

Государственное бюджетное учреждение Калужской области
«Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Ровесник»

ПРИНЯТО
на заседании
Совета специалистов,
протокол от 29.08.2023г.№ 1

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
ГБУ КО СРЦН «Ровесник»
от 29.08.2023г. № 152

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
«КАПЛИ РАДУГИ»**

Возраст обучающихся: 10-17 лет
Срок реализации: 9 месяцев

Автор-составитель:
Антипова Ольга Анатольевна, педагог-психолог

г. Сосенский, 2023 год

Содержание:

1. Пояснительная записка
 - 1.1. Направленность программы
 - 1.2. Новизна программы
 - 1.3. Актуальность программы
 - 1.4. Педагогическая целесообразность программы
 - 1.5. Цель программы
 - 1.6. Задачи программы
 - 1.7. Возраст детей, участвующих при реализации данной программы
 - 1.8. Сроки реализации программы
 - 1.9. Формы и режим занятий
 - 1.10. Ожидаемые результаты и способы их проверки
2. Формы аттестации по итогам реализации разделов, тем и программа в целом
3. Учебно-тематический план программы
4. Содержание программы
5. Методическое обеспечение программы
6. Материально-техническое обеспечение программы
7. Список литературы

*«Она вызывает симпатию и уважение не только потому,
что заменяет шприцы и микстуры более приятными вещами.
Есть еще одна веская причина, чтобы снять перед нею шляпу.
Превращая искусство в средство, в «препарат» для оздоровления детей,
арт-терапия легко и весело манифестирует глубоко гуманное положение:
человек важнее, чем искусство!»*

Юрий Красный
(педагог, художник, поэт.)

Пояснительная записка

Арт-терапия – одно из самых интересных направлений практической психологии. Сегодня арт-терапия имеет многочисленные формы и вариации, эту методику работы используют психотерапевты, клинические психологи и педагоги-психологи.

Как терапевтический метод, арт-терапия появилась в середине прошлого века. Термин «арт-терапия» (буквально: лечение искусством) ввёл в употребление художник Адриан Хилл в 1938 году при описании своей работы с туберкулезными больными в санаториях. Он же сформулировал определение и основные положения арт-терапии. Его пациенты избавлялись от тревожности с помощью рисования. А. Хилла считают основоположником классических видов арт-терапии.

Эти методы были применены в США в работе с детьми, вывезенными из нацистских лагерей во время Второй мировой войны. В начале своего развития арт-терапия отражала психоаналитические взгляды З. Фрейда и К. Г. Юнга, по которым конечный продукт художественной деятельности клиента (будь то рисунок, скульптура, инсталляция) выражает его неосознаваемые психические процессы. После Великой Отечественной Войны приемы арт-терапии стали применяться в реабилитационной работе с детьми. В 1969 г. в Америке была создана Американская арт-терапевтическая ассоциация. В 1997 году в России для развития теории и практики арт-психологии было создано национальное сообщество арт-терапевтов.

Методами арт-терапии можно справиться с различными негативными состояниями, такими как – тревожность, страхи, депрессия, агрессивность и многими другими психологическими проблемами, которые мешают человеку жить и тормозят его развитие.

Можно с помощью арт-терапии контролировать свое психологическое состояние, ведь, как известно, оно может очень меняться, особенно, если в жизни присутствуют стрессовые ситуации.

Еще одно весомое преимущество арт-терапии заключается в том, что она не имеет противопоказаний и дает изумительные результаты как при работе с детьми и подростками, так и при работе со взрослыми.

Арт-методы позволяют получить доступ к самым скрытым переживаниям ребенка и корректно помочь ему, особенно при обращении к тем реальным проблемам или фантазиям, которые по каким-либо причинам затруднительно обсуждать вербально. Работа над рисунками картинками, скульптурами – это безопасный способ разрядки разрушительных и саморазрушительных тенденций

(К.Рудестам). Методы арт-терапии позволяют проработать мысли и эмоции, которые человек привык подавлять.

Считается, что использование арт-терапии в психокоррекционной работе с несовершеннолетними эффективно при решении следующих проблем:

- возрастные кризисы;
- отставание ребенка в психическом или речевом развитии;
- депрессия, преобладание пониженного тонуса и плохого настроения;
- эмоциональное выгорание, стресс, психотравма;
- синдром хронической усталости;
- низкая самооценка, наличие внутриличностных комплексов, негативное самовосприятие;
- повышенная тревожность;
- неустойчивость психики;
- психоэмоциональные проблемы;
- различные фобии, панические атаки;
- трудности в общении с членами семьи, друзьями, коллегами, конфликтность, раздражительность, импульсивность;
- патологическая ревность;
- вынужденное одиночество, длительная социальная изоляция;
- трудности социализации.

Для психологов социально-реабилитационных центров эта технология является одним из главных методов профилактики девиантного поведения, а также экспресс-диагностикой детско-родительских отношений и психоэмоционального состояния ребенка.

В России продолжает оставаться актуальной проблема социальной дезадаптации детей и подростков, в связи с этим была написана дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Капли радуги», в основу которой вошла инновационная форма работы – «арт-терапевтические занятия».

Направленность программы - социально-гуманитарная. Данная программа направлена на всестороннее гармоничное развития личности ребенка через развитие способности самовыражения и самопознания посредством арт-терапии, как одним из самых продуктивных и незаменимых способов психологической работы с несовершеннолетними.

Новизна в том, что программа предусматривает различные формы работы с несовершеннолетними, начиная с наблюдения за окружающим миром и заканчивая созданием готового изделия, отображающего суть внутри личностного состояния. В программе используются новые техники работы, требующие использования нетрадиционных материалов. В процессе реализации данной программы, педагог-психолог подходит к каждому воспитаннику как к самобытной личности, обладающей своими чертами характера и способностями. Поэтому программа предусматривает дифференцированное обучение детей.

Отличительной особенностью и **актуальностью** данной программы является использование арт-терапии в работе с детьми, попавшими в трудную жизненную

ситуацию. Методы арт-терапии являются бесценным даром, находкой для работы с детьми и подростками, которые в жизни обделены теплом, любовью, пониманием, видят насилие, испытывают боль, гнев, обиду.

Методика понятия “арт-терапевтическое занятие” базируется на убеждении, что внутреннее “Я” ребёнка отражается в зрительных образах всякий раз, когда он спонтанно, не особенно задумываясь о своих произведениях, рисует, пишет картину, лепит. Именно невербальные средства часто являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний страхов, конфликтов, воспоминаний и сновидений.

Педагогическая целесообразность программы

В процессе реализации данной программы несовершеннолетние не только обучаются рисовать, лепить, а постигают как, посредством арт-терапии, справиться с проблемами, вызывающими у него запредельные эмоции, дать выход творческой энергии. Несовершеннолетние вооружаются одним из доступных и приятных для них способов снятия эмоционального напряжения.

Цель программы:

Создать условия для творческого самовыражения личности, обретения гармонии с собой и с миром, нормализации психоэмоционального состояния, коррекции процессов возбуждения в нервной системе и исправление поведения.

Устранение неэффективного психологического напряжения; формирование положительного образа Я и самооценки.

Задачи программы:

Обучающие:

- Углубление и расширение знаний в области изобразительного искусства;
- Формирование знаний по основам композиции, цветоведения, лепки, декоративно-прикладного творчества.

Развивающие:

- Развитие воображения, мышления, внимания;
- Коррекция поведенческих и эмоциональных нарушений, появляющихся в форме депрессивных, тревожно-фобических реакций и невротических симптомов, агрессивных тенденций, импульсивности, симптомов психосоматических расстройств;
- Формирование положительной самооценки;
- Реализация творческого потенциала;
- Развитие навыков психической саморегуляции и способности к конструктивному выражению эмоций.

Воспитательные:

- Привитие интереса к художественному творчеству;
- Воспитание эстетического отношения к действительности;
- Воспитание трудолюбия, аккуратности, усидчивости, терпения, доверительного отношения к себе, окружающему миру;
- Воспитание коммуникативной культуры.

Возраст детей, участвующих в реализации данной программы: предполагается разновозрастный состав группы - младший и средний школьный возраст, дети 10 – 17 лет. Наполняемость группы до 12 человек.

Срок реализации программы – 9 месяцев, занятия проводятся 1 раз в неделю продолжительностью 45 минут.

Форма и режим занятий – групповая, парная, индивидуальная. В рамках программы запланирована самостоятельная, практическая работа и коллективно-творческая деятельность, творческая переработка информации и создание самостоятельных исследований.

Основными педагогическими принципами, обеспечивающими реализацию программы, являются:

- ✓ учет возрастных и индивидуальных особенностей каждого ребенка;
- ✓ доброжелательный психологический климат на занятиях;
- ✓ личностно-деятельный подход к организации учебно-воспитательного процесса;
- ✓ оптимальное сочетание форм деятельности;
- ✓ доступность предлагаемого материала.

Ожидаемые результаты и способы проверки

- ✓ Освобождение ребенка от негативных переживаний (тревожности, страхов, агрессии), внутри личностных конфликтов;
- ✓ повышение самооценки;
- ✓ позитивные изменения в психологическом состоянии, позитивная картина мира и образ Я, осознание внутренних ресурсов;
- ✓ умение работать со своими переживаниями;
- ✓ развитие коммуникативных навыков;
- ✓ развитие самосознания;
- ✓ закрепление положительных поведенческих реакций.
- ✓ раскрытие творческого потенциала.

Усвоение программы отслеживается с помощью мониторинга (вводной, промежуточной и итоговой диагностики) Приложение 1.

Формы аттестации по итогам реализации тем, разделов, программы в целом является – практическая работа, выставка, конкурс-игровое итоговое занятие, викторина.

Реализация программы

Необходимым требованием, предъявляемым к содержанию программы, является то, что оно должно быть насыщено, интересно и эмоционально значимо для воспитанников, разнообразно по видам деятельности и должно удовлетворять потребностям каждого несовершеннолетнего ребенка в реализации своих желаний и возможностей.

В программу включены четыре раздела:

Изотерапия

- Знакомство с изобразительной техникой марания,

- Работа с природным материалом,
- Групповое рисование ватными палочками,
- рисование акварелью, гуашью,
- изготовление объёмной композиции из бумаги, природных материалов,
- Рисование карандашами и фломастерами с использованием вырезок из газет и журналов,
- Работа с тестом, пластилином,
- Работа с нитками, Рисование с помощью ниток и краски,
- Совместное рисование, коммуникативное рисование, рисование в восьмерках.

Музыкотерапия

- Слушание музыки,
- Рисование карандашами и акварелью, фломастерами под музыкальное сопровождение,
- Прослушивание музыкальных композиций, произведений со звуками животных,
- пантомима,
- релаксация под музыку,
- пение песенок, потешек,
- Музыкальное моделирование.

Сказкотерапия

- Беседа.
- Игровые упражнения, моделирование ситуаций,
- Чтение сказки. Беседа по прочитанному,
- Рисование по прочитанному,
- Работа с разными подручными материалами,
- Рисование карандашами и акварелью, фломастерами,
- Сочинение сказок,
- Упражнения на ритмизацию,
- Упражнения на произвольное напряжение и расслабление мышц.
- Сюжетно-игровая импровизация.

Игротерапия

- Беседа,
- Игровые упражнения,
- Работа с тестом, пластилином, нитками, водой, глиной, песком,
- Коммуникативные упражнения,
- моделирование ситуаций,
- игры, ориентированные на коррекцию различных страхов,
- подвижные занятия и спортивные упражнения.

Учебно-тематический план

№ п/п	Название раздела, тема	Количество часов		
		Всего	Теория	Практика
I	Изотерапия (рисование красками, цветными карандашами, монотипия)			
1	Знакомство. Изобразительная техника марания. «Разноцветные ладошки»	45 мин	20 мин	25 мин
2	Живопись кончиками пальцев «Планета счастья»	45 мин	20 мин	25 мин
3	Монотипия «Осенний пейзаж»	45 мин	20 мин	25 мин
4	Рисование волшебными красками «Морские узоры» (эбру-терапия)	45 мин	20 мин	25 мин
5	Кляксография «Волшебные нитки»	45 мин	20 мин	25 мин
6	Рисование по мокрому листу бумаги «Размываем обиду красками»	45 мин	20 мин	25 мин
7	Чудеса из теста «Сказочные фигуры»	45 мин	20 мин	25 мин
8	Пластилинография натюрморт «Цветы в вазе»	45 мин	20 мин	25 мин
9	Коллаж. «Мир эмоций»	45 мин	20 мин	25 мин
II	Музыкотерапия (прослушивание различной музыки, использование релаксационной музыки на занятиях)			
10	Музыкотерапия «Осеннее настроение в музыке»	45 мин	20 мин	25 мин
11	Музыкотерапия «Мир животных»	45 мин	20 мин	25 мин
12	Музыкотерапия «Путешествие по морю»	45 мин	20 мин	25 мин
13	Музыкотерапия «Зимняя сказка»	45 мин	20 мин	25 мин
14	Музыкотерапия игра «Три цветка»	45 мин	20 мин	25 мин
15	Музыкотерапия игра «Цветик-семицветик»	45 мин	20 мин	25 мин
16	Музыкотерапия «Свободный танец»	45 мин	20 мин	25 мин
17	Музыкотерапия «В лесу»	45 мин	20 мин	25 мин
18	Музыкальное моделирование «Дождь»	45 мин	20 мин	25 мин
III	Сказкотерапия (сочинение и проигрывание сказок)			
19	Чтение сказки «Найда»	45 мин	20 мин	25 мин
20	Сказочная импровизация	45 мин	20 мин	25 мин
21	«Хорошие и плохие сказочные герои» ч.1	45 мин	20 мин	25 мин
22	«Хорошие и плохие сказочные герои» ч.2	45 мин	20 мин	25 мин
23	Сказкотерапия «Встреча эмоций»	45 мин	20 мин	25 мин
24	Сказкотерапия «Сказка на песке»	45 мин	20 мин	25 мин
25	Рефлексия «Сказочные дома»	45 мин	20 мин	25 мин
26	Рефлексия «Здравствуй Я, мой любимый», чтение сказки Г. Х. Андерсена «Гадкий утенок»	45 мин	20 мин	25 мин
27	Сказка про капельку (сказка-медитация)	45 мин	20 мин	25 мин
IV	Игротерапия			
28	Преодоление страха «Какой я есть, когда боюсь, и какой, когда ничего не боюсь».	45 мин	20 мин	25 мин
29	Игровые упражнения на развитие мимики лица «Свет мой, зеркальце, скажи»	45 мин	20 мин	25 мин
30	Игровые упражнения на снятие эмоционального напряжения «Мы из Простоквашино»	45 мин	20 мин	25 мин
31	Коммуникативная игра «Букет цветов»	45 мин	20 мин	25 мин

32	Контактная игра «Борьба шарами»	45 мин	20 мин	25 мин
33	Игра – инсценировка «Заболела девочка»	45 мин	20 мин	25 мин
34	Объединяющая игра «Иголочка и ниточка»	45 мин	20 мин	25 мин
35	«Чудесные перевоплощения»	45 мин	20 мин	25 мин
36	«Дарим радость»	45 мин	20 мин	25 мин

Содержание программы

№ п/п	Содержание программы	Цель	Форма организации образовательного процесса
I	Изотерапия (рисование красками, цветными карандашами, монотипия)		
1.	Знакомство. Изобразительная техника марания. «Разноцветные ладошки»	Развитие сенсорно-перцептивной сферы, развитие воображения, фантазии, сплочение группы, спонтанное самовыражение, снятие эмоционального напряжения.	Технология проводится в индивидуальном и групповом режиме.
2.	Живопись кончиками пальцев «Планета счастья»	Развитие сенсорно-перцептивной сферы, развитие воображения, фантазии, сплочение группы, спонтанное самовыражение, снятие эмоционального напряжения.	Техника проводится в индивидуальном и групповом режиме.
3.	Монотипия «Осенний пейзаж»	Спонтанное самовыражение, актуализация чувств и снятие психоэмоционального напряжения, осознание ребенком своих границ, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности.	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
4.	Рисование волшебными краскам «Морские узоры»	Сенсорно-перцептивное развитие, снятие эмоционального напряжения, развитие гибкости, оригинальности мышления.	Техника проводится в индивидуальном и групповом режиме.
5.	Кляксография «Волшебные нитки»	Развитие воображения, фантазии, спонтанное самовыражение, снятие эмоционального напряжения.	Техника проводится в индивидуальном и групповом режиме.
6.	Рисование по мокрому листу бумаги «Размываем обиду красками»	Снятие тревожности, развитие воображения, гибкости, оригинальности мышления, творческого восприятия.	Техника проводится в индивидуальном и групповом режиме.
7.	Чудеса из теста «Сказочные фигуры»	Развитие сенсорно-перцептивной сферы, развитие креативности, снятие напряжения, повышение самооценки, развитие навыков невербальной экспрессии.	Техника проводится как в индивидуальном, так и в групповом режиме.
8.	Пластилинография натюрморт «Цветы в вазе»	Развитие сенсорно-перцептивной сферы, развитие воображения, оригинальности мышления, творческое самовыражение.	Техника проводится как в индивидуальном, так и в групповом режиме.

9.	Коллаж. «Мир эмоций»	Развитие самоинтереса, повышение самооценки, рефлексия различных «Я-схем», развитие креативности.	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
II Музыкотерапия (прослушивание различной музыки, использование релаксационной музыки на занятиях)			
10.	Музыкотерапия «Осеннее настроение в музыке»	Развивать элементарные представления о том, что такое настроение, познакомить их с разнообразными средствами, с помощью которых люди передают свое настроение; воспитывать у детей желание высказывать свое отношение к происходящему, передавать свое настроение словом. Вызывать эмоциональную отзывчивость на музыку нежного, задумчивого, мечтательного характера.	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
11.	Музыкотерапия «Мир животных»	Развитие навыков сотрудничества в творческой деятельности. Создавать образ животного, ребенок имеет возможность творчески самовыражаться. Воспитывать интереса к творческой деятельности.	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
12.	Музыкотерапия «Путешествие по морю»	Переживание своего эмоционального состояния: «Мы на корабле. Начался шторм: паруса рвет ветер, огромные волны швыряют корабль, как щепку» (Вивальди «Шторм») Формирования состояния покоя, защищенности: «Ветер стих, море гладкое и прозрачное, как стекло. Корабль легко скользит по воде. » (Чайковский «Баркаролла») Становление конечного эмоционального состояния: «Впереди земля! Наконец-то мы дома. Как радостно встречают нас друзья и родные! ». (Шостакович «Праздничная увертюра»).	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
13.	Музыкотерапия «Зимняя сказка»	Переживание своего эмоционального состояния: «Наступила зима. На улице колкий трескучий мороз. Злющий при злющий! » (Шуман «Дед Мороз») Формирования состояния покоя, защищенности: «С ночного неба летят легкие снежинки. Они искрятся в свете фонаря. » (Дебюсси «Танец снежинок») Становление конечного эмоционального состояния: «Закружила метель в нежном вальсе». (Свиридов Вальс «Метель»)	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
14.	Музыкотерапия игра «Три цветка»	Снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие воображения, фантазии, гибкости, оригинальности, ассоциативности мышления, формирование умения осознавать	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.

		собственное состояние, чувства, эмоции.	
15.	Музыкотерапия игра «Цветик-семицветик»	Снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие воображения, фантазии, гибкости, оригинальности, ассоциативности мышления, формирование умения осознавать собственное состояние, чувства, эмоции.	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
16.	Музыкотерапия «Свободный танец»	Снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие воображения, фантазии, гибкости, оригинальности, ассоциативности мышления, формирование умения осознавать собственное состояние, чувства, эмоции.	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
17.	Музыкотерапия «В лесу»	Переживание своего эмоционального состояния: «Мы в дремучем лесу, темно, воют волки, мы продираемся через колючие кустарники, бежим (звучит музыка Петра Ильича Чайковского - оркестровая фантазии «Франческа да Римини» на тему «Ада», ребенок двигается в соответствии с сюжетом)». Формирования состояния покоя, защищенности: «Мы убежали на поляну. Она со всех сторон защищена добрым волшебством. Никто кроме нас не сможет пробраться сюда. Здесь очень красиво: маленький водопад стекает в прозрачное озеро, на земле нежная зеленая трава и удивительные прекрасные цветы (звучит ноктюрн Ф. Шопена, ребенок лежит или сидит на коврик). Становление конечного эмоционального состояния: «Водопад так радостно звенит своими капельками! Нам становится так легко, так весело! Мы тоже хотим петь вместе с водопадом! (звучит «Маленькая ночная серенада» В. А. Моцарта, ребенок подыгрывает на металлофоне или танцует).	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
18.	Музыкальное моделирование «Дождь»	Снятие тревожности, эмоционального напряжения, развитие воображения, фантазии, гибкости, оригинальности, ассоциативности мышления, формирование умения осознавать собственное состояние, чувства, эмоции.	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
III	Сказкотерапия (сочинение и проигрывание сказок)		
19.	Чтение сказки «Найда»	Коррекция личностных качеств: трудолюбия и упорства через создание ситуаций успеха, поощрение. Пробуждение и обогащение чувств ребенка, сенсорных способностей детей.	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
20.	Сказочная импровизация	Развитие навыков сотрудничества в художественной деятельности. Умение выделять предметы в группу (сказку),	Методика может применяться как в индивидуальной

		опираясь на зрительный образ, владеть техниками конструктивного решения конфликтов, уметь преодолевать свои страхи, адекватно выражать свои эмоции.	работе, так и групповой.
21.	«Хорошие и плохие сказочные герои» ч.1	Формирование у детей положительных эмоциональных реакций в отношении себя, своей внешности, формирование желания нравиться себе и другим людям, способствовать раскрепощению ребенка.	Методы: чтение сказок, социально - психологические игры, беседа, рисунок «Как мы боремся с трудностями».
22.	«Хорошие и плохие сказочные герои» ч.2	Формирование у детей положительных эмоциональных реакций в отношении себя, своей внешности, формирование желания нравиться себе и другим людям, способствовать раскрепощению ребенка.	Методы: чтение сказок, социально - психологические игры, беседа, рисунок «Как мы боремся с трудностями».
23.	Сказкотерапия «Встреча эмоций»	Коррекция эмоционально-волевой сферы через развитие навыков саморегуляции, проработку страхов, агрессии, снятие напряжения, развитие творческого воображения, гармонизация эмоционального состояния.	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
24.	Сказкотерапия «Сказка на песке»	Развитие сенсорно-перцептивной сферы, актуализация чувств, снятие психоэмоционального напряжения, развитие воображения, креативности, творческое самовыражение.	Практика. Работа в малой группе 3-4 человека. Создание на песке с различными фигурками и материалами сказочной истории. Сочинение сказки. Работа с манкой остальных участников группы: окраска и рисование манкой. Индивидуальная и групповая работа.
25.	Рефлексия «Сказочные дома».	Умение выделять предметы в группу (сказку), опираясь на зрительный образ, владеть техниками конструктивного решения конфликтов, уметь преодолевать свои страхи, адекватно выражать свои эмоции.	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
26.	Рефлексия «Здравствуй Я, мой любимый», чтение сказки Г. Х. Андерсена «Гадкий утенок»	Развивать творческое мышление, терпение, аккуратность. Творческое самовыражение, развитие невербального общения.	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
27	Сказка про капельку (сказка-	Развитие коммуникативных умений и навыков в общении со сверстниками и	Методика может применяться как в

	медитация)	взрослыми.	индивидуальной работе, так и групповой. Методы: чтение сказки, социально - психологические игры, беседа.
IV	Игротерапия		
28	Преодоление страха «Какой я есть, когда боюсь, и какой, когда ничего не боюсь»	Знакомятся с чувством страха, что испытывают, когда боятся и когда не боятся.	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
29	Игровые упражнения на развитие мимики лица «Свет мой, зеркальце, скажи»	Понимание другого человека и развивать внимание к невербальным формам общения.	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
30	Игровые упражнения на снятие эмоционального напряжения «Мы из Простоквашино»	Развитие умения оценивать своё эмоциональное состояние и вербализировать его; активизировать способность управлять собственными эмоциями; идентифицировать эмоциональные состояния других; развитие социальных эмоций.	Методика может применяться как в индивидуальной работе, так и групповой.
31	Коммуникативная игра «Букет цветов»	Коррекция эмоционально-волевой сферы через развитие навыков саморегуляции. Коррекция коммуникативных навыков через развитие навыков общения.	Игровые упражнения. Работа в парах.
32	Контактная игра «Борьба шарами»	Развитие умения оценивать и контролировать своё агрессивное поведение; противостоять стимулам его провоцирующим; выработка адаптивных способов поведения.	Игровые упражнения. Работа в парах.
33	Игра – инсценировка «Заболела девочка»	Преодоление негативных тенденций развития; коррекция морального взаимоотношения с окружающими; формирование бережного отношения ко всему живому.	Игровые упражнения. Работа в парах.
34	Объединяющая игра «Иголочка и ниточка»	Развитие групповой сплоченности, снятие напряженности, создание положительной атмосферы.	Игровые упражнения. Работа в группах.
35	«Чудесные перевоплощения»	Учатся с перевоплощениями людей в животных и др.; развитие коммуникативных отношений в группе.	Игровые упражнения. Работа в парах.
36	«Дарим радость»	Коррекция личностных качеств, воспитание желания оказать помощь	Игровые упражнения. Работа в парах.

Методическое обеспечение программы:

- методическая литература;
- конспекты занятий;
- опросник САН (самочувствие, активность, настроение).

Материально-техническое обеспечение программы:

- помещение: учебный кабинет, актовый зал;
- оборудование учебного помещения: столы, стулья, стеллаж для хранения дидактических пособий, настенная доска с набором для крепления картинок, фотографий, рисунков;
- технические средства обучения: ноутбук, мультимедиа-проектор, музыкальный центр, диски с музыкальными композициями;
- канцелярские принадлежности (альбомы, краски, гуашь, цветная бумага, цветной картон, фломастеры, ручки, клей, цветные карандаши, ножницы, ватманы, пластилин)

Список литературы

1. Александров, А.А. Аналитико-катартическая терапия эмоциональных нарушений / А.А. Александров. - СПб.: Спецлит, 2017. - 237 с.
2. Вудроф, Д. Точка за точкой. Арт-терапия / Д. Вудроф. - Мн.: Попурри, 2018. - 208 с.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. – СПб.: Речь, 2006.
4. Капская А.Ю., Мирончик Т.Л. Развивающая сказкотерапия для детей. – СПб.: Речь, 2006.
5. Капская А.Ю., Мирончик Т.Л. Планета чудес. Развивающая сказкотерапия для детей. – СПб.: Речь, 2008.
6. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. – СПб.: Речь, 2006.
7. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. – М.: Когито-Центр, 2007.
8. Копытин А.И. Основы арт-терапии. — СПб., 1999.
9. Копытин А.И. Практикум по арт-терапии.— СПб., 2000.
10. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. – СПб.: Питер, 2002.
11. Копытин А.И., Корт Б. «Техники аналитической арт-терапии». – СПб.: Речь, 2007.
12. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. — СПб.: Речь, 2003.
13. Роджерс К.Р. Становление личности. Взгляд на психотерапию. – М.: Изд-во ЭКСИМО-Пресс, 2001.
14. Сакович Н.А. Практикум по креативной психотерапии: Учебно-методическое пособие. – Минск, 2005.
15. Юнг К. Архетип и символ. – М.: Ренессанс, 1991.
16. Шевченко Маргарита. Психологические тесты и задания. Рисуночная цветотерапия для всей семьи. Издательство АСТ., 2018 год

**Диагностическая карта
уровня освоения программы**

№ п\п	Ф.И.О.	Вводная	Промежуточная	Итоговая

**Опросник САН
(самочувствие, активность, настроение)**

Тест предназначен для оперативной оценки самочувствия, активности и настроения (по первым буквам этих функциональных состояний и назван опросник).

Испытуемых просят соотнести свое состояние с рядом признаков по многоступенчатой шкале. Шкала состоит из индексов (3 2 1 0 1 2 3) и расположена между тридцатью парами слов противоположного значения, отражающих подвижность, скорость и темп протекания функций (активность), силу, здоровье, утомление (самочувствие), а также характеристики эмоционального состояния (настроение). Испытуемый должен выбрать и отметить цифру, наиболее точно отражающую его состояние в момент обследования.

Инструкция. Выберите и отметьте цифру, наиболее точно отражающую ваше состояние в данный момент.

Обработка результатов и интерпретация

Вопросы на самочувствие – 1, 2, 7, 8, 13, 14, 19, 20, 25, 26.

Вопросы на активность – 3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28.

Вопросы на настроение – 5, 6, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 29, 30.

При обработке оценки респондентов перекодируются следующим образом:

- индекс 3, соответствующий неудовлетворительному самочувствию, низкой активности и плохому настроению, принимается за 1 балл;
- следующий за ним индекс 2 – за 2 балла;
- индекс 1 – за 3 балла и так до индекса 3 с противоположной стороны шкалы, который соответственно принимается за 7 баллов (внимание: полюса шкалы постоянно меняются).

Положительные состояния всегда получают высокие баллы, а отрицательные низкие. По этим "приведенным" баллам и рассчитывается среднее арифметическое как в целом, так и отдельно по активности, самочувствию и настроению. Например, средние оценки для выборки из студентов Москвы равны:

самочувствие – 5,4;

активность – 5,0;

настроение – 5,1.

При анализе функционального состояния важны не только значения отдельных его показателей, но и их соотношение. У отдохнувшего человека оценки активности, настроения и самочувствия обычно примерно равны. По мере нарастания усталости соотношение между ними изменяется за счет относительного снижения самочувствия и активности по сравнению с настроением.

