|  |  |
| --- | --- |
| **АРТ-терапевтическая программа**  ***«ИСПОЛЬЗОВАНИЕ РИСОВАНИЯ ПРИ РАБОТЕ С ДЕТЬМИ, ПОПАВШИМИ В ТРУДНУЮ ЖИЗНЕННУЮ СИТУАЦИЮ»***  ***Цель:*** *оказание психологической помощи ребенку, попавшему в трудную жизненную ситуация, отработка травматического опыта.* | **https://st.depositphotos.com/1015337/4933/i/950/depositphotos_49332845-stock-photo-paints-and-brushes.jpg** |

**Задачи программы:**

1. Формирование у ребенка чувства безопасности во взаимодействии.
2. Обучение навыкам релаксации и снятия психоэмоционального напряжения.
3. Проработка негативных переживаний: снижение тревоги, отреагирование эмоций.
4. Осознание и коррекция обусловленных травмой искаженных мыслей и установок.
5. Обучение устанавливать близкие и доверительные отношения с окружающими.

|  |  |
| --- | --- |
| D:\Psiholog\Desktop\РАБОЧАЯ ПАПКА\20201103_140531.jpg | ***Метод Арт-терапии*** практически не имеет возрастных ограничений в использовании. Нет и каких-либо противопоказаний к участию в арт-терапевтическом процессе. |
|  |  |

**Примеры используемых методик в рамках арттерапевтической программы:**

1. ***Для установления контакта*** хорошо использовать свободное рисование (ребенок рисует то, что хочет).
2. ***Линейное искусство***. Линия – один из самых простых и базовых аспектов искусства, но она также может содержать много эмоций. Используйте простое линейное искусство, чтобы визуально продемонстрировать переживаемые эмоции.



|  |  |
| --- | --- |
| 1. ***Эфемерное искусство.*** Горе не может длиться вечно. Используйте материалы, такие как песок, мел, бумага или вода, чтобы создать что-то такое, что можно уничтожить, когда закончите. 2. ***Модель мира в песочнице.*** Может продемонстрировать важный момент в жизни или какую-то травму, которую пережил ребенок.   D:\Psiholog\Desktop\РАБОЧАЯ ПАПКА\IMG-20201103-WA0006.jpg   1. ***Мандала.*** Можно использовать в период кризисов и сложных жизненных ситуаций. Инструкцию создания мандал можно корректировать, адаптируя их под конкретный случай. | 1. ***Коллаж из своих забот****.* Что беспокоит больше всего? Вырежьте фотографии из журналов, которые будут означать существующие проблемы. Дополните коллаж фотографиями и рисунками, выступающими ресурсом. 2. ***Рисунок страха.*** Рисунок позволяет ребенку конкретизировать страх и смоделировать форму борьбы и преодоления страха.   D:\Psiholog\Desktop\РАБОЧАЯ ПАПКА\20201102_103821.jpg |

***Результативность:*** *арт-терапевтические занятия позволяют выявить внутренние проблемы детей и дают выход внутренним конфликтам, сильным эмоциям, помогают снять агрессию, тревожность, а также способствуют повышению самооценки детей, осознаванию своих ощущений и чувств, развивают у ребят социальные навыки, оказывают взаимную поддержку.*

|  |  |
| --- | --- |
| ***ПРОГРАММА ПО РАЗВИТИЮ И КОРРЕКЦИИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА***  ***Цель:*** *систематизировать знания детей о базовых эмоциях, помочь пережить определённое эмоциональное состояние и тем самым обеспечить всестороннее гармоничное развитие личности.* | https://avatars.mds.yandex.net/get-pdb/368827/9255ac6a-565d-49ef-9d03-4dc803693000/s1200?webp=false |

**Задачи программы:**

• расширить знания детей о чувствах, эмоциях и способах их выражения, обогатить словарь детей за счёт слов, обозначающих различные эмоции, чувства, настроения;

• развивать и совершенствовать умение детей распознавать собственные эмоциональные состояния;

• формировать и развивать умение детей распознавать эмоциональные проявления других людей по различным признакам (мимике, пантомимике, интонации);

• способствовать открытому проявлению эмоций и чувств различными социально приемлемыми способами (словесными, творческими и так далее);

• развивать у детей навыки общения в различных жизненных ситуациях со сверстниками и окружающими взрослыми.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **D:\Psiholog\Desktop\РАБОЧАЯ ПАПКА\IMG-20201103-WA0019.jpg** | **D:\Psiholog\Desktop\РАБОЧАЯ ПАПКА\IMG-20201103-WA0017.jpg** | **D:\Psiholog\Desktop\РАБОЧАЯ ПАПКА\IMG-20201103-WA0002.jpg** |

**Используемые методы:**

* ***Драмотерапия.*** Основывается на театральных постановках различной тематической направленности. Драматические занятия помогают формировать и развивать умение детей распознавать эмоциональные проявления других людей по различным признакам (мимике, пантомимике, интонации); не стесняться своего «я», убирают внутренние зажимы детей.

|  |  |
| --- | --- |
| D:\Psiholog\Desktop\РАБОЧАЯ ПАПКА\20201021_094914.jpg   * ***Изотерапия.*** Изобразительное творчество, особенно в виде рисования, помогает выходу неосознаваемых эмоциональных переживаний, а также способствует умению распознавать и изображать эмоции.   D:\Psiholog\Downloads\20201103_164001.jpg   * ***Релаксационные игры.*** В процессе расслабления организм наилучшим образом перераспределяет энергию и пытается привести тело к равновесию и гармонии. Расслабляясь, возбужденные беспокойные дети постепенно становятся более уравновешенными, внимательными и терпеливыми. Дети заторможенные, скованные, вялые и робкие приобретают уверенность, бодрость, свободу в выражении своих чувств и мыслей. | * ***Песочная терапия.*** Общение со своим «я» и с окружающим миром происходит через песок. Он помогает справиться с внутренним напряжением и воплотить его бессознательно на символическом уровне. Песочная терапия позволяет поднять свою внутреннюю самооценку и открыть новые пути развития сложных ситуаций. * ***Сказкотерапия.*** Чтение сказок, былин, мифов и притч развивают у детей образное мышление, прививают им моральные нормы и правила поведения. Хорошо развивается воображение и логика. Разрешение любых проблем и трудностей происходит посредством чтения, разыгрывания ролей, придумывания продолжение сказки.   D:\Psiholog\Downloads\20201029_151731.jpg |

***Результативность:*** *занятия способствуют повышению самооценки детей, развивают умение выстраивать бесконфликтное общение, умение выбирать способы эффективного поведения и преодолевать барьеры взаимопонимания.*