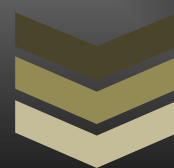


# Методическое « пособие

## Комплекс упражнений для психологических тренингов по социокультурной адаптации подростков



**МБУ ДО «Детская  
школа искусств № 3»**

**Автор-составитель:  
Швецкова В.Ю. –  
зам.директора по НМР,  
руководитель  
проектной площадки**

**2015**

Данное методическое пособие относится к методическим рекомендациям для педагогов и обобщает опыт работы педагогического и административного коллектива школы в статусе Городской проектной площадки по теме «Создание программы психотренингов для социальной адаптации подростков».

Предпосылками для создания сборника является активная деятельность школы по психолого-педагогической поддержке образовательного процесса, а именно:

-Школа многие годы сотрудничает с психологическими факультетами ВУЗов города, студенты проходят практику в структурных подразделениях школы.

-Ежегодно в школе проводятся научно-практические семинары для педагогов города и области.

-Выигран Грант на реализацию проекта по совместной творческой деятельности детей с ОВ и учащихся ДШИ.

-Выпускаются сборники статей и упражнений, методические рекомендации по обобщению инновационного опыта работы педагогов.

-В структурном подразделении ДШИ ДПЦ «Кириллица» обучаются кадеты, более 200 подростков, ребят переходного возраста, их наличие в контингенте учащихся отличает нас от аналогичных УДОД и актуализирует необходимость создание программы психологической поддержки.

-В школе заканчивает реализацию проект «Создание комфортной среды по психотипам учащихся» проведена работа, есть интересные результаты и методическая продукция.

**Объект эксперимента:** процесс социокультурной адаптации подростков.

**Предмет эксперимента:** Цикл психологических тренингов для социокультурной адаптации подростков.

**Цель:** исследовать и корректировать крайние проявления акцентуаций характера и интернальности у подростков, как факторы социокультурной адаптации.

Для достижения цели необходимо выполнение основной педагогической задачи: «Гармонизации взаимодействия личности подростков с окружающим социумом».

А также следующих тактических **задач:**

1. Выделение критериев социокультурной адаптации подростков.
2. Разработка программы психологических тренингов по повышению социокультурной адаптации подростков.
3. Развитие самосознания (центрального новообразования подросткового возраста) подростков
4. Формирование адекватной самооценки подростков,
5. Формировать благоприятные межличностные взаимоотношения в подростковой группе, являющиеся важнейшими условиями развития личности в подростковом возрасте.

б. Формировать средства общения, дающие подросткам знания, направленные на понимание себя, другого человека, развитие эмпатии.

Художественно-творческая деятельность как процесс межкультурной коммуникации и как интегрирующий элемент является одной из основ педагогической системы социокультурной адаптации подростков.

**Тренинговые формы:** артпедагогика и культуротерапия; коммуникативные и игровые технологии на художественно-образной основе; культурно-досуговая реабилитация и адаптация; методы аудиовизуальной и медиа-коммуникации, межличностного и межгруппового общения; творческие, развивающие, обучающие этнокультурные методы; репродуктивные, проблемно-ориентированные, объяснительно-иллюстративные, креативные методы.

В пользу выбора метода артпедагогики, как базового метода построения цикла тренингов для адаптации подростков свидетельствуют следующие факты:

1) метод артпедагогики признан позитивно действующим на всех субъектах образовательного процесса, на уровне Правительства РФ и рекомендован для применения его в общеобразовательных учреждениях. Так в Москве и Калининграде несколько лет функционируют центры по обучению педагогов СОШ и УДОД бесплатно, в рамках Государственной программы методам артпедагогики (конкретно телесно-ориентированной терапии).

2) метод не требует медицинской или профессиональной психологической подготовки и как вид деятельности соответствует целям и задачам УДОД.

3) знаком в применении педагогам МОУ ДОД ДШИ №3 «Младость», как базовому УДОД города по применению методов артпедагогики в образовательный процесс. 60% авторских образовательных программ школы создавались и реализуются с элементами арттерапии или артпедагогики, имеют положительные отзывы от представителей ВУЗов.

4) программы по артпедагогике, такие, как «Фольклоротерапия», «Драматерапия на уроках школьного театра», «Фольклорный театр», «Сочетание традиционных и инновационных методов на уроках хореографии», «Куклотерапия на уроках ДПИ» были представлены на конкурсы авторских образовательных программ разных уровней и получили высокие оценки жюри. Педагоги, авторы первых трех программ стали победителями конкурсов педагогического мастерства «Сердце отдаю детям» на городском и областном уровнях.

5) преподаватели ДШИ и методисты школы имеют положительный опыт проведения воркшопов (творческих мастерских), семинаров и тренингов методами артпедагогики для студентов психологических факультетов ВУЗов города.

Суммируя эти факторы было принято решение взять за основу составления программы тренингов метод артпедагогики.

Первыми направлениями программы тренингов выбраны методы фольклоротерапии и драматерапии, как одних из наиболее популярных и эффективных по применению в УДОД для решения задач успешной социализации подростков.

В основу программы тренингов методом фольклоротерапии легли народные обряды, изучение которых предполагается во всех традиционных программах по фольклору. Разница в нашем случае заключается в изменении и дополнении целей и задач прохождения темы русских народных обрядов. Стандартно педагог знакомит подростков с темой и традицией обряда, пропевает песни и переходит к следующей теме. Мы предлагаем рассмотреть обряд, как психологический и драматерапевтический материал. Возможности такого метода реализует сразу несколько целей:

#### Цели и задачи тренинга по фольклоротерапии:

- развитие личности подростка, коррекция нежелательных черт личности, формирование успешных механизмов социализации.

- выработка толерантности к «иным» - людям с ограниченными возможностями, представителями разных национальных и религиозных конфессий.

- создание безопасного для участника тренинга психологического пространства (изначальный стимульный материал-содержание обряда, предполагает процесс самораскрытия участников легче и безболезненней, чем в обычном вербальном, поведенческом тренинге).

- включение в тренинг значимых для участников людей-друзей, родственников для решения в драматерапевтическом пространстве реальных проблем в отношениях.

- успешное формирование гендерных отношений в коллективе, группе.

- создание увлекательного действия и как следствие повышение или формирование эстетических и познавательных потребностей подростков.

- возможность проживания болезненных переживаний в драматерапевтическом процессе и разотожествления себя с ними в конце.

Цикл фольклоротерапевтических тренингов направленных на создание условий для успешной адаптации подростков в социуме.

#### Инструкция:

Проведение любого вида психологического тренинга условно можно разделить на три этапа:

- первый- налаживание контакта в коллективе, группе. В этот этап включается прояснение запроса участников тренинга, кто что ждет от встречи, кому про что важно, что бы хотелось попробовать делать, как тема тренинга связана с жизнью участников и т.д.

- второй непосредственно занимательно-развивающая, коррекционная часть тренинга, насыщенная упражнениями.

- третий-рефлексия в завершение встречи (занятия) ,т.е. обсуждение пережитых чувств, мыслей, ощущений( важно не путать эти три проявления и четко останавливать участников, если под видом чувств произносятся мысли и ощущения).

Правильный пример как нужно делиться чувствами : я чувствовала радость, нежность, страх когда было то- то и то- то в тренинге.

Мыслями: Я думала, что это похоже на мою семью и мою жизнь.

Ощущениями: Я ощущала сильное сердцебиение или жжение или неудобство в спине.

Можно и нужно посвящать время в процессе тренинга, чтобы обучать участников правильно идентифицировать и проговаривать свои чувства, мысли и ощущения!

Темы в фольклоротерапии могут быть разнообразными, как и народные обряды, приуроченные к важным событиям в жизни человека: Рождение ребенка, проводы в армию, расставание девушки с отчим домом, уход близкого члена семьи. Мы рассмотрим возможности данного тренинга на основе одной из важнейших для подростков тем- выбора спутника жизни, свадьбы. Проигрывание в драматерапевтической форме данного обряда затрагивает такие сферы жизни подростка, как отношения с родителями, друзьями, гендерные отношения.

Тема : Свадебный обряд.

1 занятие.

Первый этап направлен на установление контакта, сближения с подростками, создание безопасного пространства. Педагог, автор программы по фольклоротерапии рассказывает подросткам тему обряда, а именно, как относились к этой теме на Руси наши предки, какие психологические особенности заложены в глубинный смысл гендерных и родительско-детских отношений в обряде. Акценты ставятся на теме выбора спутника жизни, уважение к родителям, отделении от родительского дома. Педагог, при наличии у него опыта «запуска» у учащихся процесса рефлексии( в отсутствии такого опыта с психологом) задает вопросы аудитории , как эти темы фигурируют в жизни подростков, какие чувства, мысли вызывают те или иные образы.

Второй этап-освоение творческого материала-песни, театрализация обряда, и следующий инновационный этап!- общее создание сценария обряда с прописанием и распределением ролей певческого и драматического материал. Учащимся предлагается обдумать и создать свой сценарий постановки обряда.

Третий этап-рефлексия по теме занятия.

2 занятие.

Первый этап:

Рассматриваются сценарии, принимаются предложение, в этом процессе важно фокусировать ребят на осознании( рефлексии) темы, сравнении обычаев предков с сегодняшними, уточнении, как было, что в этом хорошего, что мы потеряли или приобрели.

Второй этап:

Выбираются участники занятия (тренинга) на те или иные роли, они рассказывают как они выбрали эту роль, что это для них и т.п. Педагог ведущий( психолог) объявляет, что возможно эпизодическое приглашение в

обряд участников «со стороны»-друзей, родителей для улучшения отношений с ними и возможности совместной творческой деятельности.

Третий этап-рефлексия.

3 занятие.

Первый этап и второй этапы- начинается обсуждение и разучивание ролей, при раздаче ролей обсуждается возможность меняться ролями, пробовать себя каждому участнику на разных ролях, для того, чтобы увеличить в коллективе степень доверия, возможна общая коррекция сценария, внесение корректив, основанных на потребностях участников тренинга, проигрывание разных вариантов сценария. Этот факт особенно важно учесть, т.к. цель постановки обряда в нашем случае коррекционная, развивающая, постановка внешней картины-т.е. сценическое действие вторично.

Третий этап- рефлексия на протяжении всего занятия «Какие чувства, мысли вызывает данная тема».

4 занятие:

Первый этап- обсуждение кто и как прожил время с предыдущего занятия, какие мысли, чувства испытывал, хочет ли сегодня что то сделать для себя в этом контексте. Продолжается работа по сценарию, работа с чувствами, разучивание ролей.

Второй этап- добавление в обряд народных шумовых инструментов. Сам прием работы с шумовыми инструментами может использоваться, как дополнительный психологический и диагностический инструментарий.

Упражнение по музыкотерапии в рамках тренинга по фольклоротерапии.

Детям раздаются шумовые народные инструменты и задается очень простая короткая инструкция- сыгратья, т.е. вместе, договориться и в течение нескольких минут сделать общее музыкальное произведение, исполненное ими на шумовых инструментах. На что направлено данное тренинговое упражнение? Прежде всего на развитие отношений в коллективе, умение слышать друг друга и договариваться. Даже непосвященный зритель обратит внимание на то, кто берет на себя роль лидера, а кто умеет подстраиваться. В дальнейшем применение этого упражнения позволит педагогу или психологу воздействовать на структуру коллектива, усиливать роль аутсайдера, дав ему ведущую партию или задать доминантному лидеру задачу прислушаться и сделать музыкальное сопровождение, а не солировать. Таким образом, упражнение эффективно, как в рамках тренинга, так и как отдельный тренинговый элемент, яркий и эффективный для сплочения коллектива.

Третий этап-рефлексия на заданную тему «что было на занятии важного», «что забираешь с собой». Особенность постановки заключается в возможности каждого участника попробовать себя в любой роли!

5 занятие.

Первый этап- стандартный на раскрепощение, установление контакта в коллективе- обсуждение как прошли дни до встречи, какие чувства и мысли

связанные с темой обряда или с другими важными для участников темами хотелось бы сегодня обсудить. Обязательно проделывать этот этап, иначе тренинг превратится в разучивание ролей и пропевание песен, произойдет уход от главной цели- работа по успешной адаптации подростков в социуме.

Второй – обсуждение или примерка народных костюмов, новый фактор - КОСТЮМОТЕРАПИЯ. Костюмотерапия заключается не просто в переодевании в народный костюм. Смысл глубже. Каждый народный костюм несет определенные личностные и психологические характеристики, так костюм женщины в браке отличается от костюма юной девушки. Каждый элемент костюма не случаен. Все это ведущий должен прояснять и рассказывать участникам.

Третий- рефлексия.

6-7-8-9 занятие.

Занятия стандартно делятся на три этапа. Тем для обсуждения становится все больше. В целом материал обряда участниками освоен и ведущий имеет возможность при согласовании со всеми членами группы приглашать друзей участников к участию в обряде. Это дает возможность в драматерапевтическом пространстве решать реальные проблемы, уметь встать на место другого человека, понять, что он чувствует, думает, что в конечном итоге развивает толерантность в отношении к другому. Поэтому данный тренинг эффективен при задачах развития толерантности к интеграции в группы, классы детей с ограниченными возможностями и детей разных национальных конфессий.

10 занятие.

Показ обряда приглашенным друзьям, родственникам. Возможно спонтанное включение в обряд приглашенных гостей для возможности проживания тех или иных ролей в драматерапевтическом процессе, что дает возможность понимания особенностей другого человека и его отношения к ситуации.

В заключении можно резюмировать, что проведение тренинга по фольклоротерапии в максимальном варианте предполагает команду в лице психолога и педагога по фольклору, но возможно проведения тренинга и одним педагогом по фольклору, обладающим знаниями по арттерапии, а в исключительно тренинговом варианте может проводиться педагогом и не обладающим знаниями по фольклору, достаточно ознакомления с темой обрядов и их спецификой.

#### ПРОГРАММА ТРЕНИНГА ПО КИНОТЕРАПИИ.

КИНОТЕРАПИЯ- современное и эффективное направление, применяемое для психологических занятий и тренингов с любой возрастной категорией. Процедура проведения проста и действенна в реализации психологических целей и задач. Педагогом или психологом (в дальнейшем ведущим) выбирается художественный фильм на определенную тему, отвечающую теме тренинга. Группе предлагается просмотр фильма с последующим обсуждением. Плюсом метода является то, что ведущему не

надо специально «разогреть» участников. То, что не всегда делает специалист, произойдет само собой в процессе просмотра фильма: выход участников на чувства, желание «открыться» и поделиться собственным опытом, связанным с темой фильма, откликнуться на процесс рефлексии по итогам фильма.

Инструкция к проведению тренинга по кинотерапии:

1. Выбор фильма, как стимульного материала.

При выборе фильма ведущий тренинга должен руководствоваться не только собственными предпочтениями, если аудитория подростки, то фильм должен быть для них референтный: либо новинка, идущая в кинотеатре, либо фильм, имевший достаточную рекламу, либо если кино не известное и старое, то ведущий должен сделать некую мотивирующую подводку к просмотру.

Пример: проведение тренинга с подростками на тему воспитания патриотизма. Ведущий выбирает фильм идущий на тот момент в кинотеатрах (либо только прошедший)- «Легенда №10» про Советскую хоккейную команду и ее лидера Валерия Харламова. Интерес аудитории не надо «разогревать» он сформирован до начала просмотра.

Пример: проведение тренинга на тему семейных отношений, верности, роли мужчины и женщины в семье.

Фильм «Одиссея». В конце просмотра особо разбирается финал, в котором Одиссей возвращаясь домой, находит свой дом, занятый незванными «женихами», как он защищает свою жену и свою честь.

Пример: проведение тренинга на военно-патриотическую тему.

Фильм «Мы из будущего». Обсуждается разница произошедшая с нашими современниками, парнями, фантастическим образом перенесенным во времена Великой Отечественной Войны.

Проведение тренинга стандартно трехчастное:

Первая часть «подводка» к просмотру, некая интригующая-мотивационная работа. Можно задать задание- на что обращать внимание во время просмотра и т.д.

Вторая часть- непосредственно просмотр либо части фильма, по которой предстоит обсуждение, либо целиком фильма, если позволяют временные рамки( например в загородном лагере или в лагере дневного пребывания).

Третья часть, психологическая-рефлексия на тему просмотра.

Аудитории предлагается поделиться чувствами, мыслями, личным опытом на тему просмотренного материала. От ведущего требуется предоставлять слово, следить, чтобы выражение эмоций не переросло в конфликт, отделять в выступлении участников мысли от чувств, следить и «отражать» участникам, чтобы в выступлении не было осуждения позиции других участников, либо их мнения. Если произошло разногласие ведущий проясняет, каким образом «задело» участника мнение или позиция другого, как это связано с его личным, может быть травматическим опытом, какие чувства и про что он испытывает.



Пример: Участник группы «Я считаю, что герой поступил тупо, сделал то и то»

-Ведущий «Какие чувства ты испытываешь к герою или к ситуации, похоже есть раздражение?»

-Участник «Да, он меня бесит»,

-Ведущий «Про что твоя злость»

-Участник «он не прав»

-Ведущий «это мысль или утверждение. Как ты вошел в раздражение?»

Участник «если бы я был на его месте я бы сделал тот и то»

Ведущий «Разделяй себя с героем и попробуй сказать, что важно для ТЕБЯ в этой теме». Комментарии психолога: важно следить, чтобы участник не «проецировал» себя в героя, тогда накал чувств у него и как следствие в группе повышен и возможны конфликтные ситуации. Особенно если несколько человек «проецировали» себя в героев, т.е. не заметили, как идентифицировались с героем, встали на его место. Если это произошло нужно уделить время выведению участника из проекции( как в данном примере).

Участник «я представил себя на его месте и понял...»

Комментарии: произошел выход из проекции, т.е. участник способен абстрагироваться от захлестнувших его эмоций, пошел процесс анализа-рефлексии, здоровой оценки не самих героев, а их действий в фильме, поиск оптимальных решений разрешения ситуаций».

## ТРЕНИНГ ПО ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ.

Метод песочной терапии является глубоким, психоаналитическим методом работы, практикуется в работе с серьезными психическими расстройствами, распространен в применении в Англии и Америке. Но в нашем случае, мы ни в коем случае не ставим перед собой лечебные цели, для нас этот метод интересен своей яркостью, наглядностью, творческим началом и необязательной для проведения тренинга в песке глубокой психологической подготовкой. Для занятий песочной терапией, с целью развития личности ребенка или подростка не нужно психологического образования, нужно желание, стремление к развитию и знание основных азов арттерапии, что возможно сделать самостоятельно, ознакомившись с специальной литературой по арттерапии, которая доступна в книгах и интернет источниках. Для проведения занятий нужно иметь песочницу, (описание настоящей юнгианской песочницы также можно найти в интернет ресурсах), в нашем случае это песочница размером приблизительно метр на метр, окрасить ее в приятный голубой цвет, насыпать туда песок и собрать набор маленьких фигурок людей, животных, природных материалов. Сразу хочется предупредить! Не стоит путать песочную терапию с техникой насыпания песком! В нашем случае мы не насыпаем картин, не проецируем их на экран. Наш вариант это скорее один из видов свободного изобразительного искусства в сочетании с игрой. Работать в данной технике можно индивидуально с ребенком, или с ним и его семьей, например, если

вы психолог в школе или педагог у которого есть часы на индивидуальные занятия, а можно с группой детей, подростков . Метод прекрасно подходит также для работы с детьми с ограниченными возможностями, детьми, имеющими трудность в обучении и общении.

Итак с чего начать.. Пример первый.

Вы- педагог по ИЗО и ДПИ и вас заинтересовала эта техника. К вам пришла группа и вы начинаете работу. Эта может быть заданная вами тема, например мой мир, наш класс, волшебный лес, синее море и т.д. Либо тему могут придумать дети. Вы объясняете им, что это групповая работа и хорошо, чтобы участвовали в ней все, хотя песочница одна. Для этого детям нужно суметь договариваться друг с другом во время работы. В процессе их работы вы наблюдаете кто лидер, кто аутсайдер, включенность и особенность каждого. Это даст вам возможность помочь детям в игровой форме наладить взаимоотношения в коллективе, скорректировать свои нежелательные черты, развить коммуникативные навыки. В конце занятия нужно оставить минут 10 на обсуждение работы и на то, какие чувства вызвала работа.

Пример 2.

Вы школьный психолог, воспитатель или педагог, у которого есть необходимость и желание работать с ребенком индивидуально.

Это может быть проблемная тема ребенка или просто развивающее занятие.

В данном варианте у вас есть возможность , дав инструкцию, больше наблюдать за ребенком, вести его в разрешение проблемы в игровой форме.

Это может цикл занятий на любую тему, с ребенком с ограниченными возможностями. Эта техника развивает мелкую моторику, интеллект, воображение.

### КОРРЕКЦИОННАЯ ПРОГРАММА ПО АРТ-ТЕРАПИИ

Цель: профилактика агрессивного поведения у детей подросткового возраста.

Программа включает в себя три этапа:

1 этап: - ориентировочный (2 занятия);

2 этап - реконструктивный (5 занятий);

3 этап - закрепляющий (3 занятия).

Ориентировочный этап предполагает знакомство и рисование диагностических методик.

Занятие №1. Знакомство.

– Объяснение основных принципов арт-терапевтической работы, правил поведения в группе.

– Задача этого занятия – представить себя группе.

–

Рисунок.

– Нарисуйте плакат, иллюстрирующий ваш образ жизни.

- Постарайтесь отразить на рисунке свои интересы, ценности, семью, друзей, род занятий.

#### Занятие №2.

- Рисование диагностических методик.

А) «Человек под дождем».

Б) «Дом. Дерево. Человек»

Проанализируйте свой рисунок.

Дополните изображение пейзажем.

2.«Чернильные пятна и бабочки».

- Капните чернилами или жидкой краской на бумагу, сверните лист пополам, разверните.

- Преобразуйте пятна в образы.

- Занятие №3.

Изобразительная работа в сочетании со звуками.  
«Выбор своего звука».

Давайте послушаем, как мы звучим. Сядьте в круг и издавайте какой-нибудь звук в течение полминуты. Закрыв уши руками, слушайте внутренние звуки». Затем, отняв руки от ушей, постарайтесь продолжить услышанный звук. Все упражнение продолжается около 2 минут, после чего основные впечатления отражаются на рисунке.

Рисование на мятой бумаге.

- Сомните бумагу с применением силы.
- Аккуратно разровняйте лист бумаги и, используя краски, нанесите их с помощью кисти или разбрызгивайте их.
- Преобразуйте цветные пятна в образы.
- Пользуясь фломастером, обведите или соедините отдельные цветные пятна.
- Дайте названия полученным цветовым пятнам.

#### Занятие №4.

Эти приемы направлены на релаксацию и снятие агрессии. Ассоциации с цветом. 1.Необходимо связать с цветом разные понятия, например:

- эмоции (печаль, радость, покой, страх);
- время года, суток и т.д.

2.Скульптура. Работа с глиной или с пластилином.  
«Изобразите самого себя».

- Тактильное освоение глины путем сжимания, разглаживания, формирования и т.д.

- Попытайтесь вылепить свое изображение.

#### Занятие №5.

1.Поочередное рисование в группе. Один человек рисует в течение 2 минут, затем передает другому. Тот пытается развить или дополнить рисунок первого участника, передает следующему и т.д. до тех пор пока первый участник не получит рисунок обратно. После этого

результаты работы обсуждаются, в частности, участники рассказывают о том, какие части рисунка им понравились, а какие - нет.

2.Изобразительная работа в сочетании с музыкой. Рисуйте под музыку, пользуясь полной свободой в передаче своих впечатлений. Данная техника может использоваться как в индивидуальной, так и в групповой работе. Наиболее подходящей является малоизвестная музыка, передающая различные оттенки эмоциональных состояний: произведения Баха, Бетховена и др. классиков, джазовые произведения, восточная музыка.

- Сначала прослушайте произведение, затем поставьте его снова и начинайте рисовать, пытаясь изобразить свои основные впечатления или образы, вызванные им.
- Отрадите на рисунке ваши разные эмоциональные состояния.
- Можно одновременно с другими участниками рисовать под музыку на большом листе бумаги.
- Обращается внимание на то, насколько каждому из них удалось раскрыть себя в этом рисунке музыки.

Занятие №6.

1) Рисунок на влажной бумаге.

- Намочите бумагу и используйте водорастворимые краски, нанося их с помощью кисти, разбрызгивая их или рассыпая красящий порошок.
- Обратите внимание на смешивание цветов свои ощущения, связанные с этим.
- 2) «Хорошее и плохое».
- Изобразите то, что в вас есть хорошего и плохого, что вам в себе не нравится и нравится, свои достоинства и недостатки.
- Разделите лист пополам. Изобразите идеальное и реальное «Я».
- Отрадите положительные и отрицательные черты своего характера, вредные привычки, что может являться причиной конфликта, осложняет жизнь, затрудняет взаимоотношения.

Главная цель этого занятия заключается в том, чтобы каждый участник группы сумел отметить и проанализировать те качества, которые вам не свойственны и вы хотите выработать их.

Занятие №7.

1)Работа с природными материалами. Групповая работа. Техника «Сотворение внутреннего мира».

-Наберите предметы из окружающей среды (цветы, камни, раковины, листья, песок, опилки и т.д.) и попытайтесь создать из них картину, коллаж или скульптуру.

2)Техника «Ущерб и его компенсация». Две подгруппы создают какую-нибудь картину и передают ее другой подгруппе, которая пытается ее испортить, т.е. наносится рисунку ущерб. Измененные рисунки возвращаются автору, и все по возможности исправляется. В этот момент ведется наблюдение за

проявлением агрессии у подростков. Важно сказать о том, что в жизни все можно исправить и изменить.

Занятие №8.

1) Техника «Выпускание пара».

Эта техника дает выход сильным чувствам, связанным с конфликтом.

- Работа с глиной.

- Скульптура из газет или бумаги (работа может включать разрывание и склеивание).

2) «Проблема конфликта и ее разрешение. Один изображает проблему на одной части листа бумаги, другой - ее разрешение на другой части листа.

Занятия № 9 и 10.

Третий этап программы – закрепляющий.

Цель занятий - закрепить полученные навыки и умения, подвести итоги работы группы, оказать психологическую поддержку участникам, ответить на все возникшие вопросы. Предлагается участникам группы выбрать темы занятий самостоятельно, исходя из своих интересов.

Последнее занятие включает в себя ритуал прощания.