

**АНАЛИТИЧЕСКАЯ СПРАВКА**  
**по итогам проведения**  
**МЕТОДИЧЕСКОЙ НЕДЕЛИ**  
**педагогов-психологов**

Справку подготовила:  
О.С.Соколова,  
руководитель ШМО педагогов-психологов  
и социальных педагогов

г. Пермь, 2024

**В целях** повышения профессиональной компетентности педагогов-психологов и социальных педагогов ОУ, создания условий для реализации творческого потенциала ШМО в целом, так и каждого его члена в отдельности, ШМО педагогов-психологов и социальных педагогов с 05.02.2024г по 09.02.2024г была проведена методическая неделя педагогов-психологов.

Мы ставили перед собой следующие **задачи**:

- совершенствовать профессиональное мастерство специалистов через непосредственное участие в организации и проведении различных урочных и внеурочных мероприятий;
- распространять опыт между специалистами методического объединения;
- выявить опыт работы специалистов, заслуживающий обобщения и распространения;
- активизировать интерес специалистов к самообразованию.

Материалы для проведения методической недели разрабатывались специалистами и были сданы руководителю ШМО.

В рамках Методической недели были проведены следующие **мероприятия**:

1. **Открытое групповое занятие с обучающимися с интеллектуальными нарушениями (6 класс) «Коррекция агрессивного поведения, подростков с использованием новых технологий «Справимся с агрессией вместе»** провел педагог-психолог ОУ Наталья Викторовна Муксинова (см.Приложение 1). Занятие было направлено на создание психологических условий, позволяющих обучающимся конструктивным образом снять агрессивное напряжение.

2. Ольга Борисовна Фоминых презентовала свой опыт работы с семьями обучающихся с задержкой психического развития **«Передай тепло по кругу. Первый опыт работы с родителями обучающихся с ОВЗ»**. Вниманию коллег был представлен цикл детско-родительских тренингов, целью которых было совершенствование и гармонизация детско-родительских отношений в семьях с детьми с ЗПР, улучшение эмоционального состояния детей и их родителей. Занятия были разработаны с использованием арт-терапии, сказкотерапии, релаксационных техник, элементов телесно–ориентированной терапии, решения и проигрывания проблемных ситуаций, коммуникативных игр (см.Приложение 2).

Ольге Борисовне было предложено оформить сценарии занятий в программу тренингов детско-родительских отношений для совместного использования педагогами-психологами ОУ и презентации опыта за границами ОУ.

3. Педагоги-психологи Оксана Сергеевна Соколова и Ирина Викторовна Орехова создали и запустили на сайте и в школьном сообществе в социальных сетях **ВК онлайн-консультацию для родителей «Конструктивное разрешение детско-родительских конфликтов»** в рамках реализации школьного проекта «Школа безопасности и комфорта», в которой была дана пошаговая инструкция выхода из детско-родительского конфликта (см.Приложение 3).

4. Открытое групповое занятие «Сказкотерапия – Про любовь» провела педагог-психолог Любовь Евгеньевна Батуева (см.Приложение 4). Занятие было направлено на выработку у обучающихся умения переводить негативное эмоциональное состояние в позитивное.

5. В рамках методической недели прошел Методический марафон «Вдохновляемся. Современные образовательные модели и практики. Арт-калейдоскоп». В мероприятии приняли участие все специалисты ШМО педагогов-психологов и социальных педагогов. Педагогами-психологами были проведены следующие мастер-классы (см.Приложение 5):

- Арт-техника «Рисование ватными палочками» для обучающихся с тяжелыми множественными нарушениями развития – Эльмира Мирзаевова Жванова.

- Арт-терапевтические техники в работе с жизненными ценностями «Мир на ладони» - Марина Николаевна Нестерчук.

- Арт-раскраска «Драконовы ключи» - Ирина Викторовна Орехова.

- Арт-техника «Монотипия. Рисование на стекле» - Оксана Сергеевна Соколова.

Мероприятие прошло в позитивной творческой атмосфере. Специалисты получили новый чувственный опыт, новые технологии, которые можно использовать не только в работе с обучающимися с ОВЗ, но и в работе со своим психоэмоциональным состоянием.

По объективным причинам отменился мастер-класс «Развитие восприятия цвета у обучающихся с ТМНР через игры и упражнения (с нуля)», который был подготовлен педагогом-психологом Екатериной Александровной Семеновой

Считаем, что Методическая неделя педагогов-психологов реализована успешно. Было много ярких событий, которые не остались незамеченными. Нам удалось показать значимость творческой активности специалистов, распространения опыта между специалистами школьного методического объединения. Выявлен инновационный опыт работы специалистов, заслуживающий обобщения и распространения. Надеемся, что у специалистов актуализировался интерес к самообразованию, совершенствованию своего профессионального мастерства.

Открытое групповое занятие с обучающимися с интеллектуальными нарушениями (6 класс) «Коррекция агрессивного поведения, подростков с использованием новых технологий «Справимся с агрессией вместе»

Педагог-психолог Наталья Викторовна Муксинова

<p><b>Цель урока:</b> создание психологических условий, позволяющих обучающимся конструктивным образом снять агрессивное напряжение.</p>	<p><b>Тип:</b> открытое групповое занятие</p>
<p><b>Задачи:</b>                  Определить понятия «агрессия», «агрессивное состояние», «агрессивное действие».                  Выяснить, каким образом можно безопасно выразить свои негативные эмоции, агрессию.                  Осуществить на основе психологических упражнений снятие агрессивного напряжения .</p>	
<p><b>Ресурсы урока:</b> воздушные шарики, нитки, надписи «Опасно», «Безопасно», таблички со способами выражения агрессии, карточки «Незаконченные предложения», 8 листов А4, 8 ручек                  Примечание: перед занятием участники делятся на 2 группы.</p>	
<p><b>Ход урока</b></p>	
<p><b>Содержание деятельности психолога</b></p>	<p><b>Содержание деятельности обучающихся</b></p>
<p><i>Организационный момент - создание атмосферы безопасности и доверия</i></p>	
<p><b>1 Ритуал приветствия</b>  <b>Цель:</b> эмоциональный настрой на работу и принятие друг друга.                  Прежде, чем начать работу, давайте поприветствуем друг друга.                  «Здравствуй».</p>	<p>Подростки приветствуют соседа, хлопая поочередно друг друга по ладошкам, называя по имени.</p>
<p><i>Организация основной деятельности</i></p>	
<p>2. Сегодня нам предстоит поговорить о том, почему иногда наши настроение и поведение меняются, становятся плохими и неуправляемыми. Почему с нами случаются перемены и как этого избежать. Вы готовы? Тогда приступим.                  Согласитесь, иногда, когда у нас плохое настроение, мы начинаем понимать, что нас начинает все раздражать. ( Например: «Какой огромный рассказ нужно прочитать!», «Как громко разговаривает сосед по парте!», «Почему дежурные так медленно накрывают порции на завтрак?», «Я хочу идти гулять без шапки, а мне не разрешают, почему?»)                  Скажите, пожалуйста, что происходит с человеком, когда его начинает все раздражать? Человек начинает сердиться, злиться. Что происходит с его лицом? Лицо краснеет, мышцы напряжены, рот искривлен, брови нахмурены, зубы стиснуты. Иногда у человека даже сжаты кулаки. (показываю иллюстрации). Что происходит у человека внутри? Какие эмоции его переполняют? В это время человек хочет причинить вред другому. Объясняется это просто: человек думает - мне плохо, пусть и другим будет плохо. Как мы можем назвать такое поведение? Такое поведение называется агрессивным. Как вы думаете, что такое агрессия?                  Агрессия - это поведение человека, направленное на причинение вреда другим, вследствие переполнения его негативными эмоциями.                  Давайте подумаем, чем отличаются друг от друга агрессивное состояние и агрессивное действие?                  Агрессивное состояние сопровождается эмоциональным</p>	<p>Подростки дают ответы, обобщение.</p>

состоянием гнева, враждебности, ненависти и т. п. Это то, что человек чувствует, но держится, скрывает, прячет свои чувства от других.

Агрессивное действие выражается в непосредственном агрессивном причинении вреда другому человеку: оскорблениях, драках. Понятна разница?

### **Упражнение «Рассерженные шарики».**

Сейчас я надую и завяжу воздушный шарик.

Представьте, что надутый шарик – это тело человека, а находящийся в нём воздух – чувства раздражения и гнева.

Скажите, может ли сейчас воздух входить и выходить из него? (нет)

Что может случиться, когда чувство гнева и раздражения переполнят человека? (ответы) Что получилось с негативными эмоциями и чувствами? Они вырвались, выплеснулись на окружающих людей. Если шарик – это человек, то взрывающийся шарик означает какой-нибудь агрессивный поступок, например драку.

Давайте я надую ещё один шарик, но завязывать его не буду.

Держу шарик крепко в руке и не даю воздуху выходить наружу.

Вы помните, что шарик - это человек, а воздух внутри него - чувства раздражения и гнева.

А теперь выпускаю из шарика немного воздуха и снова крепко его зажимаю.

Вы заметили, что шарик уменьшился?

Взорвался ли шарик, когда вы выпустили из него воздух? (нет)

Остался ли шарик целым? Напугал ли он кого-нибудь?

Ребята, когда мы выражаем гнев, контролируя его, то он никому не причинит вреда. А что значит «контролируем»?

Но есть и опасные способы, такие, которые причиняют другим людям вред.

Сейчас нам предстоит в этом разобраться.

Задание «Опасно или безопасно?»

Наша доска разделена на 2 части. На 1-й половине доски вы видите надпись «ОПАСНО», и на эту половину доски вы будете прикреплять выбранные вами таблички с опасными способами выражения агрессии. Это те действия, которые выполнять опасно, которые не смогут снять с человека накопившуюся в нём агрессию. (Задание для первой группы).

А на 2-й половине доски вы видите надпись «БЕЗОПАСНО». Сюда вы будете прикреплять таблички, где написаны разные действия, которые можно выполнять, чтобы снять агрессивное состояние, чтобы чувство гнева уменьшилось. (Задание для второй группы).

(Проверка выполненного задания каждой группы. Доказательство правильности выбора).

Давайте сделаем вывод: повторим еще раз, как можно снять агрессивное напряжение

Ответы подростков(нет)  
Человек не выдержит и «взорвется», лопнет, как шарик. (лопаем шарики)

Ответ подростков (да)  
Ответ подростков(нет)  
(не напугал)

(ответы) Это значит, что мы выбираем безопасный способ выражения агрессии.

Подростки делятся на 2 группы берут со стола таблички, читают их, выбирают нужные и прикрепляют на доску с соответствующей стороны.

ответы подростков,  
обобщение смеяться,  
танцевать и т.п.

<p>Чтобы немножко отвлечься от нашей работы и расслабиться, предлагаю отправиться в путешествие на облаке. Сядьте поудобнее, расслабьтесь, закройте глаза.</p> <p>А теперь давайте поговорим о том, что иногда нас очень сильно беспокоит. Я буду зачитывать вам начало различных предложений. Вам необходимо закончить эти предложения своей мыслью.</p> <p><b>Упражнение «Незаконченные предложения».</b>  Я не могу слышать, когда...  Я терпеть не могу, когда...  Когда я злюсь...  Меня просто раздражает, когда...  Я не хочу говорить, когда...  Когда меня не слушают, я...  У меня портится настроение, когда...  Теперь, после того, как каждый высказался, поделился своими мыслями, я предлагаю попробовать избавиться от неприятных чувств, эмоций.</p> <p><b>Упражнение «Листок гнева».</b>  У каждого из вас есть листок. На этом листе нужно написать слова, которые когда-либо заставляли вас злиться, нервничать, кричать, может, даже плакать. Вспомните обидные слова, которые вы слышали в свой адрес. Не бойтесь, то, что написано на вашем листке, никто, кроме вас, не увидит.  Теперь, когда все готово, предлагаю сильно-сильно зачеркнуть, закрасить ручкой эти слова. Можете закрасить весь листок. Теперь скомкайте свой лист, вложите все негативные эмоции в этот бумажный комочек. Можете, бросить комочек на пол и потоптаться на нем, можете разорвать его на мелкие кусочки. Сейчас все, что осталось от вашего листка, необходимо выкинуть.</p> <p>Какие чувства вы испытывали, когда писали обидные слова? Когда избавлялись от негативных эмоций? Произошли какие-то изменения в вашем настроении?  Послушайте советы, которые помогут избавиться от агрессивного состояния ;  -возьми себя в руки  -успокойся  -заведи дневник и записывай на бумагу все, что тебя беспокоит  -послушай любимую музыку  -если возможно, останься наедине с собой  -попроси совет  -поговори с друзьями  -вспомни что-нибудь приятное, хорошее, что заставляет тебя улыбаться.  Чтобы хорошее настроение не покидало нас весь день, нужно стараться не отпускать его от себя. Как это можно сделать? Это мы и попытаемся сейчас сделать.</p> <p><b>Упражнение «Метафора».</b></p>	<p>Высказывания идут по кругу, участники во время своего высказывания держат в руках предмет, например, игрушку или мячик, затем передают его следующему участнику</p> <p>в течение 1-2 минут подростки пишут слова</p> <p>Делаем вывод с подростками</p> <p>Ответы подростков: Просто нужно чаще улыбаться, смеяться и радоваться, дарить хорошее настроение своим друзьям.</p> <p>Подростки сравнивают</p>
--	--

<p>Вам нужно сравнить своего соседа по кругу с кем-то или чем-то очень хорошим. Например, Коля, я хочу сравнить тебя с солнцем, потому что, когда ты улыбаешься, ты сияешь так же, как солнце. Сейчас мы услышали хорошие слова в свой адрес. Они помогут нам сохранить хорошее настроение и положительные эмоции. Как вы думаете, а как еще мы можем сохранить хорошее настроение, зарядиться хорошими мыслями и положительными эмоциями?</p> <p><b>Упражнение «Я-подарок!»</b> Сейчас нам нужно представить, что мы находимся в магазине подарков. Но мы не покупатели, мы подарки. Нам нужно, чтоб нас скорей купили и подарили. Но как это сделать? Нужно сказать о себе что-то очень хорошее, что-то, что могло бы отличить от других. Например, я хороший подарок, потому что я верный и преданный друг, я никогда не обижаю на своих друзей и не огорчаю их и т. д. Что вам нравится больше, когда вам говорят хорошие слова или когда вы сами себя хвалите? Почему? Давайте вернемся в начало нашего занятия и вспомним, о чем мы говорили.</p> <p>-Что такое агрессия, агрессивное состояние, действие -Способы выражения агрессии (опасные, безопасные); Надеюсь, что это занятие оказалось для вас полезным, вы открыли для себя что-то новое.</p> <p>3. Ритуал прощания. Давайте поблагодарим друг друга за работу на занятии, за успешное сотрудничество и общение. Делать это будем следующим образом</p>	<p>своего соседа с кем-то или чем-то хорошим Ответы подростков; Наверное, мы сможем это сделать, если не только кто-то нас похвалит, но и мы сами похвалим себя.</p> <p>Подростки говорят о себе хорошее (рекламу самому себе)</p> <p>Ответы подростков</p> <p>Подростки : своему соседу справа говорят : «Спасибо, я была рада общению и работе с тобой». Спасибо за работу!</p>
<i>Рефлексия</i>	
Пригодилось ли Вам пожелание, выпавшее в начале занятия?	Обучающийся оценивает свою работу на уроке и свое настроение в конце урока.

Будь внимательнее!	Сегодня ты узнаешь о себе много интересного!	Чаще улыбайся!
Будь оптимистом!	Сегодня ты узнаешь о жизни много интересного!	Слушай других внимательней!
Будь терпимей!	Сосредоточься!	Будь активней!
У тебя все получится!	Пора меняться!	Не спи!

**Передай тепло по кругу. Первый опыт работы с родителями обучающихся с ОВЗ.  
Педагог-психолог - Ольга Борисовна Фоминых**

Цель тренингов детско-родительских отношений: совершенствование и гармонизация детско-родительских отношений в семьях с детьми с ЗПР, улучшение эмоционального состояния ребёнка и родителей.

Задачи:

1. Актуализировать позитивный эмоциональный опыт семьи, осознание семейных ролей и отношений.
2. Снять психоэмоциональное напряжение, помочь выплеснуть отрицательные мысли и чувства членам семьи.
3. Дать родителям возможность увидеть и расширить знания о моделях взаимодействия в других семьях.
4. Дать возможность перестроить неэффективные стереотипы в психологически безопасных условиях тренинговой группы.
5. Помочь родителям признать за ребёнком право на собственный выбор, на собственную позицию.
6. Помочь родителям и детям осознать свои внутренние и внешние ресурсы.
7. Работать над увеличением взаимной открытости.
8. Помочь участникам тренинга в осознании и укреплении эмоциональной и телесной близости внутри семьи через позитивный тактильный контакт, вербализацию полученного опыта.
9. Развивать коммуникативные навыки ребёнка и родителей.
10. Обучать родителей конструктивному взаимодействию с детьми с ОВЗ.
11. Обогащать родителей психолого-педагогическими знаниями и приемами необходимыми в процессе взаимодействия с детьми, имеющими трудности в развитии эмоциональной сферы.

Предварительная работа:

1. Диагностика эмоционального состояния ребёнка и его отношения с близкими: Люшер, ЦТО, Рисунок семьи.
2. Индивидуальные консультации с родителями по проблемам, которые были выявлены в процессе диагностики, обсуждение отношения родителей к данным проблемам.
3. Запрос родителей на проведение занятий по гармонизации детско-родительских отношений.

(По окончании занятий предполагается диагностика эмоционального состояния ребёнка и анкета обратной связи с родителями).

На занятиях были использованы следующие технологии:

- Арт-терапия - помогает ребёнку и родителям овладеть символическими средствами передачи эмоциональных состояний, настроения, переживанием личностного мироощущения и отношения к изображённому. Мироощущение ребёнка и его родителей, их эмоциональный мир через арт-техники позволяет осмыслить себя в мире образов и цвете.

- Сказкотерапия - позволяет создавать эмоционально-положительное настроение, развивать воображение. В ходе совместных игр у детей и родителей расширяется круг осознаваемых эмоций, они начинают лучше понимать друг друга.

- Релаксационные техники - способствуют снятию эмоционального напряжения, помогают обучить детей и родителей навыкам релаксации.

- Элементы телесно-ориентированной терапии - позволяют снять эмоциональное напряжение, мышечные зажимы в теле ребёнка и родителей, осуществлять тактильный контакт. Эти техники развивают контроль над телом, мышечным напряжением, которые характерны для детей с эмоциональными проблемами.

- Решение и проигрывание проблемных ситуаций - помогают проанализировать особенности взаимоотношений ребёнка и взрослого, помогают взрослому увидеть и оценить свои особенности



взаимодействия с ребенком, позволяют научить детей социально приемлемым способам выражения своего эмоционального состояния.

- Коммуникативные игры - стимулируют развитие эффективных навыков общения взрослого с ребёнком. Использование данного вида игр позволяет развивать как вербальные, так и невербальные навыки общения ребёнка с родителями.

Предполагаемый результат.

1. Позитивный интерес к новым формам общения и взаимодействия между родителями и детьми.
2. Появление позитивного тактильного контакта между детьми и родителями.
3. Осознание родителями значения эмоциональной и телесной близости между членами семьи.

#### *Из опыта работы с семьей:*

Мама сначала брала инициативу в свои руки, сама решала, что и как делать сыну как в творческих так и в коммуникативных играх. В процессе обратной связи, проговаривая свои эмоции и анализируя игровые ситуации, она смогла понять, что нужно дать сыну возможность самостоятельно принимать решения и ошибаться.

Особенно ярко трансформация ребенка проявилась через модификации игры «Слепой и поводырь». Играли в разные виды игры несколько занятий подряд. Первый раз в игре «Слепой художник» мама решала, что и как должно быть и в роли слепого, и в роли художника. В игре «Болотные истории» мальчик был ведомым даже когда вел слепую маму по дебрям болота. Мама контролировала ситуацию и с открытыми и с закрытыми глазами. «Я должна за всё отвечать сама» - была ее мысль вслух. Во время обратной связи мама говорила, что боится отпустить контроль из-за особенностей развития сына, так как у него почти до 4 лет отсутствовало чувство опасности, очень медленно формировался навык саморегуляции и самоконтроля. И сегодня специалистами ведется работа над развитием у мальчика навыков саморегуляции и самоконтроля.

Через некоторое время была проведена новая вариация этой игры: «Заблудившиеся во вселенной» Путешественники припланетились на неизвестную планету, вышли осмотреться и один из них от непривычно яркого солнца незнакомой планеты ослеп. Мальчик вёл себя ответственно, наблюдал за реакцией мамы, прокладывал дорогу, предупреждал об опасности.

Во время занятий и после них, на индивидуальных консультациях, мама отмечала изменения как в своем поведении, так и в поведении сына. Она смогла убедить себя доверятся ему хотя бы в игровой ситуации под контролем психолога, а мальчик смог оценить это доверие. На втором этапе он прочувствовал доверие мамы, проявил внимание, ответственность за другого, а мама увидела в нём ответственность и надёжность.

Для мальчика были очень значимы совместные с мамой творческие игры во время тренингов. Занятия проходили в большом кабинете в удобном формате, где мы могли и на полу разместиться для проведения телесно-ориентированных игр, и была возможность устроить арт-уголок для творческих заданий. Первое что восклицал мальчик, заходя в кабинет: «Что мы будем сегодня делать вон за тем столом? Я так люблю заниматься творчеством вместе с мамой!»

Диагностика показала значительное улучшение психо-эмоционального состояния мальчика: появилась эмотивность, которая ранее не была замечена ни родителями, ни педагогами; физиологические потребности пришли в норму, спало напряжение, но потребность к отстаиванию своих позиций осталась фрустрированной, что говорит о высокой самооценке и желании сохранить лидирующие позиции. Зародившаяся эмотивность сможет явиться регулятором во взаимоотношениях как в семье, так и в школе.

Онлайн-консультация для родителей «Конструктивное разрешение детско-родительских конфликтов» Педагоги-психологи Оксана Сергеевна Соколова и Ирина Викторовна Орехова

**онлайн-консультация для родителей**  
**Конструктивное разрешение детско-родительских конфликтов**

Педагог-психолог  
Соколова Оксана Сергеевна  
Орехова Ирина Викторовна

1. Можно выстроить гармоничные отношения без конфликтов – это МНО

2. Конфликт – это взаимодействие между людьми, которое сопровождается ПРОТИВОПОСЛОЖИМ на уровне чувств и эмоций. МОЖНО конструктивно разрешить конфликт, если, сделать, убедиться или СЪЕДИНИТЬ (объединить, объединить, объединить и т.д.)

3. Конфликт – это взаимодействие между людьми, которое сопровождается ПРОТИВОПОСЛОЖИМ на уровне чувств и эмоций. МОЖНО конструктивно разрешить конфликт, если, сделать, убедиться или СЪЕДИНИТЬ (объединить, объединить, объединить и т.д.)

4. КОНСТРУКТИВНАЯ МОДЕЛЬ В КОНФЛИКТНОМ ВЗАИМОДЕЙСТВИИ

5. Шаг 1. Прояснение конфликтной ситуации

6. Шаг 2. Сбор предложений

7. Шаг 3. Оценка предложений и выбор наиболее приемлемого

8. Шаг 4. Детализация принятого решения

9. Конфликт неустойчивого родительского восприятия

10. Типы детско-родительских конфликтов и способы их преодоления

11. Диалог родителей

13. Мирное сосуществование – скрытый конфликт

14. Конфликт семьи

15. Конфликт родительской авторитетности «Шоковая терапия»

16. «Нормальная семья не бывает без конфликтов, больше того, вполне может быть конфликтной, если ее составляют личности»

17. Почему важно родителям обращаться за помощью к психологу?

18. Школьная психолого-педагогическая служба

19. Конфликт родительской авторитетности «Шоковая терапия»

20. Литература:

21. Полезные сайты для родителей подростков

22. Полезные сайты для родителей подростков

23. Полезные сайты для родителей подростков

**Технологическая карта занятия педагога-психолога  
с детьми подросткового возраста с ОВЗ на тему  
«Сказкотерапия - Про любовь».  
Педагог-психолог Любовь Евгеньевна Батуева**

Цель: выработка умения переводить негативное эмоциональное состояние в позитивное состояние.

Задачи:

1. Учить детей определять разные эмоциональные состояния у себя и окружающих людей, соотносить эти состояния с реальной ситуацией.
3. Развивать эмоциональную произвольность.
4. Развивать эмпатию, чувство ответственности за себя и других людей.
5. Учить конструктивным способам управления собственным поведением (снимать напряжение, избавляться от негативных эмоций, разрешать конфликтные ситуации).

Методические приемы: терапия через сказку, проигрывание ситуации, олицетворение героев сказки, придание образа и определение черт характера, беседа-диалог, продуктивная деятельность детей, рефлексия, анализ, подведение итогов.

Раздаточный материал: бумажные листы, простые карандаши, цветные карандаши.

Возраст участников: подростки.

Время занятия: 1 академический час.

Ориентация на результаты:

Предметные результаты

- Расширение круга понимаемых эмоций, чувств, настроения.
- Снижение психического и эмоционального напряжения, создание положительного эмоционального фона.
- Повышение уровня самоконтроля и самооценки.

Учащиеся научатся:

- Понимать эмоции других людей и правильно их выражать, контролировать;
- Использовать приемлемые способы снятия внутреннего напряжения;
- Правилам взаимодействия в коллективе.

Регулятивные УУД:

- Учиться выражать свои чувства в отношении педагога и одноклассников; работать по предложенному плану.

Познавательные УУД:

- Находить ответы на вопросы в различных источниках: картинках, рисунках; делать выводы в результате совместной работы с одноклассниками; включаться в творческую деятельность под руководством психолога; строить речевые высказывания в устной форме.

Коммуникативные УУД:

- Учиться понимать эмоции, чувства, настроение, их мимические проявления, а также передавать эмоциональные состояния свои и чужие; договариваться с одноклассниками, работать в парах, коллективно.

Личностные УУД:

- Учиться самостоятельно оценивать результаты своей деятельности; осознавать роль эмоций в жизни человека.

Прежде чем мы приступим к занятию нам нужно вспомнить правила

1. Правило активности (Активная работа на занятии каждого участника.)

2. Правило «один в эфире» (Не перебивать того, кто говорит.)

3. Правило «равные права» (Нельзя осуждать и оценивать высказывания другого человека. Каждый имеет право на своё мнение.)

4. Правило «Я» (Говорить только от своего имени, например, «Я считаю...»)

5. Правило секрета (Не выносить обсуждение за пределы занятия.)

## Ход занятия

### 1. Игра-Разминка «Австралийский дождь»

Цель: обеспечить психологическую разгрузку участников.

Время проведения: 10 мин.

#### Ход упражнения

Участники сидят в кругу.

Инструкция: Знаете ли вы что такое австралийский дождь? Нет? Тогда давайте вместе послушаем, какой он. Сейчас по кругу цепочкой вы будете передавать мои движения. Как только они вернутся ко мне, я передам следующие. Следите внимательно!

- В Австралии поднялся ветер. (Ведущий трет ладони).
- Начинает капать дождь. (Клацанье пальцами).
- Дождь усиливается. (Поочередные хлопки ладонями по ногам).
- Начинается настоящий ливень. (Хлопки).
- А вот и град – настоящая буря. (Топот ногами).
- Но что это? Буря стихает. (Хлопки по бедрам).
- Дождь утихает. (Хлопки ладонями по груди).
- Редкие капли падают на землю. (Клацанье пальцами).
- Тихий шелест ветра. (Потираание ладоней).
- Солнце! (Руки вверх).

Вопросы для обсуждения:

1. Легко ли вам было выполнять это упражнение?
2. Ваши впечатления по проведенному упражнению?

### 2. Сказкотерапия – сказка «Про любовь».

Время: 20 минут.

Техника проведения:

1. Психолог зачитывает текст.
2. Обучающиеся делают зарисовку одного из трех персонажей, на выбор.
3. Прописать по четыре прилагательных к выбранному герою(черты характера).
4. Обсуждение поступков героев, олицетворение их в реальных людях.
5. Что мешает Оконному стеклу стать положительным.
6. Что случилось бы, если бы Выключатель прислушался к Оконному стеклу?
7. Часто ли такое бывает в обычной жизни?

Сегодня мы знакомимся с сказкотерапией. (Название ведущим не озвучивается, а предлагается участникам группы дать ей свое название).

#### Сказка «Про любовь»

Жил-был Выключатель маленький-маленький, черный и плоский. Лампочка была большая-большая, ярка и одетая в прекрасную, модную люстру. Выключатель в нее влюбился. Ему очень нравилось, что она то вспыхивала – и тогда казалась веселой и беззаботной, то гасла – и тогда представлялась задумчивой и нежной. Выключатель очень страдал.

Лампа висела в центре комнаты, а Выключатель был в углу, откуда мог только вздыхать. Лампочка подмигивала, но быть вместе они никак не могли.

Оконное стекло было никакое. Его даже никто не замечал, смотрели, казалось бы, на него, а говорили о другом. Про Оконное стекло никто ничего хорошего не говорил, разве что ругали иногда: «Стекло опять грязное». Было от чего обидеться и разозлиться. К тому же Оконное Стекло считалось далеким родственником Лампочки, и судьба Лампочки всегда казалась ему более светлой.

И вот однажды Оконное Стекло сказал: «Послушай, друг Выключатель, - Выключатель и Оконное стекло никогда не дружили, но когда говорили что-нибудь неприятное – часто лгали. – Послушай, друг Выключатель, ты хоть знаешь, по кому вздыхаешь? Ты хоть знаешь, что Лампочка без тебя жить не может?»

Выключатель очень обрадовался и испугался. «Ты же ее король, начальник. – Оконное Стекло задрожало от волнения. Часто бывает так, когда хотят сделать неприятность – волнуются. – Если ты захочешь, она будет светиться. Не захочешь – погаснет. Она твоя слуга и рабыня. А ты по ней вздыхаешь и страдаешь». От удивления Выключатель ушел в себя – выключился, - и Лампочка погасла. «Что ты мне сказал? Как ты можешь называть ее так!» - вышел из себя Выключатель, и Лампочка включилась.

«Ну, убедился?» - радостно задребезжало Оконное Стекло. «Это правда, ты от меня зависишь?» - спросил Выключатель Лампочку. «Правда, - вздохнула Лампочка и потускнела. – Теперь ты понял, как я завишу от тебя, и любовь превратится в рабство». «О чем ты, - улыбнулся Выключатель. – Значит мы связаны с тобой самой судьбой и теперь будем жить с тобой счастливо: когда ты захочешь, только скажи, и вспыхнешь ярким светом, устанешь – будешь отдыхать. Я стану защитником твоего света. И сторожем». «Вот дурак!» - выругалось Оконное стекло. Так часто бывает: когда нечего сказать – ругаются.

...Лампочка эта никогда не перегорала. Все удивлялись тому, как долго горит Лампочка. Все вокруг просто не знали, что эту Лампочку любят...

## 2. Анализ занятия «Впечатления»

Цель: получение обратной связи, выяснение степени усталости, активности, интереса к происходящему.

Время: 10 минут

Техника проведения: участники делятся впечатлениями о тренинговом занятии.

Инструкция: Вот и закончилось наше занятие. Я вам предлагаю поделиться своими мыслями, идеями, настроением.

Вопросы для обсуждения:

Что принесло вам это занятие?

Что вам особенно понравилось в нашем занятии?

Расскажите о своём настроении до начала занятия и сейчас.

Какое задание показалось вам очень сложным?

Довольны ли вы тем, чему научились, что узнали?

**Арт-техника «Рисование ватными палочками»  
для обучающихся с тяжелыми множественными нарушениями развития  
Педагог-психолог Эльмира Мирзаевова Жванова**

Рисование – один из самых популярных видов творческой деятельности в жизни многих детей. В процессе рисования у дошкольника формируется наблюдательность, эстетическое восприятие, художественный вкус, творческие способности. Особое место в процессе рисования занимают нетрадиционные техники.

Рисование ватными палочками – это один из видов нетрадиционных техник рисования. Он интересен не только старшим детям и взрослым, но и малышам, которые только-только знакомятся с различными инструментами для живописи.

Детями обычно с радостью приветствуется эта техника рисования, так как можно одну и ту же картинку создать совершенно разными способами.

Один из способов – это пуантилизм.

Рисование ватными палочками можно назвать одним из видов пуантилизма. Пуантилизм – это уникальное течение в живописи, которое в переводе с французского языка означает «писать по точкам».

В каждой технике рисования существуют различные секреты и нюансы. Пуантилизм – не исключение. Есть некоторые моменты, на которые стоит ориентироваться, чтобы получить максимально удовлетворительный результат.

Для обучающихся с тяжелыми множественными нарушениями развития на первых занятиях лучше предлагать только один цвет краски. Картинки надо подбирать максимально простые: солнышко, яблочко или снег, дождик.

Далее даются задания сложнее. Увеличивается количество цветов. Это позволит юным художникам проявить воображение.

В работе стоит уделить внимание и рассказу о самой технике пуантилизм. Необходимо дать минимальную информацию о том, что рисунок создают при помощи отдельных мазков или точек разных цветов. Желательно подготовить несколько картин, созданных в технике пуантилизм, показать их ребенку, чтобы вызвать более глубокий интерес.

Важно, что при создании картинки краски нельзя смешивать между собой. При этом расстояние от одной точки до другой может быть большим, а можно, наоборот, располагать точки близко друг к другу.

Для работы необходимо подготовить изобразительный материал: краски для рисования, например, пальчиковые или обычная гуашь; бумага; шаблоны с черно-белыми рисунками или тематические картинки, на которых требуется что-то дорисовать; большое количество ватных палочек; палитра.

Техника рисования ватными палочками проста в своем исполнении. Главное, чтобы у ребенка было необходимое количество ватных палочек. Ватную палочку не надо предварительно мочить в воде, не надо ее мыть после использования. На сухую ватную палочку набирают краску и ставят точки на бумаге.

Начало знакомства с данной техникой происходит в процессе дорисовки своего рисунка: падающий снег, глазки у животных, цветочки на полянке и т.д.

Затем предложите ребенку раскрасить рисунок необычно – точками, которые не соприкасаются друг с другом или располагать их близко друг к другу. Для этого предоставьте ребенку шаблон рисунка из раскраски, краски и ватные палочки.

И последний этап – рисование точками своего рисунка. Можно предварительно сделать набросок простым карандашом, а можно рисовать по наитию, включив свое воображение.

Еще один способ рисования ватными палочками – это рисование связкой ватных палочек.

Для работы необходимо несколько палочек связать резинкой или ниткой, располагая их по кругу; приготовить краски на палитре или тарелочке, лист бумаги.

Этим способом можно рисовать гроздь ягод, крону деревьев, кустов, цветы на поляне и т.д.

Количество палочек в связке может быть разным: от трех и больше десяти. Оно зависит от того, что именно вы хотите ими нарисовать: крону дерева, цветы или ягоды.

Но если палочки выложить в ряд и аккуратно соединить их скотчем, можно нарисовать совсем другие картинки: например, заборчик, скамейку, а семью палочками можно нарисовать радугу.

Рисование ватными палочками:

- Развивает мелкую моторику и тактильное восприятие;
- Тренирует память;
- Приучает к усидчивости и собранности;
- Помогает укрепить руку для обучения письму;
- Обогащает внутренний мир;
- Помогает выражать чувства;
- Способствует эмоциональному раскрепощению;
- Развивает воображение;
- Развивает творческие способности;
- Формирует творческий подход к жизни;
- Развивает индивидуальность;
- Приобщает к искусству.

## Арт-терапевтические техники в работе с жизненными ценностями «Мир на ладони»

### Технологическая карта занятия.

Педагог-психолог Марина Николаевна Нестерчук

Цель: развитие самопознания

Задачи:

- Формировать благоприятный психологический климат в группе
- Развивать критическое мышление, умение сопереживать
- Учить делать выводы
- Формировать адекватность оценки себя и других людей

Тип занятия: коррекционно – развивающее.

Форма работы обучающихся: групповая

Технологии: игровые, информационно – коммуникативные, здоровьесберегающие.

Методы обучения:

1. Наглядные (демонстрация карточек – рисунков, настоящего кактуса).
2. Словесные (инструктаж).
3. Практические (практические задания).

Необходимое техническое оборудование: мягкая игрушка(мяч),краски акварель, цветные карандаши, альбомные листы, ножницы, ручки, игрушки из набора «песочная терапия», песочница, символические предметы, спрятанные в песке, таблица «символическое значение».

### Дидактическая структура занятия:

Этап занятия	Длительность этапа	Используемый дидактически й и наглядный материал	Деятельность педагога - психолога	Деятельность обучающихся	Базовые учебные действия, формируемые на занятии
1.Организационный момент Упражнение «Меня зовут, а ласково называют»	2-3 мин	Мягкая игрушка(мяч)	Педагог – психолог предлагает представиться, образец начинает с себя	Обучающиеся по кругу передавая мяч, представляют себя	Вступать в контакт и работать в коллективе. Вступать в контакт с педагогом. Умение соблюдать субординацию. Поддерживать коммуникацию. Умение работать по аналогии.
2. Основная часть Рисунок настроения	5-7мин	Краски акварель, цветные карандаши, альбомные листы	Педагог предлагает выбрать цвет или цвета своего настроения и раскрасить лист,	Обучающиеся выполняют задание раскрашивают лист любым удобным способом	Выполнять инструкции, Умение работать самостоятельно, анализировать свое состояние, воплощать в цвет.
«Настроение на ладони»	7-10 мин	Ножницы, ручки	надо перевернуть лист и обвести свою кисть руки, соберём свое	Обучающиеся выполняют задание по инструкции. В зависимости от желания детей	Умение воспринимать последовательность действий. Умение удерживать



			настроение в ладонь, , чтобы усилить свое настроение на каждом пальце напишите прилагательные про себя, кто готов поделится своими впечатлениями. Может озвучить результат	и времени , можно выслушать всех по кругу или желающих	инструкцию, Слушать собеседника, высказываться по теме
Упражнение инсталляция на ладони «мой мир»	10-15мин	Игрушки из набора «песочная терапия»	Инсталляция- вид искусства, создание композиции из разных предметов Пространство ладони мистическое – это мы сами. Вам надо создать композицию, используя ладонь. Рассказ по кругу, что создали Интерпретация : Пальцы - нацелены на будущее вперед Середина ладони – актуальность, то, что хочу видеть сейчас Конец ладони – прошлое , то, что поддерживает нас	Обучающие выполняют задание по инструкции.	Умение выбирать, развивать ассоциативное мышление, целеполагание
Упражнение	3-5	Песочница,	Педагог-	Обучающие	Умение слушать,

ие «предсказа ние»		символические предметы, спрятанные в песке, таблица «символическо е значение»	психолог предлагает найти свой символ на этот, зачитывает значение	подходят к песочнице и выбирают символическую игрушку, слушают значение выбора	анализировать
3. Рефлексия	5-7	Мягкая игрушка(мяч)	Педагог- психолог предлагает высказать свои впечатления об уроке, что нового узнали, о чем стоит задуматься	Обучающие по кругу высказывают свои впечатления	Вступать в контакт и работать в коллективе. Вступать в контакт с педагогом. Поддерживать коммуникацию. Умение высказывать свои впечатление, слушать других

## **Арт-раскраска «Драконовы ключи»** **Педагог-психолог Ирина Викторовна Орехова**

Развивающая игра-раскраска для детей и некоторых взрослых «Драконовы ключи» создана Арт-группой «Атриум – Драконовы ключи», основанная в 1993 по инициативе художников и концептологов Сергея де Рокамболя и Анны Николаевой. В группу входят веб-дизайнеры и лингвисты Даниил и Петр Кочаровы (с 1993), композитор Георгий Каспарян, мультимедиа-программисты Илья Комаров и Денис Шейнихович (с 1998).

В основе биоморфных рисунков – фрактальная схема-матрица, ритмика которой подчинена «золотым пропорциям» и резонирует с реальной ритмикой психических процессов человеческого существа, Солнечного ветра и магнитосферы Земли.

Фрактал (в пер. с лат. «состоящий из фрагментов») это бесконечно самоподобная геометрическая фигура, каждый фрагмент которой повторяется при уменьшении масштаба. Следует отметить, что мандала тоже имеет в своей основе фрактальную структуру, а, следовательно, оказывает на ребенка такое же действие, как и «Драконовы ключи».

Во время раскрашивания рисунков альбома «Драконовы Ключи» происходит много интересного. Например, у человека активизируются некоторые тонкие области внимания и упражняются некоторые тонкие области интуиции, резонансные архетипам; и человек принимает более активное, чем обычно, соучастие в игре Солнечного ветра и магнитосферы Земли.

Все рисунки этого издания можно разделить на три взаимодействующие группы:

### 1. Одинарные рисунки

- 1-1. Бабочка – Небо, центр, динамика
- 1-2. Дерево – Земля, центр, статистика
- 1-3. Царь – правое, активное
- 1-4. Царица – левое, активное

### 2. Двойные (парные) рисунки

- 2-5. | Дракон правый | Огонь, весна.
- 2-6. | Дракон левый | восток.
- 2-7. | Рыба правая | Вода, лето
- 2-8. | Рыба левая | юг.
- 2-9. | Птица правая | Воздух, осень.
- 2-10. | Птица левая | запад
- 2-11. | Единорог правый | Земля, зима
- 2-12. | Единорог левый | север

Все рисунки (от 1-1 до 2-12) сконструированы таким образом, что взаимодействие с ними проявляет и активизирует разнообразные и разноуровневые скрытые творческие возможности человека; и чем активнее взаимодействие, тем интенсивнее активизируются скрытые творческие потенции.

Эту методику можно использовать как в индивидуальной работе, так и в работе с группами, хорошо зарекомендовала она себя в работе с семьями для коррекции родительско-детских отношений.

В процессе работы над рисунками:

- Гармонизируется общее психическое состояние ребенка (взрослого), снижается уровень тревоги, достигается физический покой;
- Активизируются тонкие области внимания и интуиции. Растет сосредоточенность и концентрация внимания.
- Происходит активизация творческих возможностей, развитие воображения.
- Повышается фоновая активность коры полушарий головного мозг - это проявляется в потоке вопросов и фантазии человека.
- Активизируются и синхронизируются межполушарные связи в головном мозге.
- Развивается эмоциональная сфера
- Развивается чувство ритма

- Развиваются саморегуляция и самоорганизация
- Развиваются способности дифференцировать цвета
- Развивается мелкая моторика.
- Развивается ассоциативное и образное мышление.
- Активизируется процесс развития способностей оперирования визуальными образами, что приводит к развитию памяти.

При групповой работе имеет место развитие и усовершенствование навыков включения в совместную деятельность, нахождение общего, искреннее внимание друг к другу; развитие навыков слушания партнеров по творчеству, осознание усложняющих общение устоявшихся поведенческих реакций, позитивный настрой на работу, переключение на эмоциональный план восприятия.

Рисунки выполнены на плоскостном изображении, являются стилизованными и обобщенными, они не дают определенного представления о том, что это за птица или человек. Контуры самих фигур сильно “зашумлены” как элементами фоновых изображений, так и элементами сложно дифференцированной внутренней структуры рисунка, которая представляет собой ячеистую сетку, на пересечении которой находятся опорные связующие элементы – круги.

Самыми крупными кругами выделены центральные пространственные оси – вертикальная и горизонтальная, другие направления отмечены более мелкими кружками. Все круги и фигурные элементы этой сетки симметричны относительно срединной вертикальной оси рисунка и могут быть произвольно объединены цветом в более крупные структурные формы – фракталы.

Внутри рисунка оказывается скрытой в фоновом “шуме” не только целостная фигура и все мелкие элементарные и более сложные фигуры, но и пространственная сетка координат.

Считается, что работа с этими образами способствует общению с архетипными символами.

Фрактальная матрица "Птица" используется для диагностики интеллекта (см. Т.В. Чередникова "Психодиагностика нарушений интеллектуального развития у детей и подростков (методика "Цветоструктурирование").

Правила работы с раскраской могут отличаться в зависимости от поставленных целей.

Можно использовать индивидуально: ребенку (взрослому) предлагаются средства для рисования и рисунок с просьбой раскрасить картинку так, как он хочет; или при работе в парах: один рисунок предлагается двум детям (взрослым) с просьбой раскрасить так, чтобы получилась общая картинка (развиваем коммуникативные навыки).

Правила работы по рекомендациям Елены Тарариной: не должны соприкасаться два цвета (наискосок можно). Можно использовать с детьми с 5 лет. Главное в работе сама фигура, работать только с фоном нельзя - иначе главное уходит в тень. В случае необходимости, можно отказаться от оформления фона, но не от оформления фигуры. Рекомендуются работать в ресурсном состоянии, так как это состояние "запаковывается" внутрь. Во время работы нежелательно разговаривать.

В самом простом варианте инструкция к работе будет следующей:

1. Предложить детям варианты раскрасок.
2. Дать время для осуществления выбора конкретной одной раскраски.
3. Предложить широкий выбор карандашей, мелков, гелиевых ручек, фломастеров.
4. Время для работы не ограничивается.
5. Рисунок не обсуждать, стараться меньше разговаривать.
6. Можно поставить спокойную музыку.
7. Предложить вырезать картинку и прикрепить на своем теле.

Когда раскраска Драконовы ключи будет завершена, нужно предложить ребенку рассказать о ней, придерживаясь следующего плана

- почему ты выбрал именно эту картинку?
- что привлекло в этой картинке?
- почему ты использовал именно эти цвета?
- нравится ли работа?
- какие чувства и эмоции возникали во время работы?

-твое отношение к результату после того как работа вырезана и закреплена на теле?

-назови свою работу.

Когда ребенок вам расскажет о своей работе по намеченному плану, можно попросить сочинить историю о персонаже. А в ответ вы также расскажите ребенку, что вы видите на рисунке, постарайтесь проникнуться рисунком и найти в нем ресурсность.

Возможен вариант когда рекомендуется родителям заняться такой работой и раскрасить свои драконовы ключи.

Важно провести взаимосвязь с эмоцией и телесным ощущением. Где та радость в теле ощущается? Если рисунок сильно раздроблен, то значит рисовал его с левополушарной доминантой человек и наоборот целостный рисунок для правополушарных. Хорошо посмотреть каким цветом заполнены границы, будут ли они слишком контрастны или фон будет совпадать, что говорит о внешних взаимоотношениях.

Обязательно сначала метафору оценивает человек, затем по одному высказываются окружающие, что откликнулось, то значит может быть или ресурсом или проблемой, что тоже является ресурсным для работы с ней. Проблема всегда блокированная энергия, важно может ли человек сейчас встретиться с проблемой открыто или это принесет травму.

Таким образом методика имеет и развивающий и психокоррекционный эффект.

## **Арт-техника «Монотипия. Рисование на стекле»** **Педагог-психолог Оксана Сергеевна Соколова**

Монотипия – это техника «уникального отпечатка», при которой гладкую поверхность покрывают краской, а потом делают с нее отпечаток на листе. Первооткрывательницей этого художественного метода была художница Елизавета Кругликова, которая сто лет назад делала офорты и в спешке сделала «кляксу» на печатной доске. Эффект отпечатанной «кляксы» ей понравился и она стала использовать его в своих работах.

Материалы: обработанное стекло или прозрачный пластик, краски разных цветов – акварель, гуашь, масляные краски, кисти

Ход работы:

1. Предложите клиенту порисовать красками на стекле. Можно заранее смочить стекло водой, чтобы оттенки легче переходили один в другой на ранних стадиях работы, когда клиент зажат, находится в эмоционально-напряженном состоянии.
2. Не давайте четких инструкций, рисовать можно что угодно.
3. Оцените вместе с клиентом причудливое переплетение оттенков.
4. Приложите лист бумаги к раскрашенному стеклу.
5. Оцените получившееся изображение. При необходимости дорисуйте, напишите 3-5 прилагательных, описывающих данную картину.

Возможные вопросы:

- Что ты чувствуешь сейчас? (или к кому-то, или в какой-то ситуации, или после какого-то события, и т.д.)
- Каким цветом ты нарисуешь эту эмоцию? Какие ещё цвета хочешь добавить?
- Тебе нравится, что получается? Похоже на твою эмоцию?
- Как часто ты это испытываешь? Тебе бы хотелось чувствовать это чаще/реже?
- Результат удивил тебя? Что ты сейчас чувствуешь?

Что дает данное упражнение:

- невозможность контролировать краски, держать их на одном месте, погружает в бессознательное;
- происходит неосознанное расслабление;
- человек обретает свободу деятельности, понимает, что есть вещи, от него независимые;
- снижается необходимость тотального контроля.