

## **Рабочая программа социально-гуманитарной направленности «Арт-терапия»**

### **Пояснительная записка**

Трудности и социально-экономические проблемы современного мира привели к явной невротизации населения. Возросло число детей невротиков. Каждого третьего ребёнка можно отнести к категории детей с нарушениями психоэмоционального состояния. Неустойчивость настроения, раздражительность, возбудимость, неумение «держать себя в руках», приводят этих детей в группу риска. Нарушается их социальная адаптация, возникают страхи, чувство одиночества и беспомощности, нерешительность в общении, скованность.

Арт-терапия в состоянии взять на себя задачу психокоррекции, так как изобразительная деятельность играет решающую роль в восстановлении эмоционального равновесия психики ребёнка благодаря индивидуальному и групповому выражению себя в изотворчестве.

Процесс создания творческого продукта базируется на таких психологических функциях, как активное восприятие, продуктивное воображение, фантазия, символизация. Символическая функция, абстрагируя ту или иную функцию предмета или явления, позволяет ребёнку увидеть его благодаря символическому выражению в новом ракурсе, в новых отношениях с миром, то есть установить новое его значение и сделать шаг в направлении разрешения психотравмирующей ситуации.

**Актуальность проблемы:** идея о необходимости взаимодействия педагогики и психотерапии была обоснована еще в 1927 г. немецким психиатром А.Кронфельдом в статье “Психогогика, или Психотерапевтическое учение о воспитании”. Автор призывал к разработке такого метода, который нацеливал бы человека на духовное оздоровление и личностный рост. В качестве наиболее приемлемого и эффективного в работе с детьми психотерапевтического направления можно выбрать арт-терапию.

Использование искусства как терапевтического фактора вполне доступно для педагога. При этом специальных знаний не требуется. Арт-терапевтические занятия можно рассматривать как одну из инновационных форм работы с детьми.

В Российской энциклопедии социальной работы указано, что арт-терапия – это способы и технологии реабилитации лиц средствами искусства и художественной деятельности. К средствам искусства относятся: музыка, живопись, литературные произведения, театр и т. д.

При использовании арт-терапии предлагаются разнообразные занятия художественно-прикладного характера: рисование, лепка, выжигание, поделки из ткани, меха, природного материала. При этом специальная подготовка, талант исполнителей и художественные достоинства работ не столь значимы. Важны и сам процесс творчества, и особенности внутреннего мира человека. Спонтанный характер творческой деятельности на арт-терапевтических занятиях в отличие от процесса обучения изобразительному искусству. Творчество, как известно, само по себе обладает целительной силой.

Достоинством арт-терапии является “язык” визуальной и пластической экспрессии. Согласно восточной мудрости, “картина может выразить то, что не выразит и тысяча слов”. По мнению В.С. Мухиной и других исследователей, рисунок для детей является не искусством, а речью. Им свойственно стремление рисовать. Это – своеобразное экспериментирование с художественными символами в качестве заместителей реальных объектов. Посредством рисования реализуется потребность личности в самовыражении.

**Практическая значимость программы** заключается в том, что арт-терапевтические занятия позволяют решать следующие важные педагогические задачи:

**Воспитательные.** Взаимодействие строится таким образом, чтобы дети учились корректному общению, сопереживанию, бережным

взаимоотношениям со сверстниками и взрослыми. Это способствует нравственному развитию личности, обеспечивает ориентацию в системе моральных норм, усвоение этики поведения. Происходит более глубокое понимание себя, своего внутреннего мира (мыслей, чувств, желаний). Складываются открытые, доверительные, доброжелательные отношения с педагогом.

**Коррекционные.** Достаточно успешно корректируется образ “Я”, который ранее мог быть деформированным, улучшается самооценка, исчезают неадекватные формы поведения, налаживаются способы взаимодействия с другими людьми. Хорошие результаты достигнуты в работе с некоторыми отклонениями в развитии эмоционально-волевой сферы личности.

**Психотерапевтические.** “Лечебный” эффект достигается благодаря тому, что в процессе творческой деятельности создается атмосфера эмоциональной теплоты, доброжелательности, эмпатичного общения, признания ценности личности другого человека, забота о нем, его чувствах, переживаниях. Возникают ощущения психологического комфорта, защищенности, радости, успеха. В результате мобилизуется целебный потенциал эмоций.

**Диагностические.** Арт-терапия позволяет получить сведения о развитии и индивидуальных особенностях ребенка. В процессе занятий легко проявляются характер межличностных отношений и реальное положение каждого в коллективе, а также особенности семейной ситуации. Арт-терапия выявляет и внутренние, глубинные проблемы личности. Обладая многосторонними диагностическими возможностями, она может быть отнесена к проективным тестам.

**Развивающие.** Благодаря использованию различных форм художественной экспрессии складываются условия, при которых каждый ребенок переживает успех в той или иной деятельности, самостоятельно справляется с трудной ситуацией. Дети учатся вербализации эмоциональных

переживаний, открытости в общении, спонтанности. В целом происходит личностный рост человека, обретается опыт новых форм деятельности, развиваются способности к творчеству, саморегуляции чувств и поведения.

**Цель:** самоадаптация и самовыражение, саморегуляция детей в продуктах творчества.

***Задачи и функции:***

- формирование духовности и культуры
- эмфатическое принятие детей
- создание психологической атмосферы личностной безопасности
- эмоциональная поддержка
- стратегия и вербализация чувств и переживаний, актуализируемых в процессе творчества
- формирование толерантности, способности к успешной социализации и адаптации в обществе

***Адресность программы:***

Программа по арт-терапии адресована детям с ОВЗ, их родителям, а так же специалистам, осуществляющим педагогическое сопровождение данной категории детей.

Данная программа отличается от общеобразовательных тем, что в рисунках детей могут преобладать различные типы изображения, отражающие *возрастную динамику и индивидуальные особенности* личностных переживаний.

Программа рассчитана на детей в возрасте 7-15 лет.

Программа реализуется в течение учебного года.

Продолжительность занятий от 20 до 40 минут 2 раз в неделю, индивидуальная и групповая формы работы.

***Ожидаемые результаты:***

Применение арт-терапевтических приёмов в психокоррекционной работе позволяет получить следующие позитивные результаты:

- обеспечивает эффективность эмоционального реагирования, придаёт ему даже в случаях агрессивных проявлений социально-приемлемые допустимые формы, при этом открываются возможности преобразования негативных эмоций в позитивные

- облегчает процесс коммуникации для стеснительных и слабо ориентированных на сверстников детей

- оказывает влияние на осознание ребёнком своих чувств, переживаний и эмоциональных состояний, существенно повышает личностную идейность и развивает самооценку.

***При проведении занятий соблюдаются следующие правила:***

- не использовать принуждение, указания, требования
- ребёнок имеет право работать в собственном темпе
- ребёнок имеет право отказаться от выполнения задания и может наблюдать за деятельностью других детей

- введение запрета на сравнительные оценочные суждения, отметки, критику.

Арт-занятия предоставляют каждому участнику оставаться самим собой, не испытывать неловкости, стыда, обиды, от сравнения с более успешными детьми, продвигаться в развитии соответственно своей природе.

***Формы подведения итогов:***

Выставки, совместные плакаты, семинары.

**Тематический план:**

<b>№</b>	<b>Тема</b>	<b>Количество занятий</b>
1	Знакомство	1
2	Моё настроение	1
3	Волшебные краски	1
4	Метафорический портрет «Я в образе растения»	1

5	Я в образе животного	1
6	Я в образе предмета	1
7	Образ, который мне нравится	1
8	Рисунок вдвоём	1
9	Рисунок по кругу	1
10	Моё имя	1
11	Автопортрет	1
12	Что я люблю	1
13	Моя семья	1
14	Мой друг (подруга)	1
15	Я в будущем	1
16	Поздравительная открытка	1
17	Подарок	1
18	Праздник	1
19	Что я не люблю	1
20	Мой страх	1
21	Чернильные пятна	1
22	Несуществующее животное	1
23	Ассоциации с цветом	1
24	Мой город	1
25	Путешествие по реке	1
26	Каракули	1
27	Магазин	1
28	Прошлое, настоящее, будущее	1
29	Контакт	1
30	Одиночество и внимание	1
31	Нарисуй музыку	1
32	Я хороший	1
33	Добро и зло	1

34	Общий рисунок	1
35	Коллаж «Город будущего»	1
36	Путешествие в страну Клякс	1
37	Удивительная ладошка	1
38	Придумаем сказку	1
39	Маска	1
40	Нарисуй своё настроение	1
41	Прекрасный сад	1
42	Рисуем в круге	1
43	Рисуем качества	1
44	Монотипия. Изотерапия	1
45	Рисунок в круге «Мандала». Мандалотерапия	1
46	Парное рисование	1
47	Мое дерево	1
48	Чудеса из теста	1
49	Я в натуральную величину	1
50	Тряпичные куклы. Фолк-терапия, куклотерапия	1
51	Коллаж «Какой Я»	1
52	Мой портрет глазами группы	1
53	Мой сосуд	1
54	Рисунок по мокрому листу	1
55	Превратности жизни. Оригами	1
56	Портреты имен	1
57	Сказочная страна. Сказкотерапия, драматерапия	1
58	Карта моего внутреннего мира	1
59	Сон куклы. Куклотерапия,	1

	сказкотерапия	
60	Линии конфликта. Изотерапия, лепка из пластилина	1
61	Рисование на руках	1
62	Герб моей семьи. Изотерапия, аппликация, коллаж	1
63	Фруктовая мандала	1
64	Цветной мир. Изотерапия, аппликация, коллаж	1

### Список литературы.

1. Кэрроул Уэлсби «Часть целого: арт-терапия в педагогике». Москва. 1988. «Хрестоматия по психологии» под редакцией А.И. Копытина. – изд. «Питер». 2001.
2. Копытин А.И. «Системная арт-терапия». – изд. «Питер». 2001.
3. Пиханова Г.В. «Психологическая помощь подросткам». Москва. 1993.
4. Грехова А.В. «Педагогические возможности использования элементов арт-терапии на уроках искусства в средней школе». Москва. 1997.
5. Сьюзан Коган «Оздоровление звуковым и изобразительным искусством». Москва. 2000.
6. А.И. Копытин. Практикум по арт-терапии. «Питер» Санкт-Петербург 2001.
7. М.В. Киселёва. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. «Речь» Санкт-Петербург 2007.
8. М.В. Киселёва. Арт-терапия в работе с детьми.«Речь» Санкт-Петербург 2006.



9. Дубровская Н.В. «Игры с цветом» Санкт-Петербург «Детство-Пресс» 2005 г.
10. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по креативной терапии. СПб: Речь, 2001 г.
11. Копытин А.И., Методы арт-терапевтической помощи детям и подросткам. М: Когито-центр. 2012г.
12. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Ярославль: Академия развития, 1996. 6. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии. Подходы, диагностика, система занятий. СПб: Речь. 2003г.
13. Мардер Л.Д. Цветной мир. Групповая арт-терапевтическая работа с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. М: Генезис.2006г.
14. Хухлаева О.В., Хухлаев О.Е., Первушина И.М. Тропинка к своему Я. М: Генезис 2004г.

Структура арт-терапевтического занятия

*Этапы работы*

*Комментарий*

Ритуал приветствия.

Позволяет спланировать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия.

Разминка – воздействие на эмоциональное состояние детей, уровень их активности.

Выполняет функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Она проводится не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями. Разминочные упражнения выбираются с учетом актуального состояния группы. Одни позволяют активизировать детей, поднять их настроение; другие, напротив, направлены на снятие эмоционального возбуждения.

Основное содержание занятия – совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия (изотерапия, игротерапия, сказкотерапия, музыкатерапия, песочная терапия, проигрывание ситуаций, групповая дискуссия).

Техники направлены одновременно на развитие познавательных процессов, формирование социальных навыков, динамическое развитие группы. Важен порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике.

Рефлексия – оценка занятия (беседа).

Две оценки: эмоциональная (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали).

Ритуал прощания.

По аналогии с ритуалом приветствия.

Введение и “разминка” (2-5 минут)

Этап творческой работы (10-25 минут)

Этап обсуждения (8-10 минут)