончании занятий ее смогут посетить родители.

### 3. Итог занятия

Итог занятия должен логично завершить цикл встреч. Несмотря на то что содержание занятий повторяется в работе со всеми группами, каждая из них обладает уникальностью и собственной психологической атмосферой. В связи с этим трудно унифицировать последнюю церемонию. В зависимости от степени развития отношений между детьми можно выбрать один из вариантов:

- торжественно вручить детям дипломы, в которых перечислены их сильные качества, продемонстрированные за период встреч;
- придумать сюрприз: например, детям очень нравится видеоролик о создании рисунков с помощью песка;
- по предварительной договоренности подготовить чаепитие.

## Список используемой литературы

1. Копытин, А. И. Арт-терапия – новые горизонты [Текст] / А.И.Копытин.- М.:Когито-центр, 2006. - 336 с.
3. Копытин, А.И. Теория и практика арт-терапии [Текст] / А.И.Копытин. – СПб.:Питер, 2002.- 359 с.
4. Лебедева, Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий [Текст] / Л.Д.Лебедева.- СПб.:Речь, 2003.-256 с.
5. Программа арт-терапевтических занятий с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей [Текст] / И.А. Подольская. – Калуга. 2009.- 271 с.
6. Роджерс, К.Р. Становление личности. Взгляд на психотерапию [Текст] / К.Р. Роджерс. – М.: ЭКСИМО-Пресс, 2001.-251 с.
7. Сакович, Н.А. Использование креативных методов в коррекционно-развивающей работе психологов системы образования: Учебно-методическое пособие [Текст] / Н.А.Сакович. – Ч.1. – Минск, 2003.- 250 с.
8. Сакович, Н.А. Практикум по креативной психотерапии: Учебно-методическое пособие [Текст] / Н.А. Сакович.- Минск, 2005. - 400 с.
9. Юнг, К. Архетип и символ [Текст] / К.Юнг.- М.: Ренессанс, 1991.-207 с.