

*Краснодарский край, г. Темрюк  
государственное казенное общеобразовательное учреждение  
Краснодарского края специальная (коррекционная)  
школа-интернат*

**УТВЕРЖДЕНО**  
*Директор ГКОУ КК  
школы-интернат г. Темрюка  
\_\_\_\_\_ Лучшева Г.А.*

**ПРОГРАММА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА  
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МЕТОДА АРТ-ТЕРАПИИ  
"В ГАРМОНИИ С СОБОЙ"**

Педагог-психолог: Шестакова А.В.

Программа адаптирована для работы с подростками с легкой умственной отсталостью в коррекционной школе

2022г.

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа составлена на основе следующих нормативных документов:

1. Федерального закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ;

2. Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденный приказом Министерства образования и науки РФ №1599 от 19 декабря 2014 г.;

3. Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) / М-во образования и науки РФ. – М.: Просвещение, 2019. - 365 с.

4. Учебного плана образовательной организации.

«Один рисунок стоит тысячи слов». Эта восточная мудрость, пожалуй, наиболее точно отражает основную идею арт-терапии. Изобразительное творчество можно назвать универсальным средством визуального общения. Посредством ее реализуется богатый, исцеляющий потенциал спонтанной художественной деятельности, происходят позитивные изменения в интеллектуальном, эмоциональном и индивидуально-личностном развитии человека.

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.

Помимо всего этого у ребенка развивается чувство внутреннего контроля, т.к. при проведении занятий задействованы кинестетические и зрительные анализаторы, что стимулирует развитие сенсомоторных умений и

в целом – правого полушария головного мозга, отвечающего за интуицию и ориентацию в пространстве.

В процессе работы ребенок творчески самовыражается, развивает свои художественные способности в целом, повышает свои адаптационные способности за счет раскрытия внутренних ресурсов.

**Цель** данной арт-терапевтической программы – комплексное психокоррекционное, психопрофилактическое и развивающее воздействие.

**Задачи:**

- ослабление или устранение имеющихся у детей и подростков 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, способствующих их более успешной адаптации к школе и социуму.

## **2. ОПИСАНИЕ ПРОГРАММЫ**

Использование данной программы не предполагает какие-либо возрастные ограничения, но разработана для детей среднего и старшего школьного возраста (11-17 лет), имеющих нарушения в эмоциональной сфере и личностной сфере (депрессии, фобии, тревожность, агрессивность, заниженную самооценку), а также при других проблемах.

Продолжительность занятий, учитывая специфику, не может быть строго регламентирована. В среднем, время на проведение одного занятия составляет 40 минут. Программа рассчитана на проведение 10 занятий, но при необходимости количество занятий могут быть увеличено до 15 (занятия могут повторяться для отработки одних и тех же состояний и их

трансформации и для использования различных средств выразительности). Занятия проводятся 1 раз в неделю. Возможно также реализация программы в форме групповой работы (от 3 до 10 человек), что привносит в работу некоторые коррективы по взаимодействию в группе (обсуждение и принятие правил работы в группе, групповое обсуждение результатов деятельности, групповая рефлексия).

### 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Освобождение ребенка от негативных переживаний (фобий, тревожности и т.п.), внутриличностных конфликтов;

Формирование адекватной самооценки;

Удовлетворенность собой и своим окружением;

Свобода творческого самопроявления;

Умение работать со своими переживаниями (анализ, отреагирование, принятие и т.д.);

Раскрытие внутренних ресурсов ребенка;

Стремление к самопознанию и самовыражению.

Развитие чувства внутреннего контроля.

### 4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся
1	Вводное занятие	1	Знакомство с участниками занятий. Предоставляется информация о планируемой работе акцент делается на свободное выражение участниками своих переживаний и чувств с помощью имеющихся у них материалов.
2	«Каракули»	1	Релаксация, эмоциональное и моторное самовыражение, снятие внутреннего контроля, развитие воображения, получение диагностической информации.
3	«Рисуем чувство: страх»	1	Отреагирование напряжения, страхов, фантазий в ином восприятии, развитие

			уверенности в себе, осознание возможной победы над тревогой, страхом.
4	«Лепим свой страх»	1	Экспрессия негативных переживаний, отреагирование страхов, фантазий в ином восприятии, развитие уверенности в себе, осознание возможной победы над тревогой, страхом, развитие моторики и становление произвольной регуляции деятельности.
5	«Истории в картинках»	1	Проработка и коррекция негативных переживаний, развитие уверенности в себе, осознание возможной победы над тревогой, страхом, развитие моторики и становление произвольной регуляции деятельности, самопознание и самосовершенствование, диагностическая информация.
6	«Рисуем чувства»	1	Обращение к внутренним резервам.
7	«Я рисую копилку обид»	1	Способствовать осознанию и распознаванию чувств, развитие навыка самоанализа чувств и поведения, нахождения конструктивных способов избавления от обид
8	«Скульптура себя»	1	Развитие навыков самосознания и самовоспитания; осознание значимости своей личности.
9	«Мой замечательный дом »	1	Проработка и коррекция негативных переживаний, развитие уверенности в себе, осознание возможной победы над тревогой, страхом. Формирование позитивного образа. Обращение к внутренним резервам.
10	Заключительное занятие.	1	Проявление «Я-концепции», самооценки, самопринятия.

## 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. Беккер-Глом В., Бюлов Э. Арт-терапия в Аликсеанеровской психиатрической больнице Мюнстера// Исцеляющее искусство. 1999. № 1.
2. Буко М.Е. Терапия творческим самовыражением. М., 1989.
3. Ермолаева М.В. Практическая психология детского творчества. М., 2001.
4. Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков. – М.: «Когито-Центр», 2010.
5. Копытин А.И. Основы арт-терапии. СПб., 1999.
6. Лебедева Л.Д. Педагогические аспекты арт-терапии// Дидактика 2000. № 1.

7. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб.: Речь, 2008.

8. Оклендер В. Окна в мир ребенка. Руководство по детской психотерапии. – М.: «Класс», 2005.

9. Письмо Минобразования России от 22.02.99 № 220/11-12// Начальная школа. 1999. № 9. С. 3.

10. Практикум по арт-терапии/ Под ред. А.И.Копытина. СПб., 2000.

11. Психотерапевтическая энциклопедия/ Под ред. Б.Д.Карвосарского СПб., 1999.

12. Рудестам Р. Групповая психотерапия. СПб., 1999.

13. Фигдор Г. Детская агрессивность// Начальная школа. 1998. № 11/12.

Мебель и оборудование	Мебель по росту детей (стол, 6 стульев). Диван. Мягкий ковер. Интерактивный проектор, экран, ноутбук, 2 колонки. Четырехсторонний прозрачный мольберт, песочный стол. Сухой бассейн. Сенсорная комната.
Стимульный материал	Материал к диагностическим методикам и тестам, коррекционно-развивающим играм и упражнениям, соответствующий требованиям научности, экологичности, возрастной дифференциации.
Технический материал	Цветная бумага, ножницы, простые и цветные карандаши, фломастеры, ластики, картон, клей, кисточки, пластилин, акварельные/гуашь краски, альбомные листы различного формата.
Вспомогательный материал	Фигурки для песочницы. Игровое оборудование «Пертра». Мелкодетальный конструктор типа «ЛЕГО». Пазлы. Фотографии-иллюстрации с изображением детей с различными эмоциональными состояниями. Карточки с изображениями различных эмоций. Видеозаписи мультфильмов. Аудиозаписи детских песен, релаксационной музыки, классической музыки. Книги для детей, книги-раскраски, детские журналы.