

Данилова Мария Валериевна Учитель-дефектолог МОБУ

“СОШ №27” Якутск/ГО Якутск

Методическая разработка «Рабочая программа. Использование арт-терапевтических технологий в процессе коррекционно-развивающей работы с детьми с ЗПР»

Пояснительная записка.

В настоящее время уделяется огромное внимание физическому и интеллектуальному здоровью детей и, зачастую, без внимания остается его психика, его эмоции, т.е. психологическое здоровье в целом. Повышенный уровень тревожности, низкая самооценка и наличие каких – либо страхов являются в нашем детском саду частым основанием для обращения родителей к педагогу-психологу. И этим проблемам нужно уделять особое внимание.

Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания. Искусство (особенно легенды и мифы) и арт-терапия, использующая искусство, в значительной степени облегчают процесс индивидуализации саморазвития личности на основе установления зрелого баланса между бессознательным и сознательным "Я".

Важнейшей техникой арт-терапевтического воздействия является техника активного воображения, направленная на то, чтобы столкнуть лицом к лицу сознательное и бессознательное и примирить их между собой посредством аффективного взаимодействия.

Коррекционные возможности арт-терапии связаны с предоставлением учащемуся практически неограниченных возможностей для самовыражения и самореализации в продуктах творчества, утверждением и познанием своего "Я". Создаваемые детьми продукты облегчают процесс коммуникации и установления отношений со значимыми другими (родственниками, детьми, педагогами и т.д.). Интерес к результатам творчества со стороны окружающих, принятие ими продуктов творчества повышают самооценку ребенка и степень его самопринятия и самооценности.

Арт-терапия может использоваться как в виде основного метода, так и в качестве одного из вспомогательных методов.

Цели программы:

- повышение адаптивности в постоянно меняющемся мире (гибкости);
- активный поиск новых форм взаимодействия с миром;

- подтверждение своей индивидуальности, неповторимости и значимости;
- выражение эмоций и чувств, связанных с переживаниями своих проблем, самого себя.

Задачи программы:

мягко и эффективно проработать следующие проблемы ребенка:

Участники программы: дети 7-10 лет

Режим занятий: 1 раз в неделю (20– 30 минут в зависимости от возраста школьников).

Сроки реализации программы: занятия проводятся 3 месяца с момента выявления у ребенка проблем, требующих психологической работы по данной программе.

Методы арт-терапии в коррекционной работе позволяют получить следующие позитивные результаты:

1. Обеспечивает эффективное эмоциональное реагирование, придает ему (даже в случае агрессивного проявления) социально приемлемые, допустимые формы.
2. Облегчает процесс коммуникации для замкнутых, стеснительных или слабоориентированных на общение учащихся.
3. Дает возможность невербального контакта (опосредованного продуктом арттерапии), способствует преодолению коммуникативных барьеров и психологических защит.
4. Создает благоприятные условия для развития произвольности и способности к саморегуляции. Эти условия обеспечиваются за счет того, что изобразительная деятельность требует планирования и регуляции деятельности на пути достижения целей.
5. Оказывает дополнительное влияние на осознание человеком своих чувств, переживаний и эмоциональных состояний, создает предпосылки для регуляции эмоциональных состояний и реакций.
6. Существенно повышает личностную ценность, содействует формированию позитивной "Я-концепции" и повышению уверенности в себе за счет социального признания ценности продукта, созданного им самим.

Об эффективности арт-терапии в каждом конкретном случае можно судить на основании активизации участия в занятиях, усиления интереса к результатам собственного творчества, увеличения времени самостоятельных занятий.

В зависимости от характера творческой деятельности и ее продукта можно выделить следующие виды арт-терапии: изотерапия, песочная терапия, музыкотерапия, сказкотерапия, куклотерапия, игровая терапия.

Изотерапия – это терапия рисованием, то есть воздействие с использованием средств изобразительного искусства. Изотерапия дает возможность: развивать мелкую моторику, чувствовать цвет, различать оттенки, снять внутреннее эмоциональное напряжение и т.д.

Песочная терапия – это способ общения с миром и самим собой через песок. Дает возможность развивать мелкую моторику, творческое воображение, коммуникационные навыки, а также выявить неосознанные проблемы и проработать травматические ситуации.

Музыкотерапия – психотерапевтический метод, основанный на целительном воздействии музыки на психику человека. Позволяет скорректировать недостаточно развитые элементы такта, частоты, последовательность действий у ребёнка, применять совокупность приемов и методов, направленных на расширение и обогащение спектра доступных человеку переживаний.

Сказкотерапия — это психологическое воздействие на человека через сказки. Она способствует развитию речи, воображения, коммуникационных навыков, помогает улучшить гибкость, адаптивность к миру и т. д.

Игровая терапия – метод психотерапевтического воздействия на детей и взрослых с использованием игры. Позволяет развивать мелкую моторику, речь, воображение, коммуникационные навыки, улучшать общее развитие и т.д.

В арт-терапии используется комплекс коррекционных упражнений, который затрагивает общее физическое, эмоциональное и речевое развитие, что в целом положительно сказывается на социальном развитии.

Арт-терапия развивает мелкую моторику, творчество и воображение, создаёт эмоционально-положительный настрой у детей. Оказывает укрепляющее, стимулирующее, тонизирующее или расслабляющее воздействие на психическое и эмоциональное состояние ребёнка.

При использовании дефектологом арт-терапевтических техник, в работе с детьми, задействованы зрительные, слуховые, тактильные анализаторы, что в целом благоприятно сказывается на психофизическом, психоэмоциональном и общем развитии детей.

Структура занятия

Этапы работы	Комментарий
Ритуал приветствия.	Позволяет сплочать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия.
Разминка – воздействие на эмоциональное состояние детей, уровень их активности.	Выполняет функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Она проводится не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями. Разминочные упражнения выбираются с учетом актуального состояния группы. Одни позволяют активизировать детей, поднять их настроение; другие, напротив, направлены на снятие эмоционального возбуждения.
Основное содержание занятия – совокупность психотехнических упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия (изотерапия, игротерапия, сказкотерапия, музыкатерапия, песочная терапия, проигрывание ситуаций, групповая дискуссия).	Техники направлены одновременно на развитие познавательных процессов, формирование социальных навыков, динамическое развитие группы. Важен порядок предъявления упражнений и их общее количество. Последовательность предполагает чередование деятельности, смену психофизического состояния ребенка: от подвижного к спокойному, от интеллектуальной игры к релаксационной технике.
Рефлексия – оценка занятия (беседы).	Две оценки: эмоциональная (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали).
Ритуал прощания.	По аналогии с ритуалом приветствия.

Введение и “разминка” (5 минут)

Этап творческой работы (15 минут)

Этап обсуждения (10 минут)

(В зависимости от возраста воспитанников)

Учебно-тематический план

Структурной особенностью программы является блочно-тематическое планирование содержания занятий. Основные разделы программы группируются вокруг единой темы. Содержание каждого года основывается на трех тематических блоках.

№	Тема	Количество часов
1	Здравствуй это Я!	1 ч
2	Изотерапия «Каляка – маляка»	1 ч
3	Мульттерапия «Дождик».	1 ч
5	Песочная терапия «Маленькие волшебники – мы создаем мир».	1 ч
6	Изотерапия «Размываем обиду красками».	1 ч
7	Сказкотерапия «Остров счастья».	1 ч
8	Игротренинг «Плохо быть одному»	1 ч
9	Музыкотерапия «Самопрезентация».	1 ч
ИТОГО:		9 ч