

Конспект
группового занятия педагога-психолога
с элементами тренинга «Мотивация к учению» с детьми,
показавшими низкий уровень учебной мотивации
с применением арттерапии в работе с дезадаптированными учениками.

Цель: гармонизация личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Задачи:

1. Профилактика внутренней конфликтности
2. Развитие способности самовыражения
3. Развитие рефлексии
4. Обращение агрессии в приемлемые способы самовыражения.

Время занятия: 40 минут

Категория участников: группа из 16 человек.

Ресурсы: листы бумаги формата А4, цветная бумага, ножницы, клей, цветные карандаши, салфетки.

Арт-терапия – это специализированная форма психотерапии, основанная на искусстве, в первую очередь изобразительной и творческой деятельности.

Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Рисунок не только улучшает коммуникацию и экспрессию, но дает удовольствие и укрепляет чувство контроля и завершенности. Процесс создания графических композиций может также быть полезным в облегчении психического дискомфорта. Рисунок способствует обращению агрессивных и враждебных чувств в более приемлемые способы самовыражения.

Дети, плохо контролирующие свои эмоции, могут благодаря этому открыть для себя альтернативные стратегии, которые не замечали ранее. Рисунок также хорош тем, что инициируется и контролируется самим человеком, что, в свою очередь, способствует адекватизации его самооценки. Законченная работа, как и сам процесс, дает детям чувство развития и достижения цели, являясь условием личного удовлетворения и убеждения в собственной важности.

Проективный рисунок может использоваться как в индивидуальной форме, так и в групповой работе. Основная задача проективного рисунка состоит в выявлении и осознании трудновербализуемых проблем и переживаний, то есть тех переживаний, которые сам ребенок по тем или иным причинам не может озвучить. Направляя тематику рисунков, можно добиться переключения внимания ребенка с актуальных для него проблем.

Внутренний конфликт — столкновение противоположных ценностных ориентации личности, ее потребностей, интересов, стремлений. Основными причинами внутреннего конфликта являются трудности при выборе решения, неадекватное представление о себе, непомерные претензии, противоположно направленные мотивы самоутверждения.

Внутренний конфликт представляет собой внутриличностное противоречие, воспринимаемое и эмоционально переживаемое человеком как значимая для него психологическая проблема, требующая своего разрешения и вызывающая внутреннюю работу сознания, направленную на его преодоление.

Выделяют определенные показатели внутреннего конфликта:

- снижение самооценки;
- психоэмоциональное напряжение.

Под разрешением (преодолением) внутриличностного конфликта понимается восстановление согласованности внутреннего мира личности, установление единства сознания, снижение остроты противоречий жизненных отношений, достижение нового жизненного качества.

Проблема внутреннего конфликта является актуальной в подростковом возрасте, когда ребенок переходит от «детства» к «взрослости». Несомненно, не каждый ребенок сталкивается непосредственно с проблемой именно внутреннего конфликта, однако, для тех и других занятия данной направленности могут выступать как проработка, так и профилактика внутреннего конфликта.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. Приветствие.

Цель: создать свободную от барьеров атмосферу в группе. Время: 5 минут.

Ход упражнения: Группе дается инструкция: «Каждый из участников придумывает себе образ из бумажной салфетки, и по очереди представляет себя группе, называя свое имя и получившийся образ».

2. Настроение

Цель: предоставить возможность участникам выразить свои чувства. Время: 10 минут.

Ход упражнения: Группе дается инструкция: «Нарисовать свое настроение». Все участники, по желанию используя цветные карандаши, на листе бумаги изображают свое настроение «здесь и сейчас». В случае если кто-то из участников изобразил плохое или мрачное настроение, ведущий может предложить ему нарисовать на новом листе то, что могло бы улучшить это настроение.

Когда участники справились с заданием, педагог собирает все рисунки. После этого листы с рисунками передаются по кругу. Первый участник, получивший рисунок, высказывается, что ему в нем нравится, после чего передает рисунок следующему.

Обсуждение. Нахождение совместными усилиями общего и отличительного во всех рисунках.

3. Я и мое любимое животное

Цель: способствовать активизации и расширению рамок ассоциативного мышления. Время: 10-15 минут.

Ход упражнения: Каждый участник по очереди говорит о своем любимом животном. Далее группе дается инструкция: «Представить себя именно своим любимым животным». Участники описывают свои образы вслух, после чего педагог дает инструкцию изобразить свой образ на бумаге, то есть, если любимое животное участника кошка, он представляет, как бы выглядел, если бы был кошкой и изображает этот рисунок на бумаге.

Когда рисунки готовы, они одновременно демонстрируются группе. Группа высказывает свое мнение относительно рисунка, после чего высказывается сам автор.

4. Сотворение мира

Цель: творческое самораскрытие участников. Время: 15-20 минут.

Ход упражнения: Каждый участник получает чистый лист бумаги А4. дается инструкция: «Придумать свой мир (страну, континент, государство). На листке, слева участники обводят свою руку. Далее, каждый из полученного контура делает флаг этого мира, используя карандаши, цветную бумагу. После того, как рисунок выполнен, необходимо:

- подчеркнуть характерные и отличительные особенности своего мира;
- кто населяет этот мир;

- сферы деятельности;
- приблизительная численность населения;
- чем занимается население, наиболее востребованные профессии;
- угрожает или может ли угрожать миру что-либо;
- культурные традиции (флаг, герб, правила, мифы, легенды, что нужно знать и уметь иностранцу, чтобы попасть в этот мир).

После этого происходит презентация готовых миров.

Обсуждение. Что было сложного в упражнении? Что было легко?

5. Пожелание

Цель: тренировка в необычном способе передачи обратной связи. Время: 10 минут.

Ход упражнения: Каждый участник получает лист бумаги, на котором он молча рисует свое пожелание группе. По сигналу ведущего каждый передает рисунок своему соседу справа (слева). Участник, получивший рисунок, продолжает его. Упражнение продолжается до тех пор, пока рисунки не вернутся к своим авторам.

Обсуждение.

6. Завершение

Участники по очереди высказываются, с чем они уходят, группа поддерживает аплодисментами каждого говорящего.

