

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И
СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТА

Решением Педагогического Совета
ГБУ ЦППМСП
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 3 от 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА

Приказом № 120 от 30.08.2024г.
и.о. директора ГБУ ЦППМСП
Невского района Санкт-Петербурга
_____ В.Г. Иноземцева

Дополнительная общеразвивающая общеобразовательная программа

«Нарисуй свой мир»

Возраст обучающихся – 11-14 лет

Срок реализации – 30 часов

Составитель:

Березина Дина Викторовна

- педагог-психолог

Санкт-Петербург
2024-2025 учебный год

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа «Нарисуй свой мир» имеет социально- педагогическую направленность.

Программа составлена на основе авторской программы Е. Д. Остроуховой «Нарисуй свой мир».

Программа обновлена с учётом следующих нормативно-правовых актов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 08.08.2024) "Об образовании в Российской Федерации" (с изм. и доп., вступ. в силу с 01.09.2024);
- Федеральный Закон от 31.07.2020 №304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания»;
- Федеральный проект «Успех каждого ребёнка» (утверждён на заседании проектного комитета по национальному проекту «Образование» 07.12.2018, протокол №3);
- Стратегия развития воспитания в РФ на период до 2025 года/Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 №996-р;
- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года/Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 №678- р;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил СПР 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (разд. VI. «Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодёжи»);
- Проектирование дополнительных общеобразовательных программ. Методические рекомендации.

Одной из приоритетных задач Концепции развития дополнительного образования обозначена формирование у обучающихся навыков, связанных с эмоциональным, интеллектуальным, духовным и физическим развитием человека, а также использование возможностей дополнительного образования для повышения образовательных результатов детей, испытывающих трудности в освоении основных общеобразовательных программ. Данная программа призвана отчасти решать эти задачи.

Адресат программы «Нарисуй свой мир» - дети и подростки 11 - 14 лет, имеющие эмоциональные проблемы, возникающие в связи с особо сложным прохождением данного этапа личностного развития или в результате трудной жизненной ситуации.

Показаниями для участия в занятиях по программе могут быть:

- повышенная тревожность, страхи, плаксивость;
- неадекватная самооценка, низкий уровень самоуважения;
- неадекватное поведение, нарушения отношений, конфликтность, агрессивность;
- трудности обучения;
- травматический опыт.

Противопоказания для зачисления в группу:

1. психические заболевания в острой форме;
2. умственная отсталость и заболевания, препятствующие посещению занятий в центре;
3. острая кризисная ситуация в семье или жизни ребенка.

Актуальность

Современные дети и подростки часто испытывают стресс, который они не знают, как выразить. Сказываются учебные нагрузки, переживание неуспешности, нестабильная обстановка в мире, конфликты в семье и школе. Во многих семьях не принято говорить о своих эмоциях и чувствах, и дети не усваивают этого важного навыка от родителей. Это приводит к алекситимии и, как следствие, к поведенческим нарушениям, психосоматическим заболеваниям, самоповреждающему поведению в подростковом возрасте. Рисунок является естественным дополнительным «языком» ребёнка, помогающим ему переработать впечатления о событиях окружающего мира, раскрыть свой внутренний мир. Творчество - это простое и всем доступное средство справиться со стрессом, к которому всё чаще стали прибегать не только дети, но и взрослые люди.

В продуктивной деятельности, к которой относятся рисование и лепка, воспитываются такие волевые качества, как усидчивость, терпение, настойчивость, умение доводить начатое до конца, необходимые в дальнейшем для успеха в учебной и трудовой деятельности.

Социализация современных детей и подростков имеет свои особенности. Всё чаще они остаются наедине с самими собой и с Интернетом, наполненным противоречивой, зачастую пугающей информацией. Отсюда распространённость детских и подростковых страхов, справиться с которыми самостоятельно зачастую не удаётся. Другая особенность социализации современных детей и подростков – установка на успех и индивидуализм, недостаточное внимание взрослых к созданию условий для коллективной детской игры, помогающей научиться взаимодействию, кооперации. Отсюда сложности во взаимодействии со сверстниками, с соблюдением правил коллективного общежития.

Отличительная особенность программы – это сочетание различных видов творческой деятельности: сказки, рисования, лепки, игр-драматизаций, творческих игр, игр по правилам, восприятия и обсуждения репродукций произведений искусства. Большое внимание уделяется созданию коллективных работ, проигрыванию драматических сюжетов на больших листах бумаги. В процессе этой работы прорисовываются, проговариваются, изображаются пантомимой эмоции и чувства. Особое внимание уделяется групповому взаимодействию, умению договариваться и соблюдать границы при создании коллективной работы.

Новизна программы заключается в многообразии используемых средств, позволяющих детям и подросткам осознать и выразить свои эмоции.

Уровень освоения программы – общекультурный.

Объём и срок освоения программы составляет 30 часов.

Цель и задачи программы

Цель программы «Нарисуй свой мир» - психологическая реабилитация детей и подростков, имеющих эмоционально - личностные проблемы, возникшие в связи с особо сложным прохождением этапа личностного развития или в результате трудной жизненной ситуации, травмы.

Задачи программы:

Обучающие:

- расширение представлений детей и подростков об эмоциях, эмоциональных состояниях и способах их выражения;

- обучение умению понимать и изменять своё эмоциональное состояние; обучение навыкам рефлексии;
- обучение способам эффективного совладания со стрессом, самопомощи;
- обучение навыкам конструктивного эмпатичного общения.

Развивающие:

- развитие способности вербально выражать собственное и чужое эмоциональное состояние, называя и описывая его;
- развитие умений выражать эмоции посредством изобразительной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества с людьми разного возраста.

Воспитательные

- формирование потребности в творческом самовыражении;
- развитие способности к эмпатии;
- формирование положительного самоотношения;
- формирование отношений эмпатии и поддержки другого.
- воспитание волевых качеств личности – усидчивости, настойчивости, терпения, трудолюбия.

Планируемые результаты освоения программы.

Личностные:

1. овладение навыками рефлексии;
2. улучшение эмоционального состояния детей и подростков, снижение тревожности;
3. преодоление последствий психотравм.

Предметные:

1. овладение навыками отреагирования эмоций вербально и через рисунок;
2. развитие умений эмпатичного общения;
3. овладение навыками релаксации.

Метапредметные:

1. расширение спектра понятий в области знаний об отношениях и эмоциях;
2. развитие умений, связанных с совместным решением задач в коллективе, группе;
3. развитие умений устанавливать контакт, проявлять инициативу, не критиковать.
4. развитие умения доводить начатое до конца.

В результате обучения по данной программе будет достигнуто улучшение эмоционального состояния детей, снижение количества конфликтов, улучшение взаимоотношений за счет овладения навыками отреагирования эмоций и навыками общения, снижение количества или отсутствие жалоб от родителей и детей по поводу симптомов, послуживших причиной обращения к психологу.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы. Обучение проводится на русском языке.

Фора обучения – очная.

Особенности реализации программы

Программа реализуется на базе ГБУ ЦППМСП Невского района Санкт-Петербурга. Рекомендуется проведение занятий парами по два академических часа, с 10-15-минутным перерывом между ними.

Занятия могут проводиться в каникулярное время.

Особенности организации образовательного процесса.

Реализация программы предполагает личностно-ориентированный, индивидуальный подход педагога-психолога к каждому подростку, с учётом его трудностей, личной истории.

Особенностью реализации программы является разнообразие видов творческой деятельности на занятиях. Каждое занятие, как правило, состоит из нескольких частей, содержание которых вариативно:

1. Вводная часть - оценка состояния, переживаний и запросов участников занятия, их настрой на работу;
2. Основная часть в зависимости от текущих задач может включать следующие виды деятельности:
 - изобразительная деятельность по теме занятия и обсуждение ее продуктов;
 - просмотр репродукций картин по теме занятия, чтение сказки;
 - совместное сочинение истории, сказки,
 - драматизация;
3. Заключительная часть
 - подведение итогов занятия, отреагирование подростками их впечатлений;
 - релаксация.

В целях воспитания у детей и подростков трудолюбия, после занятия дети принимают посильное участие в наведении порядка, уборке своего рабочего места.

Занятия проводятся 1-2 раза в неделю. Проводятся также индивидуальные и групповые консультации для родителей с целью обеспечения условий для успешной реализации задач программы - по согласованию с ними. В случае индивидуальных занятий длительность может быть изменена в соответствии с возрастом, состоянием здоровья, актуальностью решаемых задач для подростка.

При работе с разными группами, в зависимости от актуальности задач именно для этих обучающихся, количество часов внутри программы на изучение той или иной темы может изменяться. Это определяется по результатам диагностики. Возможно изменение темы занятия, его места в учебно-тематическом плане программы, если возникает острая необходимость проработки конкретной ситуации, переживаний подростка, группы (неожиданная утрата, семейный кризис и т.п.).

В рамках программы происходит постоянный контроль, наблюдение состояния группы, каждого подростка, так как некоторые занятия могут быть эмоционально напряженными для них.

Условия набора в группы

Обучающиеся зачисляются в группу на основе заявлений родителей (законных представителей). В группу принимаются все желающие, за исключением противопоказаний (см. *адресат программы*). Возможно, даже желательно, формирование разновозрастных групп (11-14 лет).

Количество обучающихся в группе

Оптимальное количество обучающихся в группе – 6-8 человек.

Формы организации занятий

Обучение проводится преимущественно в групповой форме, очно.

Можно реализовывать программу в индивидуальной форме с изменением структуры некоторых занятий, с составлением индивидуального плана занятий. В последнем случае в рабочий вариант планирования вносятся изменения, например, заменяются темы, связанные с коллективным рисованием, другими темами, актуальными для подростка.

Формы проведения занятий.

Основная форма проведения занятия – учебное занятие.

Формы организации деятельности обучающихся на занятии:

- фронтальная;
- групповая.

В процессе занятий предусмотрены следующие виды работы: беседы, дискуссии, объяснение заданий, самостоятельное выполнение заданий, игры, вербальная и невербальная обратная связь. Важнейшими являются арт-терапевтические техники (исотерапевтические, сказкотерапевтические, психодраматические), танце-двигательные разминки, техники релаксации. Используются все формы организации работы: фронтальная, коллективная, групповая и индивидуальная.

Материально-техническое оснащение программы

- 1 Помещение для групповых занятий со столами, стульями, доской, свободной зоной для проведения игр, драматизаций, танцевальной разминки
- 2 Маты или гимнастические коврики
- 3 Множительная техника (ксерокс и цветной принтер)
- 4 Звуко- и видеовоспроизводящая аппаратура: компьютер и колонки
- 5 Мольберт или доска для демонстрации детям приемов рисования
- 6 Набор больших мягких модулей разной формы
- 7 Игрушки, мячи, конструкторы для свободной игры

Список материалов для изодеятельности:

1. Клеенки-салфетки на парты
2. Бумага для рисования красками (плотность - полуватман) формат А4
3. Бумага для рисования красками (плотность - полуватман) формат А3
4. Ватман
5. Бумага для рисования карандашами (писчая матовая)
6. Бумага для рисования цветная, формат А4 (или для оргтехники 5цветов)
7. Бумага черная для рисования формат А4
8. Бумага цветная для аппликаций
9. Наборы цветного картона
10. Наборы цветных карандашей 18 цветов
11. Простые карандаши
12. Ластики
13. Точилки для карандашей
14. Круглые и плоские кисточки (беличьи, синтетические, щетинные) - размер 4, 8,12
15. Наборы гуаши 12 цветов
16. Акварель медовая
17. Пальчиковые краски
18. Пастель сухая 12 цветов
19. Цветные восковые мелки 12 цветов
20. Фломастеры
21. Уголь для рисования
22. Баночки для воды
23. Одноразовые пластиковые или бумажные тарелки
24. Пластиковая скатерть
25. Пластмассовые дощечки (20x15 см) для намазывания клеем и для лепки
26. Клей ПВА

27. Подставки для кистей
28. Ножницы с тупыми концами, длина – 14-15 см.
29. Цветной пластилин
30. Тряпочки
31. Салфетки бумажные
32. Салфетки влажные
33. Магниты для размещения рисунков на металлической поверхности

Кадровое обеспечение

Занятия проводит квалифицированный педагог-психолог. Желательна (но не обязательна) дополнительная подготовка в области арт-терапии или арт-педагогике. Дополнительный узкопрофильный специалист не требуется.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

<i>№</i>	<i>Тема</i>	<i>Количество часов</i>			<i>Формы контроля</i>
		<i>Всего</i>	<i>Теория</i>	<i>Практика</i>	
1	Знакомство. Правила группы. Знакомство с изобразительными материалами.	2	1	1	Анкета для родителей. Наблюдение, обратная связь
2	Развитие групповых отношений. Работа с алекситимией. Диагностика эмоционального состояния.	3	1	2	Наблюдение, обратная связь
3	Развитие групповых отношений. Техники релаксации.	2	1	1	Наблюдение, обратная связь, анализ работ
4	Чувства, эмоции	6	2	4	Наблюдение, обратная связь, анализ работ
5	Отреагирование негативных эмоциональных состояний	6	2.	4	Наблюдение, обратная связь, анализ работ, тестирование
6	Актуализация личностных потребностей. Ресурсные состояния	4	1	3	Наблюдение, обратная связь, анализ работ

7	Актуализация ресурсов семьи	2	1	1	Наблюдение, обратная связь, анализ работ
8	Актуализация личностных потребностей. Самооценка	2	1	1	Наблюдение, обратная связь, анализ работ, тестирование
9	Представления о будущем	2	1	1 час	Анализ выполненных работ, тестирование по методикам
	Итого	30	11	19	

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

<i>дата начала обучения по программе</i>	<i>дата окончания обучения по программе</i>	<i>всего учебных недель</i>	<i>количество учебных часов</i>	<i>режим занятий</i>
12.09.2024	26.12.2024	15	30	1 раз в неделю (2 ч)
24.01.2025	23.05.2025	15	30	1 раз в неделю (2 ч)

Содержание программы

Занятия 1-2. Знакомство. Правила группы.

Теория: Правила группы. Введение запрета критики. Введение ритуалов начала и конца занятия.

Практика: Беседа. Игры, упражнения в сопровождении музыки, рисунки, направленные на знакомство, установление контактов. Рисование «Каляки-маляки», рисование и украшение карточки с именем, рисование своего герба, рисунка на футболке.

Контроль: карта наблюдений.

Занятия 3-4. Развитие групповых отношений. Работа с алекситимией. Диагностика эмоционального состояния.

Теория: Знакомство с изобразительными материалами: песок, стекло, дерево, картон, измятая бумага и т.п. Разноцветные фоны. Спектрокарты для определения настроения.

Практика: Индивидуальное рисование и преобразование цветных пятен. Представление работ детьми, размещение на «выставке». Игра на групповое взаимодействие.

Занятие 5-6. Развитие групповых отношений. Работа с алекситимией. Диагностика эмоционального состояния.

Теория: Работа с алекситимией. Игра с карточками чувств. Коллективное создание плаката с названиями чувств и состояний.

Практика: Правополушарное рисование. Гуашь. Фон и объект. Развитие

способности к самовыражению.

Контроль: карта наблюдений.

Занятие 7-8. Развитие групповых отношений. Техники релаксации.

Теория: Дополнения в плакат с названиями чувств и состояний. Закрепление правил группы. Обучение релаксации. Осознание состояния своего тела.

Практика: рисунок разноцветного человека. Коллективная работа: «Волшебный лес». Рисование несуществующих животных и растений. Дыхание.

Контроль: карта наблюдений, методика «Волшебный мир чувств».

Занятия 9-10. Чувства, эмоции. Радость.

Теория: Беседа об актуальных эмоциях. Арт-терапевтические карты – настроения, эмоции, «Внутренний ребёнок». Обсуждение репродукций картин.

Практика: Рисование на тему «Радость». Коллективное рисование «Ура, каникулы!».

Контроль: рисунки, карта наблюдений.

Занятия 11-12. Чувства, эмоции. Грусть.

Теория: Обсуждение репродукций картин. Приемы рисования акварелью. Стихи о грусти.

Практика: Мультфильм «Ежик в тумане». Задание: Нарисуй свою грусть.

Рисование акварелью по мокрой бумаге. Рассказы по рисункам.

Занятия 13-14. Чувства, эмоции. Интерес.

Теория: Тест цветовых выборов Люшера. Методика «Изучение эмоций в ситуациях, связанных со школой» (МИЭ).

Практика: Рисунок «Я в школе». Создание индивидуального коллажа «Мир моих увлечений».

Занятия 15-16. Отреагирование эмоциональных состояний: Страх.

Теория: Страх в нашей жизни. Стихийные бедствия. Обсуждение репродукций картин.

Практика: Рисунок: страшный сон. Лепка (рисование) из пластилина. Преобразование работ. Коллективное сочинение истории. Релаксация.

Контроль: карта наблюдений.

Занятия 17-18. Отреагирование эмоциональных состояний: обида, вина.

Теория: Обиды и ссоры дома и в школе. Чувство вины.

Практика: Мультфильм «И мама меня простит», 1975 год, режиссер А.Петров. Стихи об обиде, о чувстве вины Э. Мошковской, рассказы Осеевой. Игра с карточками Гишпенретер «Эмоции и поступки». Индивидуальная творческая работа: коробка неприятностей.

Контроль: карта наблюдений.

Занятие 19-20. Отреагирование эмоциональных состояний: гнев, злость.

Теория: Беседа о допустимости и возможностях выражать злость, раздражение, критику. Способы отреагирования злости по отношению к близким. Обсуждение репродукций картин. Классификация и шкалирование чувств и эмоций по силе (работа с карточками).

Практика: Рисование: маска злости. Игра – драматизация «Что говорит злость». Лепка из бумаги скульптур актуальных чувств.

Занятие 21-22. Актуализация личностных потребностей. Ресурсные состояния.

Теория: правила коллективной работы.

Практика: Коллективная работа: «Волшебный лес». Рисование несуществующих животных и растений.

Контроль: проективные рисунки и карта наблюдений.

Занятие 23-24. Актуализация личностных потребностей. Ресурсные состояния.

Теория: Мечты.

Практика: Коллективное творчество: коллаж «Чудо-дерево».

Контроль: карта наблюдений.

Занятие 25-26. Актуализация ресурсов семьи.

Теория: Чтение и обсуждение рассказа «Через тридцать лет».

Практика: Рассказ по ассоциативным картам «Внутренний ребёнок». Рисование: «Когда я был маленьким», «Моя семья», «Подарок», «Портрет человека, которого я бы взял в космос».

Контроль: тест Люшера, карта наблюдений.

Занятие 27-28. Актуализация личностных потребностей. Самооценка.

Теория: Упражнение в парах: рассказы о своем друге.

Практика: Рисование «Розовый куст», «Автопортрет в полный рост».

Контроль: проективный рисунок.

Занятие 29-30. Представление о будущем.

Теория: Беседа о том, как дети себе представляют далёкое и близкое будущее.

Практика: Индивидуальное рисование «Я – взрослый», коллективное рисование «Город будущего».

Контроль: проективная методика «Волшебный мир чувств»

Методические и оценочные материалы

Педагогические методы и технологии. При обучении по программе используются педагогические методы – наглядные, словесные, практическая работа, дидактические игры, а также психологические методы – тестирование, наблюдение, побуждение к деятельности, актуализации мотивов, рефлексии результатов и способов деятельности.

Технологии, используемые в программе: здоровье сберегающие, личностно-ориентированные, арт-технологии, коммуникативные, коррекционно- развивающего обучения.

Технологии обучения: беседа, показ, групповая дискуссия, тренинг, дидактические игры.

Дидактические средства:

- Рабочая программа;
- Репродукции картин художников;
- Ассоциативные метафорические карты (например, «Спектрокарты», «Внутренний ребёнок», «Dixit», «Домики из сказок», «Монстрики чувств», «Цвета и чувства», «Тараканы в моей голове»);
- Обучающие настольные игры, направленные на распознавание и выражение чувств и эмоций, составление рассказов (например, «Эмоции и чувства», «Эмоции и поступки» Ю. Б. Гиппенрейтер, «Тысяча и одна история»);
- Тексты рассказов, сказок и стихов (см. список литературы для обучающихся);
- Диск с музыкальными произведениями, выражающими разное настроение.

Информационные источники

Список литературы

Для специалистов:

1. Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением. - М.: Академический проект, 2006 - 430 с.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. Большая книга общения с ребенком. - М.: АСТ, 2016. - 496 с.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Тренинг по сказкотерапии - СПб.: Речь, 2006. – 176 с.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Формы и методы работы со сказками. - СПб.: Речь, 2008. – 240с.
5. Ильин Е. П. Психология страха Издательство: СПб, Питер, 2017.- 81с.
6. Исаев Д.Н. Эмоциональный стресс, психосоматические и соматопсихические расстройства у детей. - СПб., Речь, 2005. - 400 с.
7. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. - СПб.: Речь, 2014. –160 с.
8. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. - СПб., Питер, 2002. — 368 с.
9. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. - М.: Когито-Центр, 2007. - 197 с.
10. Копытин А.И. Методы арт-терапии в преодолении последствий травматического стресса. - М.: Когито-Центр, 2014. - 203 с.
11. Копытин А.И., Корт Б. Техники телесно-ориентированной арт-терапии. - М. Психотерапия, 2016. - 128 с
12. Куличковская Е.В., Степанова О.В. Как преодолеть свой страх? Развивающие игры и сказки для дошкольников и младших школьников. - СПб. Речь, 2008. - 137 с.
13. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб., Речь, 2007. – 256 с.
14. Лебедева Л.Д., Никонорова Ю.В., Тараканова Н.А. Энциклопедия признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии. – СПб., Речь, 2006. – 336 с.
15. Медведева Е.А., Левченко И.Ю., Комиссарова Л.Н., Добровольская Т.А. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании. — М.: Издательский центр «Академия», 2001. — 246 с.
16. Малкина-Пых И.Г. Психосоматика. – М.: Эксмо, 2008. – 1024 с.
17. Прихожан А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст – СПб, Питер, 2009. - 192 с.
18. Разноцветное детство. Ред. Свистунова Е.В. – М.: Форум, 2016. – 192 с.
19. Собчик Л. Н. МЦВ — метод цветовых выборов. Модифицированный восьмицветовой тест Люшера.
20. Старшенбаум Г.В. Психосоматика и психотерапия: исцеление души и тела. – М. Издательство Института психотерапии, 2005. – 496 с.
21. Эйдемиллер Э.Г., Яковлев В.А.: Метафора жизненного пути в психотерапии детей с эмоциональными и поведенческими расстройствами. Издательство: СПб. Спец Лит, 2016- 68 с.

Для обучающихся:

1. Зощенко М. М. «Через тридцать лет».
2. Э. Крейри «Я боюсь», «Я сержусь», «Я волнуюсь», «Я злюсь», «Я горжусь».
3. Мошковская Э. «Не надо больше ссориться!..», «Обида», «Я маму мою обидел».
4. Осеева В. А. «Рассказы».
5. Пермяк Е. А. «Первая улыбка».
6. Прокофьева С. «Не буду просить прощения».
7. Стихотворения об осени (разных авторов).
8. Токмакова И. «Мне грустно — я лежу больной».
9. Усачёв А. «Леталка».
10. Фомина Е. «Облака».

Интернет-источники (для педагогов и родителей):

Группа Вконтакте: Картины с историей. https://vk.com/kartini_s_istoriei
[Цветовой тест отношений А.М. Эткинда \(multiurok.ru\)](http://multiurok.ru)

Оценочные материалы

Входной контроль осуществляется с помощью методик: восьмицветовой тест Люшера, ЦТО, «Волшебная страна чувств» (автор - Зинкевич-Евстигнеева), анкеты для родителей 1, автор – Остроухова Е. Д. (см. *Приложение*).

Текущий контроль осуществляется с помощью наблюдения, анализа обратной связи от обучающихся, анализа выполненных работ и процесса выполнения упражнений, обратной связи от родителей обучающихся. Результаты наблюдения заносятся в Карту наблюдений (см. *Приложение*).

Итоговой контроль осуществляется с помощью методик: восьмицветовой тест Люшера, ЦТО, «Волшебная страна чувств» (автор - Зинкевич-Евстигнеева), анкеты для родителей 2, автор – Остроухова Е. Д. (см. *Приложение*).

Анкета для родителей 1

ФИО _____

Дата _____ Телефон, почта _____

Фамилия, имя ребенка _____

Ваш род занятий _____

Состав семьи (проживаете совместно), количество детей и их возраст

Хронические заболевания Вашего ребенка. Состоит ли на учете (у какого врача, с какого возраста, когда снят)

Опишите главные проблемы, с которыми вы обратились _____

Что Вы делали ранее, чтобы справиться с проблемой

К кому и когда обращались за помощью _____

Жалобы учителей _____

Другие трудности в школе _____

Проблемы поведения (какие) _____

Наличие постоянных друзей _____

Кто и как помогает Вашему ребенку в учебе

Как много и как часто Вы общаетесь с ребенком? помимо помощи в учебе?

Вам легко общаться с ним? Что вы делаете вместе? _____

Рассказывает ли Вам ребенок о своих переживаниях, страхах? Как он это делает?

Как он справляется с тревогой, огорчением? _____

Какие особенности Вашего ребенка мешают ему, причиняют трудности ему и окружающим? _____

Перечислите достоинства Вашего ребенка, его сильные стороны _____

Уровень самостоятельности (навыки самообслуживания, обязанности по дому и пр.)

Увлечения ребенка в свободное время, чем любит заниматься

Здесь Вы можете написать о том, что Вы еще хотели бы сообщить о Вашем ребенке _____

СПАСИБО

Анкета для родителей 2

ФИО _____ Дата _____

Телефон, почта _____

Фамилия, имя, возраст ребенка _____

Опишите главные проблемы, с которыми вы обратились _____

Изменилось ли что-то теперь? _____

Какими были Ваши ожидания относительно участия Вашего ребенка в групповых занятиях?

Какие Ваши ожидания реализовались? Не реализовались?

Было ли что-то, что беспокоило Вас относительно занятий в центре? Беспокоит сейчас?

Насколько охотно Ваш ребенок посещал групповые занятия? _____

Рассказывал ли он (она) о своих успехах или трудностях на занятиях? Каких именно?

Как чувствовал(а) себя после занятия?

Каково мнение учителей о Вашем ребенке? Менялось ли оно в течение этого года?

Каковы отношения ребенка с одноклассниками? Есть ли у него (нее) друзья? Что изменилось/ не изменилось?

Есть ли проблемы поведения (какие?) _____

Рассказывает ли Вам ребенок о своих переживаниях, страхах? Как он это делает?

Как он справляется с тревогой, огорчением? _____

Какие успехи, достижения Вашего ребенка Вы хотели бы отметить _____

Какие особенности Вашего ребенка мешают ему, причиняют трудности ему и окружающим?

Перечислите достоинства Вашего ребенка, его сильные стороны _____

Каковы увлечения ребенка в свободное время, чем любит заниматься?

Что Вы хотели бы добавить к своим ответам? Есть ли у Вас предложения, вопросы или пожелания к ведущим группы, к специалистам центра?

СПАСИБО

Индивидуальная карта наблюдений

ФИ ребенка _____

№	Эмоц. состояние на занятии	Эмоц. состояние	Физическое состояние	Уровень тревожности	Тест Д/Д	Проявляемость	Агрессия	Алекситимия	Контактность	Инициатива	Отреагир. эмоций	Рефлексия	релаксация
1.													
2.													

Примечание . Особенности поведения и эмоций.

Занятие 1.

Занятие 2.

Волшебная страна чувств

Домики:



Жители:

Радость

Удовольствие

Страх

Вина

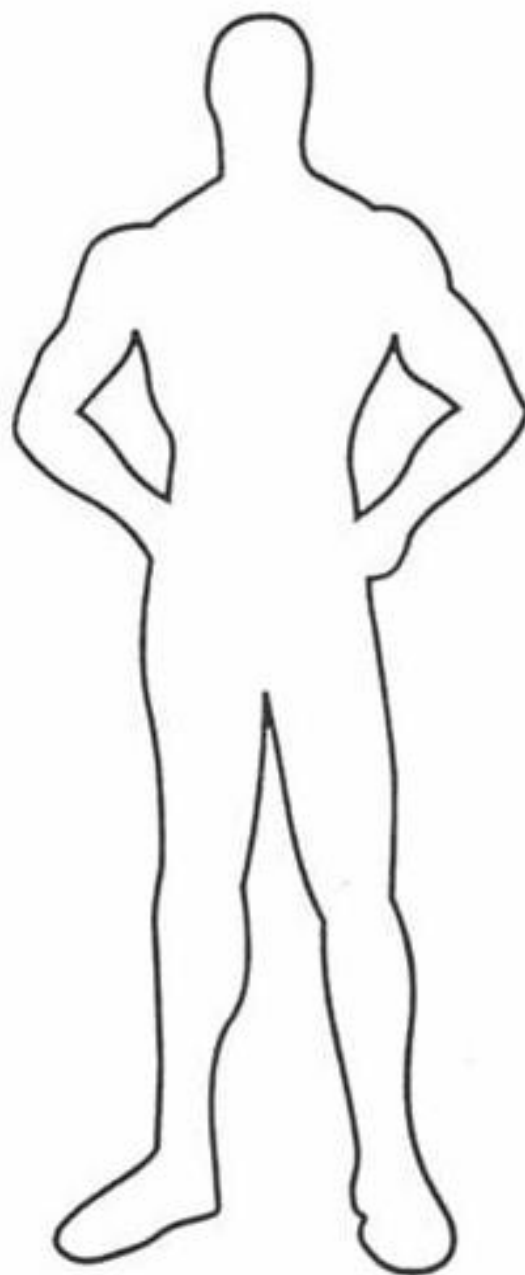
Обида

Грусть

Злость

Интерес

Карта страны



Методика «Волшебная страна чувств». ([Методика «Волшебная страна чувств».. | Книги по детской психологии и воспитанию детей. \(vk.com\)](#))

Авторы: Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Фролов.

Инструкция для педагогов.

Цель: Выявление отношения детей к близким для них людям и к событиям, происходящим в их повседневной жизни. Исследование психоэмоционального состояния ребенка

Задачи:

- Познакомить детей с разными эмоциональными состояниями.
- Развивать у детей способность к рефлексии эмоционального поведения.
- Развивать у детей навыки самоконтроля.

Инвентарь: цветные карандаши, заготовки карты волшебной страны.

Время работы: 25 мин.

Возрастные рамки применения: клиенты от 5 лет до 13 лет.

Алгоритм работы.

Вступление. Каждому ребенку рассказывается сказка о жизни жителей волшебной страны чувств, и помочь им в решении их жизненных трудностей.

Основная часть.

Инструкция к действию:

Перед ребенком раскладываются восемь карандашей (красный, желтый, синий, зеленый, фиолетовый, коричневый, серый и черный) и бланк методики.

Шаг 1. Ребенку зачитывается следующий текст.

Далеко-далеко, а может быть, и близко, есть волшебная страна, и живут в ней Чувства: Радость, Удовольствие, Вина, Грусть, Злость, Страх, Обида и Интерес. Живут они в маленьких цветных домиках. Причем, каждое чувство: живет в доме определенного цвета. Кто-то: живет в красном домике, кто-то в синем, кто-то в черном, кто-то в зеленом ...

Каждый день, как встает солнце, жители занимаются своими делами.

Но однажды случилась беда. На страну налетел страшный ураган. Порывы ветра были настолько сильны, что срывали крыши с домов и ломали ветви деревьев. Жители успели спрятаться, но домики спасти не удалось.

И вот ураган закончился, ветер стих. Жители вышли из укрытий и увидели свои дома разрушенными.

Конечно, они были очень расстроены, но слезами, как известно, горю не поможешь. Взяв необходимые инструменты, жители вскоре восстановили свои домики. Но вот беда - всю краску унес ветер.

Инструкция: У тебя есть цветные карандаши. Пожалуйста, помоги жителям и раскрась домики.

Шаг 2. Ребенку говорят:

Спасибо тебе от лица всех жителей. Ты восстановил страну. Настоящий волшебник! Но дело в том, что во время урагана жители были так напуганы, что совсем забыли, в домике какого цвета жил каждый из них.

Инструкция: Покажи им, где их домики.

Шаг 3. Ребенку говорят:

Спасибо, ты не только восстановил страну, но и помог жителям найти свои дома. Теперь им хорошо, ведь очень важно знать, где твой дом. Но как, же мы будем путешествовать по этой стране без карты? Ведь каждая страна имеет свою территорию и границы. Территория страны наносится на карту. Посмотрите — вот карта страны чувств (ведущий показывает силуэт человека). Но она пуста. После восстановления страны карта еще не исправлена.

Только ты, как человек, восстановивший страну, можешь раскрасить карту. Для этого возьми, пожалуйста, свои волшебные карандаши. Они уже помогли тебе восстановить страну, теперь помогут и раскрасить карту.

Обработка результатов

При обработке результатов важно обращать внимание на следующее:

- 1) все ли цвета были задействованы при раскрашивании домиков;
- 2) адекватно ли подобраны цвета при «заселении» в домики. Например, неадекватным может считаться соответствие «радости» и «удовольствия» черному, коричневому или серому цветам. Однако, несмотря на то, что данный выбор может считаться неадекватным, он, тем не менее, является диагностичным;
- 3) каким образом распределены обозначающие чувства цвета внутри силуэта человека.

Символически силуэт делится на 5 зон:

- голова и шея - символизируют ментальную деятельность;
- туловище до линии талии, исключая руки - символизируют эмоциональную деятельность;
- руки - символизируют коммуникативные функции;
- тазобедренная область - символизирует область сексуальных, а также творческих переживаний;
- ноги - символизируют чувство «опоры», уверенность в себе, возможность «Заземления» негативных переживаний.

Таким образом, данная методика показывает нам актуальное психоэмоциональное состояние ребенка.

6 – 8 домиков (75%-100%) раскрашены адекватными цветами, распределены по «Карте страны» гармонично – норма психоэмоционального состояния.

3 – 5 (38%-62%) домиков раскрашены неадекватными цветами, распределение по «Карте страны» вызывает дисгармонию – уровень психоэмоционального состояния ниже нормы.