

**Нефтеюганское районное муниципальное бюджетное учреждение  
дополнительного образования «Центр развития творчества детей и  
юношества»**

**Дополнительная общеразвивающая  
программа  
с элементами арт-терапии  
«Мир глазами ребенка»**



**Автор:  
Педагог-психолог  
Кулькова О. В.**

**Гп Пойковский**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

*«То, что для фотографа обычно является конечным  
результатом (сделанный снимок), в рамках фототерапии  
является отправной точкой»  
(Д.Вайзер)*

Методологической основой программы послужили концепции З.Фрейда, К. Юнга, К. Роджерса, практические наработки и исследования А.И. Копытина, Д. Вайзера, Н.А. Сакович, Л.Д. Лебедевой.

Данная психолого-педагогическая программа относится к развивающим. Программа направлена на формирование и развитие у несовершеннолетних компонентов социально-коммуникативной и эмоционально-личностной сфер, а также формирование жизнестойких установок, гармонизацию личности через развитие творческих способностей детей и подростков, их лидерских качеств.

**Актуальность программы:** главными и наиболее важными качествами человека в современном динамичном мире становятся мобильность, конкурентоспособность. Особенно сложно самоопределился подростку, для которого именно это время является определяющим в его становлении и развитии. Очень важно, чтобы подросток научился правильно оценивать окружающий мир и позиционировать себя в нём. Для собственной успешности в социуме необходимы определенные знания и умения, с помощью которых можно определять собственную жизненную позицию и активно реализовывать её в рамках определенной деятельности.

**Практическая значимость программы:** разработанную программу можно проводить отдельными блоками исходя из поставленных задач. Применение арт-методов не имеет возрастных ограничений, соответствует возрастным особенностям детского и подросткового контингента и не требует значительных материальных затрат. Арт-терапия ресурсна, дает ребенку возможность самовыражения, в результате чего происходят улучшения в его эмоционально-личностной и социально-коммуникативных сферах, помогает подросткам формировать позитивную Я-концепцию. С помощью фототерапии воспитанники смогут сознательно регулировать свое поведение, научатся находить конструктивные приемы выхода из сложных ситуаций, адекватно выражать свои эмоции и чувства.

**Цель программы:** развитие компонентов социально-коммуникативной и эмоционально-личностной сфер несовершеннолетних, лидерских качеств средствами арт-терапии, формирование положительного я-образа.

Допустимо и полезно сочетать работу разных направлений арт-терапии (изотерапия, сказкотерапия, пескотерапия, игротерапия, танцетерапия и другие варианты творческой терапии). Это дает детям дополнительные творческие возможности, что будет влиять на эффективность результатов.

### **Задачи программы:**

- ✓ установление контакта и доверительных отношений, развитие эмоциональной стабильности и отзывчивости, способности к сопереживанию;
- ✓ снятие эмоционального напряжения, страхов, тревожности, агрессивности, устранение закомплексованности, скованности в движениях;

- ✓ развитие способности произвольно направлять свое внимание на эмоциональные ощущения окружающих людей, понимать и различать эмоции других и свои собственные;
- ✓ оказание помощи детям и подросткам в познании самих себя, повышении самооценки, уверенности в себе, ответственности за свои поступки;
- ✓ снятие стрессового состояния и выведение детей и подростков из кризисных ситуаций;
- ✓ развитие способности к самоанализу, формирование позитивных жизненных целей и мотивации к их достижению;
- ✓ формирование у детей и подростков коммуникативных навыков в условиях коллектива;
- ✓ развитие эстетического восприятия окружающего мира, природы, изобразительного искусства;
- ✓ развитие воображения и творческих способностей детей и подростков, поддержка проявления фантазии и смелости в изложении собственных замыслов;
- ✓ формирование интереса к художественному творчеству, способности эмоционально откликаться на воздействие художественного образа, выражать свое отношение.

**Целевая аудитория:** воспитанники НРМУ ДО «Центр развития творчества детей и юношества» в возрасте от 8 до 17 лет.

**Противопоказания:** грубые интеллектуальные нарушения, наличие психиатрического диагноза, не позволяющего заниматься в группе.

**Форма проведения работы:** индивидуальная, фронтально – коллективная, групповая работа( в малых группах и парах), смешанные формы арт – терапии, которые заключаются, как в самостоятельном создании продуктов творчества: рисунков, скульптур и других творческих продуктов, так и в использовании имеющихся произведений искусства для создания своих продуктов творчества.

Программа предполагает 1 групповое занятие арт – терапии в неделю, продолжительностью 1 час, а также 3 индивидуальных занятия в неделю (мини группы по 2-4 человека).

В основе программы «Мир глазами ребенка», в условиях социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних лежат **основные принципы педагогики:**

- ✓ принцип поэтапности, каждый последующий этап логически вытекает из предыдущего;
- ✓ принцип дифференцированности и индивидуализации помощи каждому ребенку – следует ориентироваться на конкретную личность ребенка с ее потребностями, интересами, ценностными ориентациями, чувствами и настроениями;
- ✓ принцип создания поля самореализации ребенка в реабилитационном процессе-создание условий для формирования и реализации социально значимых свойств личности;
- ✓ принцип включения ребенка в деятельность, соответствующую его интересам и потребностям.
- ✓ гуманистический принцип, признание личности воспитанника и особенностей его развития как главной ценности, уважительное отношение к личности - независимо от позиции ребенка, его мировоззрения.

### **Структура программы:**

1. Двухэтапная диагностика (в начале и конце программы);
2. Вводное и заключительное занятия;
3. Содержательный блок;
4. Консультации с педагогами, родителями по итогам работы группы в индивидуальном формате.

Специфика арт-терапии основывается на сочетании общих принципов педагогики и **правил арт-терапевтического подхода:**

✓ безоценочное восприятие всех работ: в фототерапии нет «правильного» или «неправильного» и это нужно четко объяснить. Воспитанникам нужно чувствовать себя в безопасности, знать, что создание образов – это способ передачи своего опыта, мыслей и чувств, и что их не будут оценивать;

✓ воспитанники как эксперты: упражнения созданы таким образом, что отправной точкой является опыт каждого несовершеннолетнего воспитанника. В этом смысле дети являются «экспертами» в отношении своих работ;

✓ важен вклад каждого: каждый воспитанник делает важный и уникальный вклад. Все работы нужно рассматривать с равным уважением, вне зависимости от профессионализма;

✓ сохранение тайны: поскольку упражнения, возможно, задействовать личный уровень, нужно сохранять детские тайны;

✓ рассказ о своей работе: условия для рассказа и обсуждения работ воспитанника не должны быть директивными. Нельзя интерпретировать работу ребенка (это может делать только сам автор, по желанию), и нельзя заставлять раскрывать больше, чем он того желает;

✓ основные правила: при работе с парой, группой или индивидуально желательно установить основные правила. Их нужно выполнять с взаимным уважением, ценя вклад каждого, чтобы окружающая среда была безопасной, чтобы дети себя хорошо чувствовали;

✓ процесс и продукт: в фототерапии важным является и процесс создания работы и сам продукт творчества, который помогает воспитаннику почувствовать закономерность процесса и уверенность в себе;

✓ уважение и сохранность детских работ: важно найти творческий способ демонстрации и хранения детских работ.

### **Ожидаемые результаты:**

Использование техник фототерапии в сочетании с различными элементами арт-терапии положительно скажутся на эмоциональном состоянии воспитанников: повысится уверенность в себе, снизится психоэмоциональное напряжение, уровень агрессивности, демонстративности. С помощью занятий по фототерапии воспитанники смогут настроиться на свое эмоциональное состояние, исследовать мир своих эмоций, переключатся от негативных переживаний, научиться проявлять свои лидерские качества.

Цикл занятий поможет воспитанникам адекватно выражать свои эмоции и чувства, что будет способствовать созданию доброжелательной атмосферы в реабилитационных группах.

Арт-терапия поможет детям посмотреть на себя по-новому, познакомиться с различными видами искусства и творчества, повысится уровень креативности и творческих способностей.

Данный цикл станет отличным средством самовыражения и самопознания, даст возможность для развития, гармонизации и осознание ценности собственной личности. После занятий по фототерапии дети станут более открытыми, внимательными, самостоятельными. С помощью фототерапии воспитанники научатся сознательно регулировать свое поведение, находить конструктивные приемы выхода из сложных ситуаций.

**Таблица 1. Описание этапов работы программы «Мир глазами ребенка»**

| <b>Название этапа</b> | <b>Сроки реализации</b> | <b>Методики (тестовые и методики изотерапии)</b>                                                      | <b>Творческие умения, приобретаемые в серии групповых и индивидуальных занятий.</b>                                      | <b>Условия реализации этапов программы</b>                                                   |
|-----------------------|-------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|
| Начальная диагностика | 2 недели                | «Кто я?»<br>«Методика исследования самооценки», А. А. Реан                                            | Обучение нетрадиционным техникам рисования: монотипии, отпечатки, техника раздувания краски, чернильные пятна и бабочки. | поддержание атмосферы высокой терпимости и безопасности,                                     |
| Контрольный           | 1- 2 недели             | «Методика исследования самооценки», А. А. Реан<br>«Мой портрет в лучах Солнца»,<br>«Исполнение мечты» | Роспись готовых изделий, составление композиций (из изготовленных цветов и фигур).                                       | формирование стремления к самопознанию, погружению в свой внутренний мир и ориентации в нём. |

**Таблица 2. Индивидуальная работа с подростками.**

| <b>Тема</b> | <b>Содержание</b> | <b>Количество часов</b> |
|-------------|-------------------|-------------------------|
|-------------|-------------------|-------------------------|

|                                                                             |                                                                                                                |       |
|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Вазы из папье - mache                                                       | 1. Подготовка основы, наложение двух слоев бумаги.                                                             | 1     |
|                                                                             | 2. Наложение от 7 до 10 слоёв бумаги с интервалами для просушки.                                               | 4- 6  |
|                                                                             | 3. Роспись готовых изделий.                                                                                    | 3- 5  |
| Нитяные шары                                                                | 1. Подготовка «сырой» основы.                                                                                  | 1     |
|                                                                             | 1. Работа с просушенной основой: изготовление на выбор основы цветочного букета, фигуры животного/ птицы и др. | 2     |
| Цветы из гофробумаги, салфеток                                              | 1. Изготовление одного цветка. Частичная автоматизация действия с бумагой                                      | 1     |
|                                                                             | 2. Изготовление необходимого числа цветов для букета.                                                          | 1- 4  |
|                                                                             | 3. Составление готовой композиции.                                                                             | 1     |
| Модульное оригами                                                           | 1. Знакомство с базовыми формами.                                                                              | 1     |
|                                                                             | 2. Складывание модуля «треугольник» ( необходимое количество для сборки).                                      | 4- 6  |
|                                                                             | 3. Сборка изделия по схеме.                                                                                    | 2- 3  |
| Лепка каркасная                                                             | 1. Проработка идеи, подготовка эскиза, изготовление проволочного каркаса                                       | 1     |
|                                                                             | 2. Лепка из пластичной массы - на выбор: пластилин, солёное тесто, бумажная масса.                             | 2 - 4 |
| Подготовка к выставке /конкурсу работ, согласно годовому плану мероприятий. | 1. Знакомство с искусством плаката, рекламы и агитации. Поиск выразительных образов, проработка идеи работы.   | 1- 2  |
|                                                                             | 2. Выполнение работы согласно заданной теме, с использованием материалов и техник по своему выбору.            | 2-3   |

**Таблица 3.**

**Психолого-педагогическая программа арт - терапии подростков «Мир глазами ребенка».**

| № встречи,<br>Цель занятия                                                                                                    | Название<br>мероприятия                      | t,<br>мин | Содержание мероприятия                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Ожидаемый результат                                                                                                                            |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Встреча №1</p> <p>Цель:<br/>Знакомство и установление контактов между участниками группы.<br/>Проведение тестирования.</p> | Приветствие, введение правил группы.         | 10        | Вступление. Знакомство. Определение целей работы в группе. Дискуссия по поводу этических норм поведения во время занятий                                                                                                                                                                                              | Установление контакта с группой. Определение целей работы в группе.                                                                            |
|                                                                                                                               | «Бумажка нужна»                              | 5-7       | Сидящие за столом дети передают по кругу рулон туалетной бумаги. Каждый отрывает столько клочков, сколько он хочет, чем больше, тем лучше. Когда у каждого игрока окажется стопка клочков, ведущий объявляет правила игры: каждый человек должен рассказать о себе столько фактов, сколько у него оторванных клочков. | Раскрытие участников. В последствии оторванные кусочки используются для работы в технике папье – маше.                                         |
|                                                                                                                               | Проективный метод «Кто я?»                   | 20-25     | Раздаются листы бумаги, карандаши.<br>Инструкция:<br>Нарисуйте 3 рисунка на равных частях листа. Это должны быть изображения, как Вы видите себя сами, Как видят вас другие и какими бы Вы хотели что бы вас видели.                                                                                                  | Проверка уровня самооценки детей. Осмысление Я-реального и Я-идеального. Наглядная демонстрация самооценки детей и их стремления к изменениям. |
|                                                                                                                               | Проведение теста для определения соотношения | 10        | Выдаются бланки вопросов. Ребята выполняют работу способом ранжирования.<br>Инструкции:                                                                                                                                                                                                                               | Определить наличный уровень соотношения образов Я – реальное и Я – идеальное                                                                   |

|  |                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                    |
|--|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|
|  | <p>образов Я –<br/>реальное и я –<br/>идеальное.</p> | <p>Прочитайте внимательно все слова, характеризующие качества личности. Рассмотрите эти качества с точки зрения присущности их идеальной личности, то есть с точки зрения полезности, социальной значимости и желательности. Для этого проранжируйте их, оценив каждое в баллах от 20 до 1. Оценку 20 поставьте в бланке, в колонке №1 слева от того качества, которое, по вашему мнению, является самым полезным и желательным для людей. Оценку 1 - слева от качества, которое наименее полезно, значимо и желательно. Все остальные оценки от 19 до 2 расположите в соответствии с Вашим отношением ко всем остальным качествам. Следите, чтобы ни одна оценка не повторилась дважды.</p> <p>Прочитайте снова все слова, характеризующие качества личности. Рассмотрите эти слова с точки зрения присущности Вам. Проранжируйте их в колонке №2, оценив каждое от 20 до 1. Оценку 20 поставьте справа от того качества, которое, по Вашему мнению, присуще Вам в наибольшей степени, оценку 19 - поставьте тому качеству, которое характерно для Вас несколько меньше, чем первое и т.п. Тогда оценкой 1 у Вас будет обозначено то качество, которое присуще Вам меньше, чем все остальные. Следите. Чтобы</p> | <p>подростков.</p> |
|--|------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|

|                                                                                                      |                                                                                                          |    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                 |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                      |                                                                                                          |    | оценки не повторялись дважды.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                 |
|                                                                                                      | Прощание                                                                                                 | 5  | Подведение итогов занятия. Определение планов по поводу следующей встречи.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Завершение занятия, эмоциональная разрядка.                                                                                                                                                     |
| <p>Встреча № 2.<br/>Занятие в изостудии.</p> <p>Цель: обучение нетрадиционным техникам рисования</p> | <p>Монотипии.</p> <p>Отпечатки.</p> <p>Техника раздувания краски.</p> <p>Чернильные пятна и бабочки.</p> | 75 | <p>Инструкции:</p> <p>Создайте изображение густыми красками на стекле, а затем отпечатайте рисунок на бумагу, рассмотрите образы, обсудите в группе, дайте обратную связь другим участникам.</p> <p>Используйте любые предметы и поверхности для изготовления рисунка из их отпечатков.</p> <p>Нанесите на лист бумаги водорастворимую краску с большим количеством воды, используйте различные сочетания цветов, в самом конце работы раздуйте через тонкую трубочку цветные пятна, образуя капельки, разбрызгивания и смешения цветов в причудливые каракули и кляксы; постарайтесь увидеть образы.</p> <p>Капните чернилами на тонкую бумагу и сверните лист трубочкой или сложите пополам, разверните лист и преобразуйте увиденный образ. Обсудите результаты работы в группе, найдите наиболее понравившиеся вам изображения других</p> | <p>Получение удовлетворения от творческой деятельности и создаваемых образов, а также от дальнейшего взаимодействия с ними посредством разных видов творческой работы, рефлексии и анализа.</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                  |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                       |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                  |       | участников.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                       |
| <p>Встреча № 3.</p> <p>Цель: установление более тесного эмоционального контакта между участниками.</p> <p>Осознание «Я – образа» детьми, нахождение его символического выражения, углублённое самопознание, освоение новых видов деятельности и способов поведения в неизвестной ситуации.</p> | .Начало работы.  | 8     | Группа садится в круг. Инструкция: «Давайте начнем сегодняшний день с того, что выскажем друг другу пожелания на день, и сделаем это так — первый участник встанет, подойдет к любому другому, поздоровается с ним и выскажет ему пожелание на сегодняшний день. Тот, к кому подошел первый участник, подойдет к следующему и так далее до тех пор, пока каждый из нас не получит пожелание на день» | Создание положительного настроя участников.                                                                           |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                | «Надувная кукла» | 5-6   | Ведущий играет роль «насоса». Участники группы сначала расслабленно сидят в креслах. С каждым движением «насоса» «резиновые куклы» начинают «надуваться». Через несколько секунд ведущий «выдергивает затычку» у «куклы», и игроки с шипением расслабляются и постепенно опускаются на корточки.                                                                                                     | Преодоление скованности и напряженности участников группы, тренировка мышечного расслабления. Эмоциональная разрядка. |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Игра «Крокодил». | 15-20 | Ведущий загадывает слово одному из игроков. Он должен объяснить его жестами, без слов. Остальные участники отгадывают. Тот, кто отгадал становится объясняющим, а загадывает предыдущий объясняющий.                                                                                                                                                                                                 | Разогревающая игра. Создание благоприятной атмосферы, позитивных эмоций.                                              |

|                                                                                                                                               |                             |       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                       |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|-------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                               | Изотерапия:<br>Рисуем герб. | 15-20 | <p>Герб – это то, что символизирует человека, сообщает о нем какую – то важную информацию. Изображая герб, постарайтесь отразить в нём 3 аспекта:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Представление о себе в настоящий момент, по возможности подчеркнуть свои положительные качества;</li> <li>2. Представление о себе в прошлом – акцентируясь на прошлых достижениях и положительном опыте;</li> <li>3. Представление о будущем и положительных жизненных целях.</li> </ol> <p>Индивидуальная работа в тетради: Какую важную информацию о Вас может передать Ваш герб?</p> | Создание условий дл самоанализа подростками собственного «Я – образа».                                                                                                |
|                                                                                                                                               | Завершение работы. Прощание | 5     | Обсуждение занятия с помощью перекидывания мяча                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | Завершение занятия, эмоциональная разрядка.                                                                                                                           |
| <p>Встреча № 4.</p> <p>Занятие в ИЗОстудии.</p> <p>Цель: раскрытие потенциальных возможностей детей, опора на положительные эмоциональные</p> | Эксперименты с цветом       | 40    | <p>Инструкции:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Используя один цвет, попытайтесь, изображая им разные формы и линии, исследовать его смысловые значения.</li> <li>2) Выберите цвета, которые вам наиболее или наименее предпочтительны в данный момент; те, что отражают ваши положительные и негативные стороны характера.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                     | Исчезновение импульсивного, хаотичного поведения, связанное с «выплескиванием» чувств, и переход к творческой деятельности, связанной с созданием визуальных образов. |

|                                                                                                                          |                                        |               |                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| переживания, связанные с процессом творчества.                                                                           |                                        |               | <p>3) Подберите два или три цвета, составляющие гармоничную группу.</p> <p>4) Выбери два цвета привлекательный для вас и непривлекательный и создайте изображение; создайте два рисунка – один из приятных цветов, другой из неприятных вам.</p>                  |                                                                                                                                                                                       |
| <p>Встреча № 5.</p> <p>Цель: Выражение и осознание участниками своего отношения к себе. Актуализации целей будущего.</p> | «Весёлый снежный ком»                  | 10            | Ребята придумывают себе смешные прозвища или называют характерные им черты. Затем каждый по очереди называет свое настоящее имя и придуманное. Причем первый называет свои имена, второй – свои и предыдущего, и так до последнего.                               | Создание благоприятной, комфортной атмосферы. Включение в деятельность каждого члена группы.                                                                                          |
|                                                                                                                          | Изотерапия: Реалистический автопортрет | 35<br>5<br>15 | <p>Участники располагаются лёжа на больших листах бумаги, помогают создать контур фигур друг – друга. Портретируемый раскрашивает и заполняет пространство листа.</p> <p>Создание обращения к самому себе.</p> <p>Обращение (к автопортрету или от его лица).</p> | Выражение эмоционально – окрашенных аспектов отношения участников к себе, которые трудно поддаются вербализации. Формирование целостного восприятия собственного тела и его ресурсов. |
|                                                                                                                          | Завершение занятия.                    | 15            | Обмен впечатлениями, обсуждение текстов и рисунков.                                                                                                                                                                                                               | Получение положительной обратной связи участниками.                                                                                                                                   |

|                                                                                                                                                                                                          |                                                       |    |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------|----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Встреча № 6.</p> <p>Занятие в ИЗОстудии:</p> <p>Цель: знакомство с новой техникой работы, приобретение положительного опыта в творческой деятельности, повышение уверенности в собственных силах.</p> | <p>Создание гипсового барельефа и гипсовых фигур.</p> | 45 | <p>Инструктор демонстрирует и объясняет последовательность изготовления гипсовой массы и особенности заливки формы и правил выдерживании и просушки готового изделия.</p> <p>Дети выбирают формы и выполняют заливку самостоятельно.</p> | <p>Привлечение внимания детей к новым материалам, средствам и формам творческой работы.</p> <p>Приобретение необходимых знаний и умений для выполнения работы самостоятельно.</p> |
| <p>Встреча № 7.</p> <p>Цель: принятие личной истории, уточнение «Я – образа» детей. Поддержание атмосферы терпимости, защищенности и безопасности.</p>                                                   | <p>1. Изотерапия: «Автобиография»</p>                 | 30 | <p>На листе бумаги участникам предлагается нарисовать свою жизнь, изобразив важные события, большие изменения и то, что для них важно.</p>                                                                                               | <p>Исследование изменений в собственной личности, выражение собственного опыта.</p>                                                                                               |
|                                                                                                                                                                                                          | <p>2. Итог занятия, высказывания участников.</p>      | 10 | <p>Дети комментируют созданные ими «автобиографии»</p>                                                                                                                                                                                   | <p>Вербализация, осознание важных вех в собственном развитии, выражение эмоций и чувств участников.</p>                                                                           |

|                                                                                                                                                                                       |                                                      |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p>Встреча № 8.</p> <p>Занятие в ИЗОстудии.</p> <p>Цель: создание творческого продукта, переживание ситуации успеха, доведение работы до конца.</p>                                   | <p>Роспись гипсовых барельефов и фигур.</p>          | 45   | <p>Дети выполняют роспись изготовленных ранее гипсовых барельефов и фигур, учитывая знания о цвете, полученные на четвертом занятии в ИЗО студии.</p>                                                                                                                                                                                                | <p>Изготовление барельефа для себя, получение радости созидания</p>                                                                                         |
| <p>Встреча № 9:</p> <p>Цель:</p> <p>Определение существующего на данный момент психологического состояния, выявление актуального содержания самосознания, личностных переживаний.</p> | <p>1. Рукопожатие по кругу</p>                       | 5- 7 | <p>Игроки встают в круг, берутся за руки. Ведущий встает в центр. Необходимо пожимать руки по кругу так, что бы ведущий не заметил. Тот, кому это не удастся – становится ведущим.</p>                                                                                                                                                               | <p>Повышение настроения игроков. Снижение тревожности участников.</p>                                                                                       |
|                                                                                                                                                                                       | <p>2. «Пианино»</p>                                  | 5    | <p>Дети садятся в шеренгу и кладут руки к соседям на колени. Правую руку на левую ногу соседа справа, левую – на правую ногу левого соседа. И по очереди хлопаем.</p>                                                                                                                                                                                | <p>Снижение тревожности. Эмоциональная разрядка.</p>                                                                                                        |
|                                                                                                                                                                                       | <p>3. Изотерапия: Коллаж: « Что говорят газеты?»</p> | 45   | <p>Инструкция: В газетах, журналах, по телевидению мы видим изображения женщин и мужчин, которые считаются красивыми. Давайте взглянем по – новому на то, как нас заставляют выглядеть. Вырежьте из журналов фигуры людей, можно составить вместе фрагменты частей или вообще менять их местами, а затем оформите композицию. С элементами можно</p> | <p>Исключение напряжения, связанного с отсутствием у участников художественных способностей, эта техника позволяет каждому получить успешный результат.</p> |

|                                                 |                                                        |       |                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |
|-------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                 |                                                        |       | делать всё, что угодно, можно дополнить работу надписями, комментариями, закрасить и декорировать пустоты, быть конкретным или абстрактным.                                                                                              |                                                                                                                                     |
|                                                 | 4.Итог.<br>Обсуждение результатов работы.<br>Прощание. | 7     | Законченные картинки кладутся рядом, сравниваются и обсуждаются. Преувеличенные картинки подчёркивают абсурдность и давление нормы. «Как на наш образ влияют изображения? Как они влияют на наше понятие того, как мы должны выглядеть?» | Укрепление личных границ детей и фокусирование их внимания на различных аспектах системы отношений, включая отношение к самим себе. |
|                                                 | 5.Повторное тестирование.                              | 8- 10 | Подростки получают бланки и выполняют процедуру ранжирования.                                                                                                                                                                            | Контроль изменения образа «Я» подростков.                                                                                           |
| Встреча № 10<br>Цель: Подведение итогов работы. | Сладкий вечер                                          | 60    | Встреча в режиме «чаепития». За большим круглым столом угощаемся, делимся впечатлениями, идеями, вспоминаем успехи.                                                                                                                      | Положительное подкрепление успехов подростков, положительная оценка деятельности участников членами группы.                         |