

УТВЕРЖДЕНО
Директор МКОУ «СОШ № 7»
пгт. Талинка
Н.И. Фаттахова



Коррекционно-развивающая программа: «Развитие эмоционально - волевой сферы для работы с дезадаптированными детьми 7- 8 лет»

Пояснительная записка

Проблема адаптации первоклассника к обучению в школе является одной из важных для психологии образования, т.к. от того, как ребенок адаптируется к школе, насколько успешно пройдут его первые месяцы пребывания в образовательном учреждении зависит успешность его обучения, отношение к учению, учителям и сверстникам.

Современная школа предъявляет высокие требования к уровню психологической готовности детей к систематическому обучению, поэтому переход от дошкольного к школьному детству в возрастной психологии характеризуется, как кризисный период.

Начало обучения связано с коренной ломкой жизненных стереотипов ребенка. Меняется социальная ситуация развития, тип общения его с окружающими, ребенок осваивает новые социальные роли, правила поведения в школе.

Адаптация к обучению связана с внутренним напряжением, мобилизацией всех резервных возможностей ребенка, и не всегда этот процесс проходит успешно. В норме процесс адаптации к обучению первоклассников в школе по данным разных авторов длится от двух недель до полугода. У детей по разным причинам этот процесс протекает довольно сложно и болезненно, что отрицательно сказывается на психическом и физическом развитии. В последнее время становится все больше детей, которые испытывают трудности к адаптации в школе, они приводят к дезадаптации. Эти дети требуют к себе особого внимания. Поэтому разработка коррекционно-развивающих программ является важной психолого-педагогической проблемой.

Основное содержание комплексной программы

Коррекционно-развивающая программа по развитию эмоциональной сферы средствами арт-терапии строилась с учетом опыта, накопленного в общеметодических (В.С.Мухиной, Ч.А.Измайлова, Р.М.Рахматулиной, О.В.Хухлаевой, М.И.Чистяковой и др.) и психологических (А.И.Копытина, Г.А.Бреслава, Г.Л.Лендера, Н.М.Погосовой и др.)

Общая характеристика

Коррекционно-развивающая программа по развитию эмоциональной сферы у детей основывается на понимании, эмпатии со стороны психолога. Она помогает снять эмоциональное напряжение, дает возможность открыть свое Я. Важная роль в программе отводится методу личностной перспективы, которая помогает поверить ребенку в свои силы.

Первый шаг в коррекционно-развивающей программе – формирование у детей умения распознавать свои эмоции, овладеть и управлять ими. Для этого необходимо вспомнить понятие, которое в психологии носит название «эмоциональный барьер».

Эмоциональный барьер – ситуация, когда человек не может реально совершать эффективные действия. Он либо находится в состоянии переживания, либо совершает ряд действий, основанием которых является эмоция, возникшая в результате неуспешного действия. Эмоциональный барьер может возникнуть как в общении, так и в индивидуальных действиях ребенка.

Чтобы дети осознали свои эмоциональные состояния (радость, печаль, гнев, обиду т. д.), необходимо научить их распознавать, называть, сравнивать и видеть эти эмоции не только в себе, но и в других людях. Т.е. у них необходимо выработать чувство эмпатии. Под эмпатией подразумевают способность к пониманию и сопереживанию эмоций других людей. Эмпатия – умение совместно радоваться успеху, огорчаться неудаче, ощущать общность и поддержку, чувствовать, что есть группа людей, близких тебе по духу и деятельности.

Известно, что дети любят рисовать. Через рисунок реализуется их потребность выразить себя. Рисунок для них является не искусством, а речью. Детям легче невербально выразить как внутренние чувства, так и события, нежели объясняя их словами. Поэтому возраст от 5 до 10 лет называют золотым веком детского рисунка. И в старшем возрасте, несмотря на развитие устной речи, процесс рисования также помогает самораскрытию личности. Важен непосредственно процесс творчества, а также особенности внутреннего мира ребенка.

В структуре каждого арт-терапевтического занятия просматриваются две основные части. Одна – невербальная, творческая, неструктурированная. Основное средство самовыражения – цветной рисунок. Вторая часть – вербальная, апперцептивная и формально более структурированная, каждый ребенок интерпретирует нарисованный объект, описывает возникшие у него ассоциации.

Цель программы: – развитие эмоционально-волевой сферы детей 7-8 лет.

Основные задачи:

1. Дать понятие о разделении эмоций на положительные и отрицательные.
2. Помочь ребенку отреагировать имеющиеся отрицательные эмоции (страх, гнев и т.д.), препятствующие его полноценному личностному развитию.
3. Способствовать обогащению эмоциональной сферы ребенка.
4. Способствовать творческой самореализации.
5. Формировать социальные навыки.
6. Учить доверять себе и другим людям.

Организация занятий

Занятия проводятся с группой, состоящей из 4-6 человек, 1 раз в неделю. Длительность занятия 35-40 минут.

Материалы к занятиям:

Краски, акварель, восковые мелки, фломастеры, простой карандаш, бумага, материал для коллажа, ножницы, клей ПВА

Планирование занятий

	Содержание	Ход занятия	Подведение итогов
1	Создать в группе эмоционально благоприятный фон; познакомить детей с разными чувствами; умением соотносить цветовую гамму с образом.	Упражнение “импульс”, работа с пиктограммами (радость, огорчение, гнев, удивление, стыд). Упражнения “Гномы”, “Зеркало”.	Происходит по вопросам: Какие состояния вы испытали на нашем занятии? Какие маски мы раскрасили в яркие цвета и почему? Какие маски мы раскрасили в темные цвета и почему? Что сегодня вам на занятии понравилось, а что нет? Введение прощального ритуала

			“Подарим друг другу улыбку”.
2	Снять психическое напряжение; учить художественным приемам, изображать и определять эмоцию “радости”	Игра “Четыре стихии”, Игра “Снег” с музыкальным сопровождением. Изображение эмоции радости.	Какое состояние вы испытали на занятии? Как узнать, что другой человек радостный?
3	Снять психическое напряжение; учить изображать художественными приемами эмоцию “удивления”.	Упражнение “Повтори позу”. Зачитывается отрывок “Фокус” или “Пятерка”. Рисуем пальчиками рук эмоцию “удивления”.	Какое состояние одинаковое для всех героев и нас мы изображали? Нарисуйте на листе ватмана “маску удивления”.
4	Снятие эмоционального напряжения. Учить изображать и определять состояние “интерес”	Игра “Путаница”, “Море волнуется”. Этюд “Собачка принохивается”. Этюд “Лисичка прислушивается”. Игра “Гусеничка”	Какое состояние было у собачки? Как узнать по лицу, что другому человеку интересно? Кто из вас испытывал это состояние? Нарисуй ситуацию, когда тебе было интересно.
5	Создать положительный эмоциональный фон; учить изображать и определять эмоцию “гордость”.	Игра “Бип”, этюд “Писк гуся”, этюд “Царевна лягушка”, аутотренинг-расслабление “На зеленой траве” под музыку.	Кто из вас испытывал гордость? Почему вы испытывали гордость? Передай это состояние через цвет, рисунок.
6	Снять психическое напряжение. Учить изображать и определять эмоции “страдание” и “печаль”; отличать “печаль” от “страдания”.	Упражнение “Забавные человечки”, упражнение “Будь внимателен!”, этюд “Ой-ой! Живот болит”, “Маленькая обезьянка”. Игра “ Кто быстрее рассмешит Царевну Несмеяну”.	О каком состоянии мы говорили сегодня? В каких ситуациях вы испытывали те же самые эмоции? Попробуйте изобразить эти эмоции цветом.
7	Снять психическое напряжение. Содействовать доброжелательной обстановке в группе, изучить чувство “обида”.	Игра “Льдинка”, “Фотография”. Аутотренинг-расслабление под музыку “Отдых на берегу моря”.	С каким чувством вы познакомились на занятии? С каким животным, растением, музыкой можно сравнить обиду?

8	Снять двигательную расторможенность, негативизм. Учить распознавать и изображать эмоцию “отвращения”.	Игра “Разведчики”, упражнение “Соленый чай”, “Грязная бумажка”.	О каком чувстве мы говорили на занятии? Как узнать, что человек испытывает отвращение?
9	Снятие мышечного напряжения. Учить изображать и распознавать чувство “вины” и “стыда”.	Игра “Узнай по голосу”. Этюд “Провинился”, “Стыдно”. Упражнение “Танец клоуна”.	Какие чувства вы узнали на занятии? С какими животными, растениями, цветами можно сравнить состояние вины и стыда? Модно ли долго жить с этими чувствами?
10	Способствовать сплочению группы. Учить преодолевать давление из вне и не бояться трудностей; Учить изображать эмоцию “страха”.	Игра “Путаница”. Этюд “Лисенок”, “Один дома”. Игра “Ручеек”.	Изображаем страх красками.
11	Учить распознавать чувства и эмоции; стимулировать их появление; развивать наблюдательность и активность.	Упражнение “опаздывающее зеркало”. Игра “Поза и норма”. Упражнения “Тень”, “Мусорное ведро”.	Дети рисуют свое настроение в цвете в данный момент. Обсуждение рисунков. Что понравилось, не понравилось на занятии? Какие чувства были сильнее и поэтому запомнились? Расставание.

Психогимнастические упражнения

(Этюды)

Содержание этюдов не читается детям, ситуация эмоционально пересказывается. Это лишь основа для создания множества вариантов на заданную тему. Можно, например, проиграть ситуацию, которая произошла в группе, или почерпнуть сюжет из прочитанной сказки.

Цветок (этюды на выражение радости)

Теплый луч солнца упал на землю и согрел в земле семечко. Из семечки проклюнулся росток. Из ростка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет теплу и свету головку вслед за солнцем.

После дождя (этюды на выражение радости)

Дети осторожно ступают, ходят вокруг воображаемых луж, стараясь не замочить ног. Потом, расшалившись, прыгают по лужам так сильно, что брызги летят во все стороны. Им очень весело.

Собачка принохливается (этюды на выражение интереса).

Охотничья собака, увидев дичь, моментально застыла в напряженной позе. Она внимательно всматривалась в добычу, готовясь, бросится вперед.

Царевна-Лягушка (этюд на выражение гордости)

Ведущий читает отрывок, где Елена Прекрасная величаво и гордо, словно пава танцует. Дети под музыку стараются показать танец царевны.

Ой, ой, живот болит! (этюд на выражение страдания)

У мальчика внезапно заболел живот, он страдает (поникшая голова, сведены брови, опущены уголки рта, руки на животе).

Провинился

Мальчик разбил вазу. Мама его ругает. Он понимает, что провинился, поэтому стоит, опустив голову.

Стыдно

Коля сломал переключатель у телевизора. Он боится, что мама его накажет, поэтому сваливает вину на младшего брата. Брата наказали. Старшему брату стыдно.

Лисенок (этюд на выражение страха)

Лисенок увидел на берегу реки свою маму, но не решается войти в воду. Вода такая холодная, да и глубоко тут.

Один дома

Мальчик остался один. Он непрерывно сидит на стуле и со страхом смотрит на дверь. Вдруг в комнате кто-то притаился? Что тогда?

Игры

Четыре стихии: Играющие сидят в кругу. Ведущий объясняет условия: на слово *земля*, все должны опустить руки вниз, на слово *вода* – вытянуть руки вперед, *воздух* – поднять руки вверх, *огонь* – произвести вращение руками в локтевых суставах. Кто ошибается, считается проигравшим.

Снег: Дети получают по листу бумаги, из которой они в течение трех минут делают снег. Затем играющие по очереди подбрасывают вверх свои снежинки, стараясь засыпать ими как можно больше окружающих. По окончании ведущий подводит итог: дети испытали радость, и подтверждение тому их улыбки и веселые лица.

Ошибка: Каждый раз, когда ведущий ошибается при назывании игрока, остальные удивляются.

Путаница: Дети, взявшись за руки, образуют круг. Затем, не расцепляя рук, собираются в клубок. Ведущий должен его распутать. Каждый из участников должен побывать в роли ведущего.

Гусеница: Дети становятся в цепочку друг за другом, а между ними надувные шары. Самый первый ведет остальных змейкой. Условие игры: не уронить шарик и не выйти из цепочки.

Повтори позу: Ведущий по очереди изображает эмоции, которые были темами уроков.

Рисуем настроение.

Детям могут предлагаться следующие варианты занятий:

Выполнить рисунок на тему «Мое настроение сейчас» (с этого задания можно начинать каждое занятие).

Ребенок рисует эмоцию, какую захочет. После выполнения задания дети обсуждают, какое настроение пытался передать автор.

Каждый ребенок вытягивает карточку с той или иной эмоцией, которую он должен изобразить.

Дети рисуют ту эмоцию, с которой познакомились на данном занятии (например, страх, удивление и пр.). Во время обсуждения выбирают рисунки, наиболее ярко отражающие данную эмоцию.

Рисунки могут быть как сюжетные (нарисуй Бармалея, от которого сбежали все игрушки; нарисуй случай из твоей жизни, когда ты очень удивился), так и абстрактные, когда настроение передается через цвет, характер линий (плавные или угловатые, размашистые или мелкие, широкие или тонкие), композицию различных элементов.

Программа составлена на основе авторской программы Выдриной Н.Н. "Развитие эмоциональной волевой сферы средствами арт-терапии" для работы с дезадаптированными детьми 7—8 лет

Литература:

- Арт-терапия./ Под ред. А.И.Копытина. СПб.: Питер, 2001 г.
Бреслав Г.А. Цветопсихология и цветолечение для всех. СПб., 2000 г.
Бурлачук Л.Ф. Основы психотерапии. М.: Алтейа, 1999 г.
Ермолаева М.В. Психология развития. М., 2000 г.
Запорожец А.В. Об эмоциях и их развитии у ребенка. М., 1986 г.
Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. М., 1986 г.
Клюева Н.В., Косаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность. Ярославль: Академия развития, 1996г.
Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. СПб.: Питер, 2002 г.
Кэджусон Х., Шефер Ч. Практикум по игровой психотерапии. СПб.: Питер, 2002 г.
Леонтьев А.Н. Психология общения. М.: Смысл, 1997 г.
Мухина В.С. Использование детских рисунков в целях диагностики. М., 1976.
Петровский А.В. Проблема развития личности с позиций социальной психологии. // Вопросы психологии. 1984, №4.
Погосова Н.М. Цветовой игротренинг. СПб., 2002 г.
Рахматуллина Р. Коррекционно-развивающие игры и психогимнастика. //Школьный психолог, 1999, №26, с.10.
Хухлаева О.В. Лесенки радости. М.: Совершенство, 1998 г.
Якобсон П.М. Эмоциональная жизнь школьника. М.: МПСИ, 1998 г.