

УТВЕРЖДАЮ

Директору БСУ СО ОО «Тельченский
психоневрологический интернат»

_____ Н.А. Орехов

« ____ » _____ 2016г

**Коррекционно – развивающая программа
по арт-терапии «Цветной мир»**

Составил: заместитель директора по в/р

Е.Н.Дворецких

Пояснительная записка

Арт-терапия - это лечение изобразительным искусством. Опыт многолетней работы с проживающими позволяет сформулировать условия, соблюдение которых делает арт-терапию более успешной.

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

- в работе может участвовать каждый, т. к. она не требует наличия художественных навыков;
- **арт-терапия** является средством преимущественно невербального общения, что делает ее особенно ценной в работе с проживающими;
- изобразительная деятельность является мощным средством сближения людей;
- она позволяет использовать работы человека для оценки его состояния; является средством свободного самовыражения;
- вызывает положительные эмоции, формирует активную жизненную позицию;
- основана на мобилизации творческого потенциала внутренних механизмов саморегуляции и исцеления.

Работать с людьми можно как в группе, так и индивидуально. Групповые и индивидуальные занятия различаются как по целям работы, так и по процедуре и приемам работы. Есть задачи, которые эффективно решаются в ходе встреч один на один – снятие эмоционального напряжения, преодоление негативизма, коррекция страхов, устранение барьеров, явившихся следствием гиперсоциализированного стиля воспитания в обществе и пр. А группа сверстников дает возможность удовлетворить потребность во взаимодействии с людьми, научиться учитывать мнение других и отстаивать свое, проявлять активность, сдерживаться и пр.

Подвести проживающего к манипуляциям с красками можно несколькими способами:

дать инструкцию: если установлен доверительный контакт, человеку легче принять инструкцию «рисовать цветом: пятнами, мазками, линиями, брызгами и пр.», он может общаться с психологом, тем самым преодолевая неопределенность;

показать рисунки других людей, если контакт только устанавливается и проживающий сохраняет явную тревогу, зажат. Обычно они развешены по пространству арт-комнаты или по стенам коридора рядом с комнатой.

Можно сделать специальную подборку рисунков, выполненных в абстрактной манере (мазанием, штриховкой); дополнительный вариант – показ взрослым манеры действий с материалом или совместные действия. Психолог словно «заражает» проживающего, увлекает за собой. Вариант уместен, когда у человека сложились серьезные барьеры спонтанности реакций, обусловленные ранним обучением, гиперсоциализацией; подобрать задания, сами собой предполагающие «свободную» манеру действий с материалами. Например, любой вариант техники монотипии или рисование на мокрой бумаге.

Эффективность программы

Эффективность работы по программе была подтверждена результатами исследований. Было отмечено:

- проявление у проживающего позитивного образа "Я";
- повышение уровня уверенности в себе;
- снижение эмоционального напряжения;
- установление достаточного уровня развития сенсорных и моторных качеств проживающего;
- развитие:
 - умения выражать свои эмоции и чувства;
 - навыков межличностного общения;
 - способности к рефлексивной деятельности;
 - познавательного интереса.

Условия подбора техник и приемов создания изображений

Рисуночные сессии с людьми не должны ограничиваться обычным набором изобразительных средств (бумага, кисти, краски) и традиционными способами их использования. Проживающий более охотно включается в процесс, отличный от того, к чему он привык. Перечислим условия подбора техник и приемов создания изображений, от которых зависит успешность арт-терапевтического процесса с проживающими.

Условие 1. Техники и приемы должны подбираться по принципу простоты и

эффективности.

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

Сталкиваясь с трудностями, пусть даже мнимыми, проживающие реагируют привычным для них образом. Как правило, психологу приходится иметь дело с людьми, которые на препятствия реагируют разными формами защиты. Наличие трудностей любого плана – учебных, коммуникативных, эмоциональных, семейных, перед которыми проживающий чувствует себя слабым и незащищенным, когда-то спровоцировало появление проблем, с которыми внимательное окружение людей впоследствии обратилось к 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 человека, и это отвечает природе рисования, является его особенностью. Изобразительная техника не противоречит потребностям и возможностям такого возраста, если обладает указанной чертой. Создавать изображения в данной технике будет для проживающего также 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 человеком 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. Проживающие 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. Проживающие почувствуют свой успех, ведь они смогут победить злых чудовищ, сжечь свои страхи, помирить игрушки.

Приемы работы: изобразительные техники

Марания

В буквальном понимании «марать» — значит «пачкать, грязнить». В нашем случае, в условиях арт-занятия, речь идет о спонтанных рисунках человека, выполненных в абстрактной манере, имеющих схожесть с рисунками доизобразительного периода. Определение «марание» выбрано в связи с неструктурированностью изображений, отсутствием сюжета, сочетанием отвлеченных форм и цветовых пятен. Кроме внешнего подобия изображений, есть сходство в способе их создания: ритмичности движения руки, композиционной случайности мазков и штрихов, размазывании и разбрызгивании краски, нанесении множества слоев и смешивании цветов.

Марания по внешнему виду порой выглядят как деструктивные действия с красками, мелками. Однако игровая оболочка оттягивает внимание от не принимаемых в обычной жизни поступков, позволяет человеку без опасений удовлетворить деструктивные влечения.

У мараний нет категорий «правильно-неправильно», «хорошо-плохо», нет эталонов. Отсутствие критериев оценки мараний исключает и саму оценку. Хотя есть люди, которые не могут обойтись без оценок, внешних или внутренних, а потому выдвигают для себя и других собственные критерии. Например, привлекательность цветовой гаммы или аккуратность. В этих случаях навязывание оценки устраняется человеком, в результате уходят напряжение, неопределенность, страх, сомнения.

Нестандартность процесса приводит проживающих к собственным маленьким открытиям. Как мы уже отмечали, часто в ходе мараний человек отказывается от кисточек, губок и начинают рисовать пальцами и ладонями. Новизна мараний, необычность, и в то же время, естественность, родство взрослой природе способствуют тому, что проживающий «забывает» о социальных запретах и табу.

Работа на одном листе в паре или всей группой добавляет выразительности результату, а также обогащает взаимодействие людей.

Штриховка, каракули.

Штриховка – это графика. Изображение создается без красок, с помощью карандашей и мелков. Под штриховкой и каракулями в нашем случае понимается хаотичное или ритмичное нанесение тонких линий на поверхность бумаги, пола, стены, мольберта и пр.

Линии могут выглядеть неразборчивыми, небрежными, неумелыми, либо,

наоборот, выверенными и точными. Из отдельных каракулей может сложиться образ, либо сочетание предстанет в абстрактной манере.

Штриховки и каракули могут иметь различное воплощение:

заполнение пространства (тонирование, создание фона, закрашивание штрихами выделенной поверхности) ;

рисование отдельных линий или их сочетаний (передача «характера» и взаимоотношений линий, например, грустной, испугавшейся линии, ссоры; так же появляются волны, лучи солнца, ветер, языки огня, взрывы, препятствия) ;

изображение объектов и символов в ритмической манере.

Графические линии могут быть прямыми, изогнутыми, ломаными, закругленными, спиралеобразными, иметь вид галочек, пунктира.

Чиркать можно, используя технику «фроттаж», когда заштриховывается поверхность листа, под которую подложен плоский предмет или заготовленный силуэт. Наверняка каждый пробовал так «проявить» монетку!

Штриховки и каракули помогают расшевелить проживающего, дают почувствовать нажим карандаша или мелка, снимают напряжение перед рисованием. Штриховки просты в исполнении, занимают непродолжительное время, потому уместны в качестве зачина арт-занятия.

Штриховки и марания происходят в определенном ритме, который оказывает благотворное влияние на эмоциональную сферу человека. У каждого человека он свой, диктуемый психофизиологическими ритмами организма. Ритм присутствует во всех жизненных циклах, в том числе в режиме дня, чередовании напряжения и расслабления, труда и отдыха и т.д. Ритм создает настрой на активность, тонизирует проживающего.

Монотипия

На гладкой поверхности – стекле, пластмассовой доске, пленке, толстой глянцевой бумаге – делается рисунок гуашевой краской. Материал, на который наносится краска, не должен пропускать воду. Сверху накладывается лист бумаги и придавливается к поверхности. Получается оттиск в зеркальном отражении. Он может быть менее четким по сравнению с оригиналом, более расплывчатым, могут стереться границы между разными красками.

Название «монотипия» произошло от греческого слова «monos» – «один»,

так как отпечаток в этой технике получается только один. Если хочется что-то изменить или улучшить, нужно изготовить новый «оригинал», то есть нарисовать все заново.

Традиционная техника печатного художественного изображения в арт-работе с проживающими может быть модифицирована.

На одном и том же листе можно делать несколько оттисков. Если после получения отпечатка человек продолжит рисовать на той же основе и повторно приложит лист с оттиском, рисунок изменится, вдохновляя автора на новое творчество. Действия можно повторять до тех пор, пока процедура будет приносить удовольствие, или же до получения наиболее привлекательного результата.

При желании возможно «прописать» готовый отпечаток – дорисовать или приклеить сверху нужные элементы для завершения образа.

Рисунок на стекле

Перед тем как предложить человеку стекло, надо обязательно обработать его кромку в мастерской (техника безопасности).

В отличие от рисования по бумаге, стекло дарит новые визуальные впечатления и тактильные ощущения. Проживающего захватывает сам процесс рисования: гуашь (именно ее свойства лучше подходят для рисования по стеклу) скользит мягко, ее можно размазывать и кистью, и пальцами, так как она не впитывается в материал поверхности и долго не высыхает.

Любям нравится рисовать на стеклах больших размеров, например, 25x40см или 40x70см, – на них есть где развернуться. Прямо в процессе рисования стекло можно промыть мокрой губкой, нанести новый рисунок, снова смыть. Так и поступают реактивные и тревожные люди.

Часто случается, что кто-нибудь выливает на стекло много воды, перегоняет ее из стороны в сторону, собирает губкой, смешивает с краской и т.д. Такая манера характерна для людей, имеющих проблемы аффективно-личностного плана. Пространство активности человека расширяется за счет вытекания воды за пределы стекла. К тому же консистенция воды значительно отличается от краски. Меньшая плотность и текучесть увеличивают скорость манипуляций, убирают статику и конкретику изображений.

За счет того, что краска не впитывается, сколько бы разноцветных слоев ни наносилось, под ними всегда будет просвечивать прозрачная основа. Благодаря этим свойствам изображение на стекле воспринимается как

сиюминутное, временное, лишённое монументальности и постоянства. Только наброски, игра, можно не нести ответственности за результат, так как результата и нет. Проживающий словно не рисует, а тренируется рисовать, и соответственно, имеет право на ошибки и исправления, без болезненных переживаний о свершившемся, которое уже не изменить.

Описанный прием используется для профилактики и коррекции тревожности, социальных страхов и страхов, связанных с результатом деятельности («боюсь ошибиться»). Подходит зажатым людям, так как провоцирует активность. Раскрывает человека, «задавленных и затюканных». Совместное рисование на одном стекле как проблемная ситуация провоцирует человека устанавливать и поддерживать контакты, формировать умение действовать в конфликте, уступать или отстаивать позиции, договариваться.

Рисование пальцами

Почти во всех перечисленных выше способах создания изображений имелись комментарии о спонтанном переходе проживающего на рисование пальцами и ладонями.

Даже никогда не рисуя пальцами, можно представить особенные тактильные ощущения, которые испытываешь, когда опускаешь палец в гуашь — плотную, но мягкую, размешиваешь краску в баночке, подцепляешь некоторое количество, переносишь на бумагу и оставляешь первый мазок. Это целый ритуал!

Ценность рисования пальцами с точки зрения диагностики индивидуальности описывается психологом Асей И. Кэйдис. В качестве сильных сторон метода перечисляются:

- 1.свобода от двигательных ограничений;
- 2.свобода от культурного влияния;
- 3.свобода от социального давления;

Все эти особенности значимы для успешного арт-терапевтического процесса.

Ради достижения изобразительных эффектов нанесением краски непосредственно ладонями и пальцами от человека не требуется развитой мелкой моторной координации. Движения могут быть размашистыми, крупными, экспрессивными или наоборот, точечными, локальными, отрывистыми. Толщина пальцев уже сама по себе не предполагает создание тонких мазков, линий.

Рисование пальцами и ладонями не подвержено влиянию стандартных шаблонов. Так рисовать человека не учат нигде. Поэтому такой способ создания изображений проективно представляет индивидуальность проживающего.

Рисование пальцами – это разрешенная игра с грязью, в ходе которой деструктивные импульсы и действия выражаются в социально принимаемой форме. Человек, незаметно для себя, может осмелиться на действия, которые обычно не делает, так как опасается, не желает или не считает возможным нарушать правила.

У одного и того же человека каждый процесс и продукт рисования пальцами не похожи на предыдущие. Всякий раз происходит по-новому: выбирается другой цвет, соотношение линий, темп, ритм и т.д. Потому результат манипуляций с краской может быть непредсказуем: неизвестно, какое изображение получится в итоге.

Рисование пальцами не бывает безразлично проживающему. В связи с нестандартностью ситуации, особыми тактильными ощущениями, экспрессией и нетипичным результатом изображения, оно сопровождается эмоциональным откликом, который может иметь широкий диапазон от ярко отрицательной до ярко положительной. Новый опыт эмоционального принятия себя в процессе рисования, пробы несвойственных человеку характеристик поведения, расширяют и обогащают образ Я.

Далеко не все проживающие по собственной инициативе переходят на рисование пальцами. Некоторые, заинтересовавшись и попробовав этот способ, возвращаются к кисти или губке как к более привычным средствам изображения. Некоторым сложно приступить к рисованию пальцами. Как правило, это люди с жесткими социальными установками поведения, ориентированные на раннее когнитивное развитие. Именно для этих людей «игры с грязью» служат профилактикой и коррекцией тревожности, социальных страхов, подавленности.

Рисование сухими листьями (сыпучими материалами и продуктами)

Каждую осень в конце сентября я собираю желтые, красные, рыжие листья, высушиваю их на подоконнике, складываю в картонную коробку с отверстиями для вентиляции. Сухие листья приносят много радости человеку. Даже если вы не производите с ними никаких действий, а просто держите их в ладонях, перцептивные впечатления после привычного пластика, полиэстера и ДСП вызывают сильный эмоциональный отклик. Сухие листья натуральны, вкусно пахнут, невесомы, шершавы и хрупки на ощупь.

С помощью листьев и клея ПВА можно создавать изображения. На лист бумаги клеим, который выдавливается из тюбика, наносится рисунок. Затем сухие листья растираются между ладонями на мелкие частички и рассыпаются над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Эффектно выглядят изображения на тонированной и фактурной бумаге.

Так же можно создавать изображения с помощью мелких сыпучих материалов и продуктов: круп (манки, овсяных и других хлопьев, гречи, пшена), сахарного песка, вермишели и т.д. В частности, если в кабинете психолога есть песочница, бывают случаи инициативного использования песка. Проживающие высыпают на лист с клеем сыпучие материалы либо прямо из емкости для хранения, либо целыми горстями. Очень часто они засыпают всю поверхность листа крупой, даже если до этого нанесли совсем немного клея. При стряхивании лишних материалов изображение все равно останется только в месте приклеивания.

Рисование сухими листьями или сыпучими продуктами захватывает окружающее человека физическое пространство. Материалы рассыпаются, разлетаются вокруг рабочего места, покрывают поверхность стола, пола. Легкие и хрупкие сухие листья в руках превращаются в мелкую труху. Проживающие набирают их снова и снова, сгребая в кучки со всей поверхности, до которой дотянулись, и которую смогли «отбить» у соседей. Перемешанные между собой и раскиданные сыпучие продукты, труха листьев по своей внешнему выражению — сор, который в обыденности аккуратно выметается, выбрасывается, от которого людей приучают избегать, к которому не разрешают прикасаться.

Описанная техника создания изображений подходит проживающим с выраженной моторной неловкостью, негативизмом, зажатостью, способствует процессу адаптации в новом пространстве, дарит чувство успешности.

Рисование предметами окружающего пространства

На моем опыте люди рисовали мятой бумагой, резиновым игрушками, кубиками, губками, зубными щетками, палочками, нитками, коктейльными соломинками, ластиками и чем-то еще. Человеческая инициатива использовать нетипичные предметы для создания изображений всегда приветствуется, если, конечно, не является вредительством в чистом виде, не ущемляет права других людей. Привлечение окружающих предметов по инициативе проживающий служит для психолога знаком вовлеченности в творческую деятельность, успешности адаптационного процесса,

возрастания самооценки, появления сил для выдвижения и отстаивания собственных идей. И еще это просто весело!

Предложения по новому использовать неизобразительные материалы может исходить и от психолога. Целенаправленное «раскачивание» двигательных и функциональных стереотипов создает почву для общего укрепления эмоциональной сферы, уменьшения зависимости — в частности, от ритуалов, — повышения настроения, развития воображения, адаптационных способностей.

Трехмерные изображения из газет (фольги, слюды)

Бесплатные рекламные газеты (прошу прощения у издателей) – это популярный расходный материал, которого очень много у всех владельцев почтовых ящиков. В семьях его используют для бытовых нужд: обертывания и прокладывания вещей при хранении, укрывания поверхности стола во время рукоделия или ремесленничества. Рекламные газеты – это незаменимый помощник во время ремонта квартиры и хозяйственных дел на даче. Прямое назначение рекламных газет быстро обесценивается в виду их регулярного появления в почтовом ящике, вновь и вновь. И отношение к рекламным изданиям такое же, как к компьютерному спаму, – скорее обреченное, чем радостное.

Во время творческих действий с газетами и скотчем создается образ, вызывающий положительный отклик у человека. Даже деструктивные акты разрывания, комканья, стискивания бумаги нацеливаются именно на созидание Нового. Можно сказать, что из «мусора» возрождается «ценность», из Ничего создается Что-то, также как в процессе арт-терапии из неуверенного, робкого, пугливого, затюканного постоянными придирками и нападками человека возрождается Личность.

Люди легко абстрагируются от рекламно-информационного назначения газет, а в нашем случае воспринимают их, в крайнем случае, как бумагу, на которой можно поискать картинки. Как и при создании изображений на плоскости, они не получают от взрослого готового образца, к которому надо стремиться в ходе изготовления творческого продукта, но перенимают способы действий, диктуемых свойствами материалов. В данном случае – свойствами газетной бумаги. Она легко мнется, рвется, режется, складывается, заматывается, скручивается. Она тонкая, но при необходимости удерживает форму. К ней надежно приклеивается скотч, на нее хорошо ложится гуашь.

Проживающие играют с красками, карандашами, песком, с любым материалом, который помогает создавать изображение. Их не учат рисовать. Главное – дать проживающему возможность создать собственное

произведение.

Люди могут делать то, что в обычной жизни строго запрещено либо не принято, и они позволяют себе расслабиться. Удовлетворяется желание и интерес к разрушительным действиям, выплескиваются отрицательные эмоции, и они становятся спокойнее. Работы являются объективным свидетельством настроения и мыслей человека.

Тематический план занятий коррекционно-развивающей программы "Цветной мир"

Тема, содержание занятия

Форма работы

Работа с песком и манкой (8ч)

"Здравствуй, песок" – снижает психофизическое напряжение, развивает моторику пальцев

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия: прикоснись ладошкой; погладь по плечу; поздоровайся улыбкой; скажи приятные слова всем людям; воздушный поцелуй и др.) "От чистого сердца, с любовью – здравствуйте!".

Создание доверительной обстановки. Упражнение "Знакомство". Правило: подружись с песком.

Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Упражнения "Здравствуй, песок", "Песочный дождик", "Песочный ветер".

Индивидуальная работа с песком и мелкими игрушками.

Этап вербализации: "Сказка о том, как мы подружились...".

Ритуал окончания занятия – "Похвали себя за работу"

"Необыкновенные следы" – развивает тактильную чувствительность, воображение

Ритуал начала занятия (улыбнись всем людям, пожелай хорошего настроения).

Создание доверительной обстановки. Упражнение "пальчиковая гимнастика".

Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Упражнения "Здравствуй, песок", "Необыкновенные следы", "Узоры на песке".

Индивидуальная работа с песком и "бросовым" материалом (пуговицы, бусинки, трафареты и др.).

Этап вербализации: "Песочный круг" (использование техники активного воображения).

Ритуал окончания занятия – рефлексия

"Царство песчаных человечков" – снимает эмоциональное напряжение, развивает тактильную чувствительность, образное мышление

Ритуал начала занятия. "Здороваемся пальчиками, локтями, спинками".

Создание доверительной обстановки: Упражнение "Кричалки", "Песочный дождик".

Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Приход песчаного человечка, "Здравствуй, песок", "Игры волшебника", "Секретное задание кротов".

Индивидуальная работа с песком и мелкими игрушками: "Песочные прятки", "Кто спрятался".

Этап вербализации: "Сказка о песчаных человечках".

Ритуал окончания занятия – рефлексия. "Выставка песчаных человечков"

"Радость" – работа с цветной манкой; развивает эмоции, коммуникативные навыки, творческое воображение

Ритуал начала занятия "Круг".

Создание доверительной обстановки: Упражнение "Знакомство" (о чем расскажет цвет?).

Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Упражнения "Игры волшебника", "Краски моего настроения", проговаривание своих чувств.

Индивидуальная работа с цветной манкой.

Этап вербализации: "Моя радость!".

Ритуал окончания занятия – "Радуемся вместе!"

"Нарисованная сказка" – работа с цветной манкой; создает положительный эмоциональный фон, атмосферу доверия, развивает коммуникативные навыки, творческое воображение

Ритуал начала занятия "Круг".

Создание доверительной обстановки: упражнения "Знакомство", "Волшебные краски".

Актуализация визуальных, кинестетических ощущений. Упражнения "Игры волшебника", "Краски моего настроения".

Индивидуальная работа с цветной манкой "Сказочный друг".

Коллективная работа с цветной манкой "Полянка для сказочных друзей".

Этап вербализации: "Нарисованная сказка" (метод преобразования).

Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях

Краски, карандаши, пластилин (9ч)

"Новогодние эмоции" – расширяет представления человека о чувствах; помогает соотносить цветовую гамму с образом, показывает художественные приемы изображения определенных эмоций и чувств

Ритуал начала занятия "Новогодние пожелания друзьям".

Создание доверительной обстановки: упражнения "Передай настроение", "Четыре стихии".

Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений.

Упражнения "Новогодние краски", "Музыка зимнего леса", "Танец радости", "Краски моего настроения".

Коллективная работа с красками.

Этап вербализации: драматизация "В стране новогодних эмоций".

Ритуал окончания занятия – оформление работ для выставки

"Пугающая маска" – способствует развитию доверительной обстановки в группе; помогает проживающим в материализации чувства страха, учит рефлексивным действиям

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).

Создание доверительной обстановки: упражнения "Передай настроение", "Превращения", "Пугалки".

Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений.
Упражнения "Волшебные очки", "Пугающая музыка", "Краски страха".

Индивидуальная работа с масками.

Этап вербализации: сублимация страха, игры с масками, проговаривание чувств.

Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях

"Веселые и грустные кляксы" – учит распознавать чувства и эмоции; стимулирует их проявление; развивает наблюдательность и активность

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).

Создание доверительной обстановки: упражнения "Передай настроение", "Веселые и грустные гномики".

Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений.
Упражнения "Волшебные капельки", "Краски музыки", "Краски грусти".

Индивидуальная работа "О чем расскажет моя клякса?".

Этап вербализации: проговаривание чувств, создание волшебства "Сказка моей кляксы".

Ритуал окончания занятия – оформление работ для выставки

"Волшебные зеркала" – формирует положительную "Я-концепцию", самопринятие, уверенность в себе, снижает тревожность, выявляет положительные черты личности

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).

Создание доверительной обстановки: упражнения "Волшебная палочка", "Кричалки".

Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений.

Упражнения "Волшебные очки", "Превращения", "Шляпа героя".

Индивидуальная работа: "Я в волшебном зеркале".

Этап вербализации: метод личностной перспективы, рассказ о себе.

Ритуал окончания занятия – рефлексия

"Танец радости" – продолжает учить проживающего распознавать чувства и эмоции и передавать их движением и живописью, развивает умение управлять телом

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).

Создание доверительной обстановки: упражнения "Круг друзей", "Гусеница".

Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений.
Упражнения "Танцы-противоположности", "Передай настроение", "Музыка и движения радости", "Краски радости".

Работа в парах "Повтори движение".

Индивидуальная работа: лепка (соленое тесто).

Этап вербализации: метод вербальной и невербальной коммуникации.

Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях

"Скульптура гнева" – учит распознавать и изображать в скульптуре "гнев"; способствует элиминации гнева, активизирует ассоциации детей

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).

Создание доверительной обстановки: упражнения "Перо феи", "Гусеница".

Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений.
Упражнения "Танцы-противоположности", "Передай настроение движением", этюды "Я сердит...", "Гнев".

Индивидуальная работа: лепка (соленое тесто).

Этап вербализации: метод вербальной и невербальной коммуникации,

преобразования гнева, создание волшебства.

Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях

Путешествие в волшебный мир (5ч)

"Рисуем волшебный мир" – учит осознанию своего самочувствия, способствует снижению эмоционального напряжения, уменьшению тревожности, развитию творческой личности

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия в кругу).

Релаксация: "Мы волшебники".

Актуализация визуальных, аудиальных ощущений. Методы активного воображения: "Воображаемое путешествие", "Заколдуй и расколдуй".

Индивидуальная работа: создание волшебного мира.

Этап вербализации: сказка о моем волшебном мире.

Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях

"Цветочный волшебный мир" – помогает в раскрытии внутреннего мира, снятии эмоционального напряжения, развитии творческой личности

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия в кругу).

Релаксация: "Самое лучшее место".

Актуализация визуальных, аудиальных ощущений. Методы активного воображения: "Воображаемое путешествие", "Волшебные краски".

Индивидуальная работа: создание цветочного волшебного мира.

Этап вербализации: сказка о цветочном волшебном мире.

Ритуал окончания занятия – рассказ о своих ощущениях

Монотипия, коллаж (12ч)

"Волшебные превращения" – монотипия – помогает в развитии умения передавать эмоциональное состояние через художественный образ, снижению психоэмоционального напряжения, повышении уверенности в себе, развитии творческой личности

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).

Актуализация визуальных, аудиальных, ощущений.

Создание монотипии: игры с красками, волшебные заклинания.

Конкретизация увиденного образа, придумывание названия.

Этап вербализации: использование техники активного воображения, метода личностной перспективы, вербальной и невербальной коммуникации.

Рефлексивный анализ: рассказ об ощущениях, оформление работ для выставки.

Ритуал окончания занятия

Коллаж "Сказочная птица" – способствует расслаблению, снятию мышечного напряжения, развитию креативности, способности к абстрактному мышлению проживающего.

Ритуал начала занятия (вербальные и невербальные способы приветствия).

Актуализация визуальных, аудиальных, кинестетических ощущений.

Создание фона для коллажа.

Свободное творчество.

Этап вербализации (вербальные и невербальные коммуникации).

Рефлексивный анализ.

Ритуал окончания занятия

ЛИТЕРАТУРА по арт-терапии

1.Алексеева М.Ю. "Практическое применение элементов арт-терапии в работе учителя". М., 2003.

2.Аметова Л.А. "Формирование арт-терапевтической культуры младших школьников. Сам себе арт-терапевт". М., 2003.

3."Арт-терапия: Диалог: Россия-Великобритания" Сборник статей.

Островитянин, 2008.

4. "Арт-терапия". ред.-сост. А.И.Копытин. СПб., 2001.

5. Бетенски М. "Что ты видишь? Новые методы арт-терапии". М., 2002.

6. Богданович В. "Новейшая арт-терапия. О чем молчат искусствоведы". Золотое Сечение, 2008.

7. Будза А. "Арт-терапия: Йога внутреннего художника". Феникс, 2006.

8. Будза А. "Эзотерическая фотография. Дзэн и фото-арт-терапия". Феникс, 2007.

9. Бурно М.Е. "Терапия творческим самовыражением". М., 1989.

10. ВальдесОдриосола М. - "Арттерапия в работе с подростками. Психотерапевтические виды художественной деятельности." Методическое пособие. Владос, 2005.

11. Вачков И.В. "Арт-терапия. Развитие самопознания через психологическую сказку". М., 2001.

12. Ганим Барбара. "Исцеление через искусство". Минск, 2005.

13. Дженингс С., Минде А. "Сны, маски и образы. Практикум по арт-терапии". М., 2003.

14. "Диагностика в арт-терапии. Метод "Мандала" ред. А.И.Копытина. СПб., 2002.

15. Дрешер Ю.Н. "Библиотерапия, теория и практика: учебное пособие". Профессия, 2007.

16. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д, Грабенко Т.М. "Практикум по креативной терапии". М.: ТЦ Сфера, 2003.

17. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. "Путь к волшебству, Теория и практика арттерапии". СПб.: Златоуст, 2005.

18. Зинкевич – Евстигнеева Т.Д. "Психотерапия зависимостей: Метод арт-терапии". СПб.: Речь 2002.

19. Остер, Дж., Гоулд П. "Рисунок в психотерапии". М., 2000.

20. Киселева М.В. "**Арт-терапия** в работе с детьми". СПб.: Речь, 2008.
21. Кожохина С.К. "Растём и развиваемся с помощью искусства". СПб.: Речь, 2006.
22. Кокоренко В.Л. "Арт-технологии в подготовке специалистов помогающих профессий". СПб.: Речь, 2005.
23. Колошина Т., Тимошенко Г. "Марионетки в психотерапии". М., 2001.
24. Копытин А.И., Корт Б. "Техники аналитической арт-терапии: исцеляющие путешествия". СПб.: Речь, 2007.
25. Копытин А.И. "Теория и практика арт-терапии". СПб., 2002.
26. Копытин А.И. "Тест "Нарисуй историю". СПб.: Речь, 2003.
27. Копытин А.И. "Системная арт-терапия". СПб.: Питер, 2001.
28. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. "Арт - терапия детей и подростков". М.: Когито - Центр, 2007.
29. Королева З. "Говорящий рисунок" (100 графических тестов). 2006.
30. Короп Илья. "Законы Радости. Исцеление словом и музыкой" (+ CD). Открытый Мир, 2008.
31. Короткова Л.Д. "**Арт-терапия** для дошкольников и младшего школьного возраста". СПб.: Речь -2001.
32. Красный Ю.Е. "Арт - всегда терапия". 2006.