

**Использование средств арт-терапии
в коррекционно-развивающей работе
школьного психолога с одарёнными детьми
в период их подготовки и участия в
конкурсах и олимпиадах.**

Подготовила педагог-психолог
МАОУ лицея № 64
Агапитова Татьяна Константиновна



В соответствии с федеральными государственными стандартами общего образования создание психолого-педагогических условий для выявления, развития одарённых детей, их психолого-педагогическое сопровождение и поддержку в образовательной деятельности предусматривает **совместную деятельность** педагога-психолога, учителя и классного руководителя.

Одним из направлений деятельности **педагога-психолога** является ***поддержка и развитие одарённых детей, участников различных конкурсов и олимпиадного движения:***

- ✓ разработка и реализация индивидуальных маршрутов развития одаренных учащихся;
- ✓ проведение тренингов, практических занятий по развитию познавательных, творческих, лидерских и др. способностей учащихся;
- ✓ обеспечение психологической готовности одаренных учащихся к участию в олимпиадах, конкурсах, соревнованиях различных уровней;
- ✓ разработка и распространение памяток и рекомендаций для одаренных учащихся по развитию различных способностей и личностных качеств.



«Правильное стимулирование развития подразумевает использование имеющихся ресурсов, но без навязывания ребенку вещей, к которым он не имеет никакого интереса, без перегрузки его информацией, идеями и занятиями».

Из книги Франца Монкса
«Одарённые дети»

Коррекционная работа психолога делится на 2 направления:

1. **Коррекционно-развивающая работа в соответствии с индивидуальным маршрутом развития одарённых детей (разрабатывается по результатам углубленной диагностики специальных способностей и личностного развития);**
2. *Развивающая работа со всеми одарёнными детьми, участниками олимпиадного или конкурсного движения (по запросу).*

Независимо от **вида детской одарённости** (интеллектуальная, творческая, социально-лидерская или спортивная) и **формы работы педагога-психолога с одарёнными детьми** (групповая или индивидуальная) каждый ребёнок испытывает целую гамму чувств и эмоций (от небольшого волнения до сковывающего страха, «кома в горле») как на этапе подготовки, так и в период участия в конкурсе, олимпиаде, соревновании.



Арт-терапия в коррекционной работе

предоставляет возможность проигрывать, переживать, осознавать какую-либо проблему наиболее удобным для психики ребенка способом – через проекцию на уровне бессознательного.

Функции коррекционной арт-терапии:

- ✓ Катарсическая (очищающая, освобождающая от негативных состояний);
- ✓ Регулятивная (снятие нервно-психического напряжения, моделирование положительного психоэмоционального состояния);
- ✓ Коммуникативно-рефлексивная (коррекция нарушений в общении и поведении, формирование адекватной самооценки).



10 упражнений, направленных на коррекцию страхов у одарённых детей

Апробированы на детях от 7 до 11 лет с интеллектуальной и творческой одаренностью, как в групповой, так и индивидуальной работе.

У некоторых детей уже после 3-5 занятий, включающих данные упражнения, отмечалось снижение количества страхов, тревожности, повышение самооценки и стабилизация эмоционального состояния.



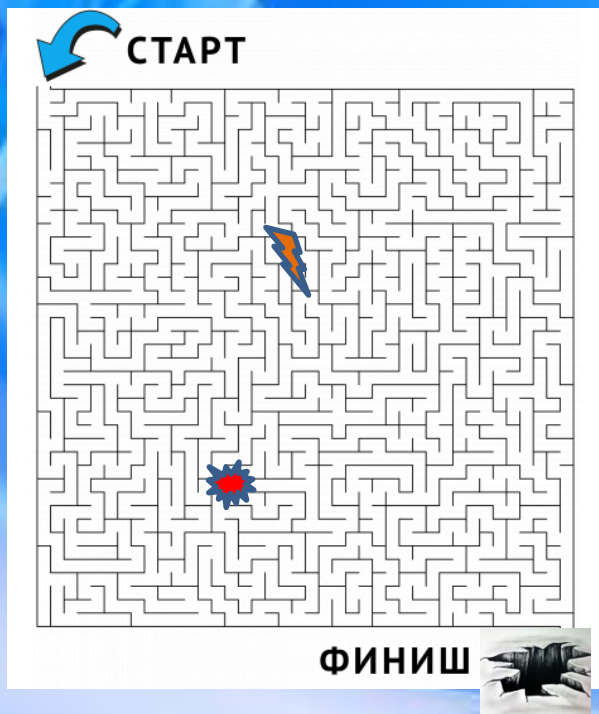
Упражнение 1. «Лабиринт страхов»

Цель: осознание собственных страхов, их принятие и устранение.

Возраст: 7-12 лет (можно старше).

Материалы: бланк с рисунком пустого лабиринта, простой и цветные карандаши, фломастеры, ластик, металлическая банка, спички.

Время проведения: 15-30 минут.



Инструкция: «Нарисуй то, чего ты боишься (боялся в детстве) в виде страшного персонажа, образа. А на Финише – «самый главный страх».

Ход упражнения: далее ребенку предлагается такой исход событий, когда он попадает в этот лабиринт. Ребёнок должен предположить, что произойдет дальше. Психолог направляет ребенка на победу над своими страхами при помощи карандашей, при этом важно не давать готовых решений. Победив «мелкие» страхи, он переходит к «главному» страху и решает, что с ним делать.

Затем ему предлагается окончательно уничтожить все страхи (зачеркнуть/разорвать/сжечь).

Упражнение 2. «Лепка страхов»

Цель: трансформация негативных явлений и образов в позитивные, изменение отношения ребенка к своим страхам их принятию, проработке.

Возраст: 7-12 лет (можно старше).

Материалы: пластилин, музыка для релаксации.

Время проведения: 15-30 минут (в зависимости от возраста и эмоционального состояния на данный момент).

Ход упражнения. Сначала ребенок выбирает любой кусок пластилина и с закрытыми глазами начинает разминать его, слушая музыку, пытаясь думать о своих страхах, переживаниях, обидах.

Далее уже с открытыми глазами слепить свои «страхи». Психолог тоже может участвовать, чтобы показать, что даже у взрослого есть страхи (это норма). Можно поиграть получившимися страхами, поугаать друг друга. После слепленные фигурки уничтожаются (рвутся, расплющиваются).

Затем из этого же кусочка слепить что-то хорошее, доброе, красивое.



Упражнение 3. «Рисунок на стекле»

Цель: устранение негативных эмоциональных состояний.

Возраст: 7-12 лет (можно старше).

Материалы: гуашь, кисти, стекло, музыка (нагнетающая и мажорная).

Время проведения: 10-20 минут.

Инструкция: «Нарисуй на стекле свой страх или другую отрицательную эмоцию (тревогу, обиду, злость, ненависть)».

Ход упражнения. После того, как ребенок нарисовал свой страх, ему предлагается рассказать о своем эмоциональном состоянии и о том, что хочется с этим страхом (закрасить, разбить стекло).



***Примечание.** Психолог предлагает более конструктивный способ – смыть краску со стекла водой, подключая метод ассоциаций (переключение внимания на что-то новое, свежее, чистое в жизни ребенка).*

Упражнение 4. «Вулкан»

Цель: снятие напряжения, повышение эмоционального настроения.

Возраст: 5 лет и старше.

Время проведения: 1-3 минуты.

Ход упражнения. Ребёнок – «вулкан» – садится на корточки.

Сначала он «спит», затем начинает тихо гудеть и медленно поднимается – «просыпается».

Психолог или группа детей помогает ему гудеть утробными звуками – звуками земли.

Затем ребенок резко подскакивает с громкими криками, поднимая руки вверх, как будто выбрасывает всё накопившееся, всё, что ему не нужно: злость, страх, обиду и т.д.



Упражнение 5. «Огонь - лёд»

Цель: Осознание, нахождение и снятие мышечных зажимов; определение и снятие излишнего напряжения.

Возраст: 6 лет и старше.

Время проведения: 2-3 минуты.



Ход упражнения. Упражнение включает в себя попеременное напряжение и расслабление всего тела. Дети выполняют упражнение, стоя в кругу.

По команде психолога «Огонь» участники начинают интенсивные движения всем телом. Плавность и степень интенсивности движений выбираются каждым ребёнком произвольно.

По команде «Лёд» участники застывают в позе, в которой застигла их команда, напрягая до предела все тело.

Психолог несколько раз чередует обе команды, произвольно меняя время выполнения той и другой.

Упражнение 6. «Одень страшилку»

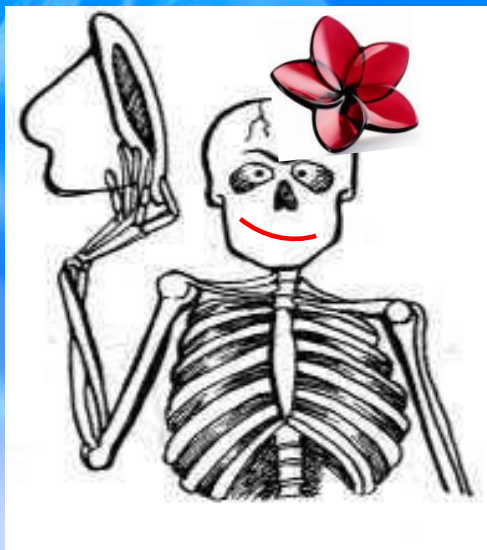
Цель: работа с предметом своего страха.

Возраст: 7-11 лет.

Материалы: черно-белый рисунок образа страха (страшный персонаж), пластилин, стек или зубочистка или цветная бумага, клей, цветные карандаши/фломастеры.

Время проведения: 20-30 минут.

Ход упражнения. Ребенку предлагается сделать страшного персонажа добрым, красивым, смешным с помощью пластилина или цветной бумаги.



Примечание. Размазывание пластилина или рвание бумаги несет в себе эффект расслабления через перенос внутреннего напряжения на объект страха.

Затем с помощью стека/зубочистки или фломастера – волшебной палочки – ребенок рисует персонажу улыбку, тем самым превращая его в доброго.

Упражнение 7. «Солнышко»

Цель: формирование позитивной самооценки.

Возраст: 6-12 лет.

Материалы: цветные карандаши, лист бумаги.

Время проведения: 5-15 минут.



Ход упражнения. Ребенок рисует в центре листа круглое солнце с лучами. Психолог не оговаривает количество лучей, даже если ребенок пытается уточнить.

В центре солнца ребенок пишет букву «Я». Затем каждый лучик подписывает своими положительными качествами.

Если ребенок затрудняется с ответами, тогда можно предложить ему антонимы («Какой ты чаще бываешь – добрый или злой?»).

***Примечание.** Многие одарённые дети самокритичны, задача психолога убедить ребенка в том, что у него много положительных качеств, которые придают ему веру в себя и помогают добиться желаемого.*

В завершении упражнения ребенок озвучивает каждое свое качество, начиная с местоимения «я» (Я добрый. Я смелый. Я сильный и т.д.).

Упражнение 8. «Ай да я!»

Цель: повысить самооценку ребёнка и уверенность в себе.

Возраст: 6-12 лет.

Материалы: лист бумаги, ручка.

Время проведения: 5-15 минут.



Ход упражнения. Психолог предлагает ребёнку создать для себя памятку «Ай да я!», заполнив таблицу:

Мои лучшие черты	Мои способности и таланты	Мои достижения

После завершения работы желающие могут зачитать то, что получилось. После чтения участника необходимо наградить аплодисментами/похвалой.

***Примечание.** В дальнейшем можно рекомендовать участникам конкурсов и олимпиад использовать эту памятку во время приступов плохого настроения. Ее чтение придаст им бодрости и позволит оценить себя адекватно.*

Упражнение 9. «Мягкое сердце»

Цель: формирование у детей умения любить окружающих.

Возраст: 6-12 лет.

Материалы: мягкая игрушка в виде сердца, камень.

Время проведения: 5-15 минут.



Ход упражнения. Психолог дает ребёнку небольшой камень, предлагая описать его свойства (холодный, твердый, тяжелый), и говорит о том, что есть люди с каменным сердцем. Ребёнку необходимо назвать качества такого человека (злость, зависть, одиночество и т.д.).

Далее психолог просит ребёнка вспомнить случаи, когда его сердце становилось каменным.

Затем предлагает поучиться делать своё сердце мягким и любящим (показывает мягкое сердце, дает его потрогать), просит назвать качества человека с любящим сердцем (доброта, поддержка, умение прощать и т.д.) и составить устный список тех, кому бы ребенок хотел послать свою любовь (маме, папе, друзьям, а может даже тем, кто его обижал).

Упражнение 10. «Амулет смелости»

Цель: формирование у ребёнка уверенности в своих возможностях.

Возраст: 6-15 лет.

Материалы: арт-мусор (кусочки ткани, проволока, фантики, семена растений, ракушки и т.д.), клей, пластилин, цветная бумага, музыка для релаксации.

Время проведения: 15-45 минут.



Ход упражнения. Ребёнку предлагается сделать из различных материалов (арт-мусора) амулет, символизирующий его смелость, уверенность, решительность, а так же защищающий от страхов и помогающий в разных сложных ситуациях (на контрольной, на конкурсе или олимпиаде).

Примечание. Даже если ребенок скептически относится к магической силе амулета, данное задание вызывает у него интерес, т.к. бессознательно он на него надеется.



Представленные десять упражнений могут быть использованы как отдельная или комплексная программа, целью которой является коррекция эмоционального состояния ребенка.

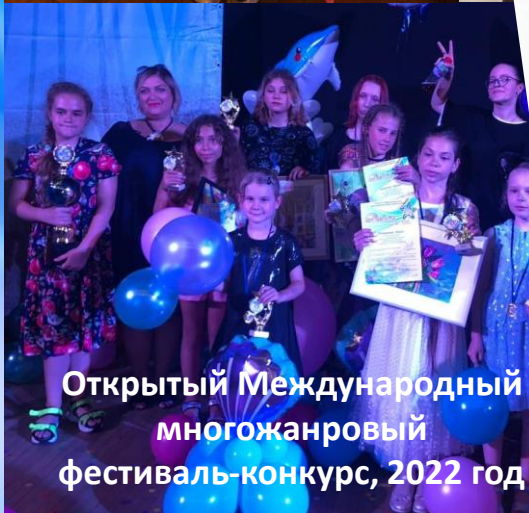


Пастушенко Маша, 2 кл



Шабунина Тая, 2 кл.

Грачёва Алина, 4 кл

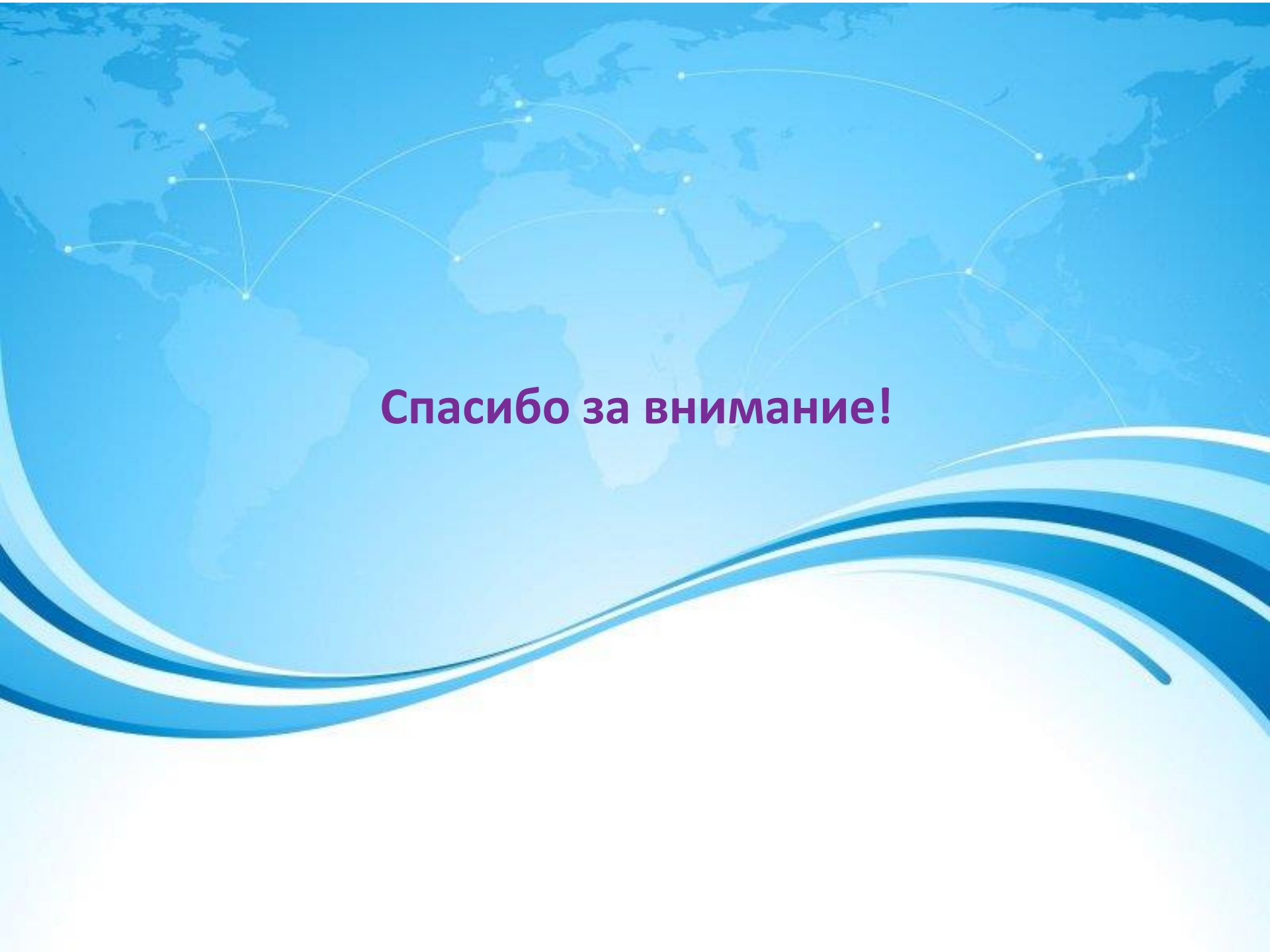


Открытый Международный многожанровый фестиваль-конкурс, 2022 год



Применение арт-терапии **положительно воздействуют на эмоционально-волевою сферу** одарённого ребенка, меняя его поведение, корректируя некоторые негативные его личностные особенности, развивая мыслительные процессы.

В свою очередь благоприятное эмоциональное состояние **способствует развитию креативности, творческого потенциала**, а так же психологической готовности одарённого ребёнка к участию в олимпиадах и конкурсах.

A blue-toned world map with white curved lines connecting various points across the continents, symbolizing global connectivity. The background is a gradient of blue, and the bottom of the image features decorative wavy lines in shades of blue and white.

Спасибо за внимание!