

Сорокина Агнесса Ивановна,
педагог-психолог и учитель ИЗО
МБОУ «СОШ №2 г. Меленки»
4 класс

Коррекционно-развивающее занятие в работе с тревожными детьми
(4 кл.)

(оригинальная авторская разработка)

«Круг друзей»

*Творчество требует от человека
координации всех нравственных сил,
и этот всплеск активности благотворно
влияет на психику человека,
а значит и на его здоровье.*

Цель: снятие эмоциональной напряженности, изучение личностного ресурса ребенка, формирование установки позитивного отношения к себе, актуализация чувств, изучение социальной ситуации развития (социометрия).

Задачи:

- выявить уровень социальной компетентности учащихся;
- изучить эмоциональное состояние учащихся – выпускников начальной школы;
- повышение собственной личностной ценности;
- закладывать основы самопонимания и миропонимания, выражая все через изображение;
- развитие творческого потенциала учащихся:
 - используя технику «процарапывания», научить детей создавать выразительный графический образ своего настроения через узор в круге;
 - активизировать творческое начало у учащихся в передаче своих чувств и настроений путем воображения и представления;
 - учить детей преобразовывать поступающую информацию

путем творческой свободы, почувствовать свой внутренний мир, прислушиваясь к себе, к своему организму.

Используемая технология: арт-терапия.

Изобразительная техника: граттаж, монотипия, свободное рисование.

ГРАТТАЖ - это графическая техника. Слово "граттаж" в переводе с французского языка означает, скрести, царапать. Рисунок выполняется путем процарапывания пером, спицей или любым острым инструментом бумаги или картона, залитых тушью по воску. Иными словами - это техника царапанья. Граттография - так называли эту технику в России начала XX века.

Материалы и оборудование: релаксационная музыка, серый картон 1\2 А4 для каждого участника, зубочистки, восковые мелки, свечки, чёрная тушь и гуашь, мел, тёрка, вода, ветошь для вытирания кистей и рук, лист А1 для групповой работы, кисти.

Цель работы при рисовании мандалы:

развитие творчества;

развитие произвольности поведения;

снятие внутреннего напряжения, релаксация;

развитие мелкой моторики рук;

воспитание аккуратности;

активизация бессознательного.

Приветствие.

Упражнение «Настроение – цвет - образ».

Дети, стоя в кругу, кидают друг другу мяч, называют цвет своего настроения и на образ чего оно похоже (например: желтый подсолнух, серый дождь и т.п.).

Разминка.

1. Введение детей в групповую работу. Раскрасить картон под граттаж.

Материалы: гуашь, кисти, восковые мелки.

Дети стоят вокруг стола - раскрашивают куски картона, цветами, выражающими настроение. Готовые работы необходимо тщательно просушить (разложить в стороне прямо на полу).

2. Упражнение – активатор «Таинственные рисунки».

Материалы: бумага А4, свечи или восковые мелки, акварель, гуашь, зубные щетки, кисти, вода.

Этапы работы:

1. свечой или светлыми восковыми мелками (белые, желтые, оранжевые, светло-голубые). сделать рисунок мандалы на белой бумаге;
2. закрасить всю поверхность яркими акварельными красками - сразу проявляются невидимые до этого белые линии;
3. можно обмакнуть зубную щетку в густую гуашь подходящего цвета и разбрызгать ее по рисунку, смахивая краску с ворсинок - получится снег, капельки дождя, звезды, солнечные брызги.

Основная часть.

Погружение в творческий процесс (звучание тихой музыки).

1. Дети грунтуют картон под граттаж.

Для этого нужно:

1. натереть свечками просохшие раскрашенные куски картона;
2. обезжирить поверхность - посыпать меловым или стиральным порошком (лишнее стряхнуть);
3. залить черной краской (тушь, гуашь) для просушки положить работу на пол.

2. Пока сохнет картон, делаем групповую работу (отмечаются высказывания детей).

Ведущий рисует в середине листа солнце, а дети раскрашивают

одну свою ладонь гуашью и пока краска сырая делают отпечаток по краю солнца как лучик, таким образом, заполняя весь край рисунка. Затем нужно дополнить монотипию любым рисунком, отражающим своё эмоциональное состояние (кистью, пальцами). Повесить готовую работу на доску.

3. Возобновить работу с картоном (медитативный момент).

Задание – нарисовать зубочистками узор в круге. После окончания рисования придумать название мандалы.

Завершение работы.

Возвращение в ситуацию «здесь и сейчас».

Примерные вопросы для рефлексии:

- Ты доволен результатом?
- Что тебе было сложно делать, а что легко?
- Что ты сейчас чувствуешь?
- Расскажи, что ты здесь видишь?
- Что для тебя значат эти цвета?
- Хотел ли ты что-нибудь изменить?
- Какие чувства ты испытал при работе с изобразительными материалами: красками, свечками, мелом, тушью?
- Какое упражнение понравилось больше? Что понравилось?
- Испытал ли ты неприятные чувства за время занятия?
- Сказать, если есть негативные переживания (хочется изменить, разрезать, порвать)?
- Как изменилось твоё настроение?

Прощание.

Выключается музыка, ведущий благодарит за работу, предлагает детям найти место волшебному кругу: прижать к себе, повесить на стену, подарить кому-то.

Самоанализ коррекционно-развивающего занятия

В.А. Сухомлинский утверждал, что "...забота о здоровье ребенка - это не просто комплекс санитарно-гигиенических норм и правил... и не свод требований к режиму, питанию, труду, отдыху. Это, прежде всего забота о гармонической полноте всех физических и духовных сил, и венцом этой гармонии является радость творчества". Продолжая мысль великого педагога, я убеждена, что задача любого учителя, в том числе и педагога-психолога состоит в следующем: создать условия для



включения ребенка в процесс творчества и найти методы, адекватные его психофизиологическим особенностям, помогающие формированию позитивного мышления ребенка и его способности к "конструированию" собственного здоровья.

Применение метода арт-терапии дало ожидаемый результат – произошло снятие эмоциональной напряженности детей, ярче выявился личностный ресурс учащихся, сформировались установки позитивного отношения к себе, произошла актуализация чувств. Приглашённые учителя-

предметники будущего 5 класса могли наблюдать социальную ситуацию развития детского коллектива, сделать необходимую диагностику.

Образы художественного творчества детей отражают все виды подсознательных процессов, включая страхи, внутренние конфликты. При их словесном описании у ребенка могут возникнуть затруднения. Поэтому именно невербальные средства часто являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний.

Здесь можно говорить о некотором преимуществе арт-терапии перед другими формами психотерапевтической работы, т.к. решались следующие важные задачи.

Общеучебные. Дети учатся решать творческие задачи на уровне комбинаций и импровизаций, проявлять оригинальность при их решении, создавать творческие работы на основе собственного замысла, использовать возможности искусства для достижения положительных изменений в личностном развитии.



Воспитательные. Взаимодействие строится таким образом, чтобы дети учились корректному общению, сопереживанию, бережным взаимоотношениям со сверстниками и взрослыми. Это способствует нравственному развитию личности, обеспечивает ориентацию в системе моральных норм, усвоение этики поведения. Происходит более глубокое понимание себя, своего внутреннего мира (мыслей, чувств, желаний). Складываются открытые, доверительные, доброжелательные отношения с педагогом-психологом.

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

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



Диагностические. Арт-терапия позволяет получить сведения о развитии и индивидуальных особенностях ребенка. Это корректный способ понаблюдать за ним в самостоятельной деятельности, лучше узнать его интересы, ценности, увидеть внутренний мир, неповторимость, личностное своеобразие, а также выявить проблемы, подлежащие специальной коррекции. В процессе занятия легко проявляется характер межличностных отношений и реальное положение каждого в коллективе. Арт-терапия выявляет и внутренние, глубинные проблемы личности.

Развивающие. Благодаря использованию различных форм художественной экспрессии сложились условия, при которых каждый ребенок переживает успех в той или иной деятельности, самостоятельно справляется с трудной ситуацией. Дети учатся вербализации эмоциональных переживаний, открытости в общении, спонтанности. В целом происходит личностный рост человека,

обретается опыт новых форм деятельности, развиваются способности к творчеству, саморегуляции чувств и поведения.

В данном занятии используются изобразительные техники: граттаж, монотипия, свободное рисование. Тем самым развиваются ценные социальные навыки (в групповой работе); осваиваются новые роли и проявляются латентные качества личности.

А так же есть возможность:

- наблюдать, как изменения собственного поведения влияют на окружающих;
- повышать самооценку, что ведет к укреплению личной идентичности;
- развивать навыки принятия решений;
- расслабиться, выплеснуть негативные мысли и чувства;
- заняться изобразительным искусством и реализовать свою способность к творчеству.



Работающая группа имела тематически-ориентированный характер. Группа структурировалась не только за счет использования тем,

имеющих характер индивидуальных и групповых упражнений с соответствующими инструкциями по выполнению, но и за счет распределения общего времени на отдельные этапы. Эти этапы следующие:

- введение и “разогрев” (10-15% времени),
- этап изобразительной работы (35-50%),
- этап обсуждения (30-40%).

Введение и “разогрев” - предполагает приветствие и подготовку участников к работе, а также создание атмосферы доверия и

безопасности: приветствие - «Настроение - цвет - образ». Последующий “разогрев” представляет собой разные виды физической активности и способы “настройки” на изобразительную работу: упражнение – активатор «Таинственные рисунки».

Раскрытие и разработка темы с помощью изобразительных средств происходит в лёгкой степени вербальной коммуникации и физического взаимодействия между участниками. Здесь учитывалась разная скорость работы детей. Интересно отметить, как проходило освоение детьми новых материалов. При добавлении нового компонента в работу меняются сенсорные ощущения. Использование гуаши активизирует фантазию, позволяет закрашивать поверхности и создавать более плотные среды. Гуашь требует более глубокого эмоционального погружения в работу, чем, например, фломастеры или карандаши. Все материалы в работе детей позволяют приобрести новый сенсорный опыт или вспомнить хорошо забытое чувство маленького открывателя мира, который не боится новых ощущений. Замкнутые, стеснительные дети с осторожностью прикасались к краскам, но, глядя на остальных, преодолевали свою неуверенность и к концу занятия действовали свободней. Эта тенденция прогрессировала по мере развития.



Спонтанный творческий процесс создания мандалы — это увлекательное

«путешествие в поисках себя» творческое самовыражение, приносящее радость и исцеление, здесь используется как средство самопомощи. Индивидуальная мандала является уникальным психотерапевтическим инструментом, позволяющим одновременно анализировать и корректировать психическое состояние ребёнка.

В результате занятия дети преодолевают сомнения в своей способности свободно выразить свои чувства, вступают в соприкосновение со своим бессознательным и «разговаривают» с ним на символическом языке образов. Выражение содержания своего собственного внутреннего мира помогает детям справиться со своими проблемами. Исцеляющий эффект художественного творчества достигается, прежде всего, благодаря отвлечению от наболевшего и созданию положительного настроения.

Использование различных изобразительных техник позволило эффективно развивать творческие способности ребенка – тем самым, осуществляя работу по формированию здорового образа жизни. Для этого были созданы необходимые условия:

- отсутствие ярких, агрессивных цветовых и звуковых раздражителей;
- достаточное время для работы;
- соблюдение принципа невмешательства взрослых в работу ребенка без его согласия;
- разнообразие изобразительных материалов;
- использование релаксационной и медитативной музыки;
- хорошее освещение.

Сравнивая высказывания детей при обсуждении в начале и конце занятия, можно отметить, что они стали более развернутыми и осознанными. Большинство участников не испытывали затруднений в выражении своего мнения. Даже те, кто поначалу не мог вообще ничего сказать, сочиняли короткие рассказы и могли ответить на вопросы по своему рисунку.

Итак, занятие способствовало выражению детьми своих переживаний, реализации скрытых проблем, развитию самосознания, поднятию самооценки. Все это обеспечивало гармонизацию их внутреннего мира. Благоприятная обстановка в группе активизировала и коммуникативные навыки.

В результате работы в арт-терапевтическом направлении был получен: положительный эмоциональный настрой группы, облегчен невербальный выброс негативных эмоций, их проработка позволила снимать тревогу, отыгрывать агрессию и злость. Поиск ресурсов для дальнейшего развития, через коллективную деятельность помог прояснить участникам свои эффективные и неэффективные способы коммуникации, позволил развивать рефлексивность своих мыслей, чувств, поступков. Возможность на символическом уровне экспериментировать с самыми разными чувствами, дало возможность исследовать и выражать их в социально-приемлемой форме, что способствует творческому самовыражению, развитию воображения, эстетического опыта, снижает утомляемость, развивает потенциал личности и повышает групповую сплочённость.

Человек, как мозаика, часто совмещает в себе самые разные чувства и мысли, мечты и воспоминания, знания и умения. Что получится, если попытаться графически изобразить эту мозаику. Это помогло бы понять себя, увидеть себя "целиком" и как в тебе взаимодействуют разные части. Приглашаю посмотреть публикацию «Арт-терапия в работе с мандалой» <http://ru.calameo.com/read/000498519a5ca8e04fc32>