

Государственное образовательное автономное учреждение  
дополнительного образования Ярославской области  
«Центр детей и юношества»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГОАУ ДО ЯО ЦДЮ  
Е.А.Дубовик  
«10» нояб 2020 год



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа  
«Целебное прикосновение. Открытая студия четырех стихий»

направленность - социально-педагогическая  
возраст обучающихся 7 - 13 лет  
сроки реализации программы – 3 года

**Автор-составитель:**

Кожохина Светлана Константиновна,  
старший педагог дополнительного  
образования,  
высшая квалификационная категория

Ярославль  
2020

## СОДЕРЖАНИЕ

I.	Пояснительная записка	3
II.	Учебно-тематический план	9
III.	Содержание программы	12
IV.	Обеспечение программы	21
V.	Список информационных источников	26
Приложения		
1	Словарь арт-терапевтических терминов, используемых в программе	28
2	Примерный календарный учебный график на 2020-2021 учебный год	31

## 1. Пояснительная записка

Согласно современным представлениям, целью образования является всестороннее развитие ребенка с учетом его возрастных возможностей и индивидуальных особенностей при сохранении и укреплении здоровья.

Состояние здоровья подрастающего поколения – важнейший показатель благополучия общества и государства, который не только отражает настоящую ситуацию, но и дает прогноз на будущее.

С точки зрения триединства, декларируемого в уставе Всемирной организации здравоохранения, здоровье – это состояние полного физического, психического и социального благополучия.

Только здоровая личность может качественно усвоить знания, затем максимально реализовать их, далее самоактуализироваться и адаптироваться в динамично развивающемся обществе. Это делает актуальной проблему разработки и внедрения, инновационных здоровьесберегающих технологий в образование. К ним можно, в частности, отнести арт-педагогику и арт-терапию включая и такие их направления как средовое и экологическое [11, 12].

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Целебное прикосновение. Открытая студия четырех стихий» (далее – программа) имеет социально-педагогическую направленность и относится к арт-терапевтическим программам, решающим образовательные, социализирующие, психопрофилактические и здоровьесберегающие задачи. В качестве концептуальной основы программы взята новая концепция образования, гуманистическая педагогика и психология, арт-терапия, в частности, модель Системной арт-терапии – оригинальная отечественная модель комплексных развивающих, профилактических и коррекционных воздействий, основанных на творческой активности [14].

**Цель программы** – сохранение и укрепление здоровья детей и подростков посредством эко-средовой арт-терапии.

### **Задачи:**

– формирование внутренних ценностей культуры здорового образа жизни, поддержка и укрепление здоровья;

– повышение социальной активности, формированием чувства ответственности за окружающую среду, развитие экологического сознания;

– осуществление психологической интеграции – укрепление чувства Я, единства разных аспектов личного опыта, укрепление и реконструкция биографической и культурно-исторической памяти;

– совершенствование навыков саморегуляции путем активного взаимодействия со средой и ее здоровьесберегающими ресурсами;

– полисенсорная стимуляция и интеграция деятельности различных сенсорных систем организма;

– развитие коммуникативных навыков (в том числе навыков творческой коммуникации);

– расширение диапазона художественно-творческих возможностей обучающихся;

– активизация воображения, творческого мышления и интуиции;

– развитие чувства прекрасного, обогащением эстетического опыта.

Программа опирается на эко-средовое направление в арт-терапии.

Ценность использования средового (экологического) подхода в арт-терапии состоит в том, что он обогащает детей новыми образцами активности, восприятия и взаимодействия с миром, духовными и интеллектуальными ценностями, заряжает природной энергией.

Отличия данной программы от существующих аналогов (тренингов разного рода для детей и подростков), связаны с использованием достижений арт-терапии. В частности, за основу взяты разные виды творческой активности детей и подростков в группе, методы эко-средовой арт-терапии: участники группы постигают целебную силу природы в течение всех времен года, совершая свои занятия-путешествия в любую погоду. В зависимости от погодных условий, это могут быть и одно-двухчасовые занятия на свежем воздухе, и совсем небольшие занятия – от пятнадцати до тридцати минут.

Программа предполагает активное использование компьютерного творчества, фотографии, видео-арта, работу с глиной и другими пластическими материалами, некоторых техник и форм современного искусства, различные виды работы с найденными и созданными предметами.

Программа связана с созданием каждым участником арт – дневника на протяжении всего времени обучения. Эта рукописная книга, наполненная разнообразными рисунками, фотографиями и текстами, будет ярким визуальным ресурсом, способным поддерживать творческое взаимодействие авторов-обучающихся с самими собой и внешним миром (социальной, культурной и природной средой обитания).

Особо подчеркиваем групповой характер программы, построенной на основе принципов и методик групповой интерактивной арт-терапии, тренинга творческой коммуникации.

Программа рассчитана на разновозрастных участников - младших школьников и подростков 7-13 лет:

- дети и подростки, так называемой «условной нормы»;
- дети и подростки, любящие природу;
- дети и подростки с признаками одаренности;
- дети с мотивацией на занятия природной арт-терапии;
- подростки, интересующиеся современным искусством и цифровыми технологиями;
- дети и подростки с соматическими и психосоматическими заболеваниями;
- дети и подростки с особыми образовательными потребностями;
- часто-болеющие дети и подростки;
- дети, испытывающие тревогу и страх перед разными проблемами;
- подростки с проблемами самоактуализации.

Индивидуальный подход обеспечивает освоение образовательной программы на основе индивидуализации ее содержания с учетом особенностей и образовательных потребностей конкретного обучающегося. Такой подход способствует осуществлению инклюзивного образования, реализуемого данной программой.

По итогам педагогического наблюдения, первичного арт-терапевтического тестирования и диагностики, выявляются дети и подростки с особыми образовательными потребностями, нуждающиеся в дополнительной индивидуальной поддержке, дети и подростки с признаками одаренности. Для таких обучающихся программой предусмотрена арт-терапевтическая поддержка в виде индивидуальных занятий. На основе диагностики арт-педагог создает индивидуальную образовательную программу для таких детей.

Учет возрастных и индивидуальных особенностей детей и подростков предполагает:

– создание индивидуального образовательного маршрута учащегося при прохождении, которого, он может выйти на тот или иной новый уровень образованности и развития, в соответствии с целью и задачами, гарантированными этой программой;

– создание и реализацию индивидуальной образовательной программы для обучающегося, нуждающегося в дополнительной арт-терапевтической поддержке.

Программа составлена с учетом разновозрастных особенностей участников программы, для которых характерно:

– период активного формирования психологической идентичности;

– болезненное реагирование на критику и попытки окружающих ограничить самостоятельность подростков;

– представление своей идентичности посредством изобразительных образов, обеспечивающих целостность восприятия своего «Я», и, в тоже время, связанная с этим возможность от него дистанцироваться;

– повышенная потребность в обозначении и поддержании своих личных границ, что проявляется в повышенной тревожности и в стремлении сохранить свою независимость;

– болезненное восприятие любого посягательства на их изобразительную продукцию;

– болезненное реагирование на директивный стиль ведения группы;

– формирование гендерной и культурной идентичности;

– наличие внутренней противоречивости, что связано с невозможностью найти компромисс и конструктивно решать внутренние и внешние противоречия.

– активное проявление творческого начала и возможность экспериментирования;

Общее количество часов для групповых занятий, запланированных на весь период обучения (на учебный год), а главное необходимых для освоения программы составляет 216 часов. Программа рассчитана на 3 года обучения.

Групповые занятия проводятся 2 раза в неделю по 3 академических часа. Оптимальная наполняемость учебной группы составляет 8-10 человек. Это обусловлено:

– разновозрастным составом группы;

– инклюзивной направленностью обучения;

– особым составом обучающихся, включая детей с ОВЗ, с признаками одаренности, условную норму;

– возрастными и индивидуальными особенностями детей и подростков;

– индивидуализированностью деятельности групповых арт-терапевтических сессий;

– характером инновационной эко-средовой арт-психотерапии;

– особенностями проведения арт-терапевтических сессий с детьми и подростками в пространстве окружающего природного ландшафта;

– требованиями к помещениям для занятий художественной деятельностью и их оборудованию (в соответствии Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН 2.4.4.3172-14 в части VII).

Программой предусмотрены групповые арт-терапевтические занятия (сессии). Сессия – это период отдельной арт-терапевтической встречи педагога (арт-терапевта), с одним обучающимся или с группой детей или подростков.

**Ожидаемые результаты реализации программы:**

– достаточное укрепление здоровья обучающихся;

– сформированность и целостность биологических, психических и социальных факторов, как важных факторов здоровья, для обретения целостности, гармоничных взаимоотношений с окружающим миром и формирования чувства безопасности;

– раскрытие творческого потенциала и развитие эмоционального интеллекта обучающихся: способности выражать и понимать свои эмоции и эмоции других людей;

– развитие способности к контролю окружающей среды, наполнение жизни смыслом на основе возможности осознанно и ответственно творить «ландшафт своей жизни», где материальный мир начинает пониматься как отражение внутренней реальности.

**Исходя, из поставленных задач первого года обучения:**

– формирование культуры внутренних ценностей здорового образа жизни, поддержка и укрепление здоровья;

– развитие способности к исцелению посредством эко средовой арт-терапии;

– развитие чувства прекрасного, обогащением эстетического опыта;

– активизация воображения, творческого мышления и интуиции;

– создание творческого произведения и нарративного повествования к нему.

**Ожидаемые результаты первого года:**

– развитие и активизация воображения, творческого мышления и интуиции;

– сформированность навыков создания творческого произведения и нарративной истории;

– сформированность навыков преодоления стереотипных представлений о содержании и направленности художественно-творческого процесса;

– понимание обучающимися собственной целостности на основе её осознания и адаптации к реальности культурного ландшафта;

– достаточное развитие способности к исцелению посредством эко средовой арт-терапии;

– сформированность культуры внутренних ценностей здорового образа жизни, поддержка и укрепление здоровья;

– развитие чувства прекрасного, обогащение эстетического опыта;

**Исходя, из поставленных задач второго года обучения:**

– совершенствование навыков саморегуляции путем активного взаимодействия со средой и ее здоровьесберегающими ресурсами;

– полисенсорная стимуляция и интеграция деятельности различных сенсорных систем организма;

– активизация сенсорного восприятия действительности: развитие чувствительности к сигналам своего тела, чуткость к своим и чужим эмоциям, расширение восприятия и видения красоты мира;

– расширение представлений о широком диапазоне художественно-творческих возможностей для самовыражения;

– развитие коммуникативных навыков (в том числе навыков творческой коммуникации);

– расширение диапазона художественно-творческих возможностей обучающихся;

**Ожидаемые результаты второго года:**

– сформированность представлений о целостности своей семьи, детского коллектива и организации с помощью искусства и природы в системе человеческих взаимоотношений;

– сформированность навыков осмысления себя и своих отношений с людьми на основе отражения внутреннего и внешнего мира;

- сформированность представлений о широком диапазоне художественно-творческих возможностей для самовыражения;
- сформированность навыков саморегуляции путем активного взаимодействия со средой и ее здоровьесберегающими ресурсами;
- сформированность сенсорного восприятия действительности: сформированность чувствительности к сигналам своего тела, предупреждающего о возможной болезни или физической угрозе, чуткость к своим и чужим эмоциям, расширение восприятия и видения красоты мира.

**Исходя, из поставленных задач третьего года обучения:**

- развитие навыков нахождения ресурсов для изменений и гармоничного включения в систему взаимоотношений в семье, в школе и в обществе и принятия своей уникальности;
- развитие экзистенциального самоопределения с возможностью получения ответов на такие вопросы, как: «Кто Я? Какой/какая Я? Чей Я? С кем Я?»;
- формирование внутренних ценностей культуры здорового образа жизни, поддержка и укрепление здоровья;
- повышение социальной активности, формированием чувства ответственности за окружающую среду, развитие экологического сознания;
- осуществление психологической интеграции – укрепление чувства Я, единства разных аспектов личного опыта, укрепление и реконструкция биографической и культурно-исторической памяти;
- развитие целеустремленности, способности добиваться результатов в своей деятельности;
- понимание возможности нахождения индивидуального языка самовыражения и конструктивного общения с природой;
- создание творческого произведения, арт-объектов и нарративных повествований.

**Ожидаемые результаты третьего года обучения. Результаты обучения по программе в целом:**

- достаточная полисенсорная сформированность и интеграция деятельности различных сенсорных систем организма;
- достаточное развитие навыков нахождения ресурсов для изменений и гармоничного включения в систему взаимоотношений в семье, в школе и в обществе и принятия своей уникальности;
- достаточное развитие коммуникативных навыков (в том числе навыков творческой коммуникации), опыта творческой деятельности;
- повышение социальной активности, развитие чувства ответственности за окружающую среду, развитие экологического сознания;
- достаточное развитие навыков психологической интеграции – укрепление чувства Я, единства разных аспектов личного опыта, укрепление и реконструкция биографической и культурно-исторической памяти;
- сформированность или восстановление гендерной, семейной, групповой и культурной идентичности;
- достаточное развитие экзистенциального самоопределения и получения ответов на такие вопросы, как: «Кто Я? Какой/какая Я? Чей Я? С кем Я?»;
- развитие целеустремленности, способности добиваться результатов в своей деятельности;

– понимание возможности нахождения индивидуального языка самовыражения и конструктивного общения с природой;

– наработка опыта создания творческого произведения, арт-объектов и нарративных повествований.

Данная программа может быть реализована с применением дистанционных технологий.

#### **Формами аттестации обучающихся является:**

**1. Арт-дневник.** Результаты применения программы хорошо отражаются в детских и подростковых арт-дневниках, используемых в качестве оригинальной формы отражения их опыта. Арт-дневник – это эксклюзивный вариант рукописной книги А4 формата, куда входят рисунки-результаты каждой сессии с нарративными описаниями и инсайтами.

Арт-дневник создается с привлечением фото, авторских рисунков и текстов-нарративов. Каждое занятие, вся тематика цикла находят свое отражение в арт-дневнике особой страничкой, которую создают участники программы. Таким образом, по окончании всего цикла программы каждый обучающийся будет иметь свой арт-дневник как документ, отражающий многообразие впечатлений, связанных с разными этапами программы, который способствует их обобщению и подведению итогов. Наполненный рисунками, фотографиями и текстами, арт-дневник является значимым ресурсом, способный «оживлять» переживания детей и подростков с исцеляющим акцентом, задавать им новый вектор на своем жизненном пути.

Выставки–презентации арт-дневников в течение года каждым участником программы проводятся периодически, после каждого цикла программы. В середине и конце года участники программы предъявляют свои арт-дневники родителям, которые приглашаются на «творческие встречи со своим ребенком».

**2. Арт-проект.** Важной формой аттестации по окончании программы для детей и подростков будет создание и представление творческого арт-проекта «История моего преображения», «Обретение здоровья в процессе моего путешествия», «Обретение целостности и внутренней связи со всеми живыми существами». Проекты дополняются нарративными описаниями; фотографиями, фиксирующими разные этапы прохождения программы; и могут быть представлены посредством живописи, танца, вокализации, медитации, свободного письма.

**3. Диагностика.** Творческая аттестация обучающихся хорошо дополняется результатами диагностики, которые доводятся до сведения детей и родителей.

Творческая аттестация по итогам каждого года обучения проводится в пространстве дома-музея скульптора – академика А.М. Опекушина в селе Рыбницы Некрасовского района.

## II. Учебно-тематический план программы.

### 1-й год обучения

№	Наименование сессий	Количество часов		
		теория	практика	всего
I	<b>Адаптационно-диагностический.</b> Знакомство с обучающимися. Диагностика. Природный ландшафт. Создание рисунка и индивидуального маршрута.	4	26	30
II	<b>Целебная и гармонизирующая сила природы.</b> Мандала. Природный ландшафт. Техника направленной визуализации. Создание арт-объекта.	3	27	30
III	<b>Метафора образа «Я». Осознание и принятие образа «Я».</b> Самопрезентация. Создание рисунков.	1	20	21
IV	<b>Арт-терапевтическая технология «Образ здоровья».</b> Создание работы «Я здоровый (ая)». Диагностика. Чаша здоровья.	4	32	36
V	<b>Технология «Окно в мир».</b> Метафорические рисунки, отражающие ощущение от окружающей действительности.	1	20	21
VI	<b>Я оставил свой след. Образ здоровья.</b> Создание арт-объектов. Музыка.	1	17	18
VII	<b>Целительная сила природы.</b> Арт-объект «Образ Целителя». Музыкальный шумовой оркестр и телесные импровизации.	2	19	21
VIII	<b>Аттестация.</b> Арт-дневник. Итоговая выставка. Диагностика.	2	16	18
IX.	<b>Участие в массовых мероприятиях.</b>	-	21	21
<b>ИТОГО</b>		<b>18</b>	<b>198</b>	<b>216</b>

2-й год обучения

№	Наименование сессий	Количество часов		
		теория	практика	всего
I	<b>Адаптационно-диагностический.</b> Беседа с родителями и обучающимися. Диагностика. Природный ландшафт. Создание рисунка и индивидуального маршрута.	2	22	24
II	<b>Мифопоэтическое пространство. Образ четырех стихий.</b> Создание рисунков. Итоговая работа «Образ четырёх стихий».	2	40	42
III	<b>Принятие телесного образа «Я», осознание этого образа.</b> Техники жестового рисования. Создание силуэта тела. Исцеляющее путешествие по своему телу. Создание арт-объекта «Я и мое здоровое тело». Рефлексия.	4	59	63
IV	<b>Метафора в обретении ресурсного состояния.</b> «Образ птицы» и «Образ моего здорового тела».	1	20	21
V	<b>Арт-терапевтический цикл с элементами перформанса, основанный на мифе о Священном Граале.</b> Создание масок. Изготовление чаши Грааля. Представление перформансов. Создание фотоколлажей «Обретение и дар».	3	21	24
VI	<b>Аггестация.</b> Итоговая выставка. Представление творческого проекта. Арт-дневник. Диагностика.	1	8	9
VII	<b>Участие в массовых мероприятиях.</b>	2	31	33
<b>ИТОГО</b>		<b>15</b>	<b>201</b>	<b>216</b>

### 3-й год обучения

№	Наименование сессий	Количество часов		
		теория	практика	всего
I	<b>Адаптационно-диагностический.</b> Разъяснительная работа с обучающимися и родителями. Групповое соглашение. Диагностика.	1	8	9
II	<b>Создание безопасного метафорического пространства.</b> «Музей страхов». Создание инсталляции. Юмористический самоучитель «Как я избавился от страхов».	2	28	30
III	<b>Драматерапевтический цикл «Обретение внутреннего Целителя».</b> Создание образа Целителя. Раскрытие внутренних ресурсов. Исцеляющий процесс.	2	37	39
IV	<b>Метафора в обретении ресурсного состояния.</b> Образ птицы.	1	14	15
V	<b>Мифопоэтическое пространство. Образ четырех стихий.</b> Образ четырех стихий. Взаимодействие четырёх стихий. Драматическая арена. Творческий арт-объект.	2	46	48
VI	<b>Арт-терапевтический цикл с элементами перформанса «Святой Грааль».</b> Создание масок. Представление перформанса. Создание фотоколлажей «Обретение и дар».	3	33	36
VII	<b>Аттестация.</b> Представление творческого проекта. Итоговая выставка. Диагностика. Творческая встреча с родителями.	1	8	9
VIII	<b>Участие в массовых мероприятиях.</b>	2	28	30
<b>ИТОГО</b>		<b>14</b>	<b>202</b>	<b>216</b>

### III. Содержание программы

#### Первый год обучения.

##### I. Адаптационно-диагностический цикл.

**Теория:** понятия «арт-терапия», «эко-средовое направление в арт-терапии», «природный ландшафт», «нарративные истории», «метафора», «рефлексия».

**Практика:** выполнение творческих работ: «Это рисунок моего настроения», «Место, где мне комфортно и хорошо», «Место в ландшафте, где мне неприятно находиться», «Моя жизненная сила. Мой ресурс», «Мой путь», «Цель моего путешествия».

Использование приемов и методов арт-терапии и эко-средовой арт-терапии: выход на природный ландшафт ОУ, изучение его с помощью пяти сенсорных чувств, создание зарисовок, создание творческой работы в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание обложки арт-дневника «Цель моего путешествия».

##### II. Целебная и гармонизирующая сила природы.

**Теория:** понятия «мандала», «арт-терапия», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «арт-объект», «направленная визуализация», «ресурсное место», «природный ландшафт», «нарративные истории», «метафора», «рефлексия».

**Практика:** выполнение работ «Мандала моего настроения», «Мандала, созданная природой», создание арт-объекта «Природная мандала», «Место, где поет моя душа», создание рисунка «Место, где я чувствую себя любимым».

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: техника «направленной визуализации», метод «мандала», выход на природный ландшафт ОУ, изучение его с помощью пяти сенсорных чувств, создание зарисовок, создание творческой работы в природном ландшафте и в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание арт-объекта «Мой талисман», фотографирование, создание нарративного повествования, оформление творческого материала в арт-дневнике.

##### III. Метафора образа «Я». Осознание и принятие образа «Я».

**Теория:** понятия «метафора», «метафорические рисунки», «инсталляция», «арт-терапия», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «арт-объект», «ресурсное место», «природный ландшафт», «нарративные истории», «рефлексия».

**Практика:** создание метафорических рисунков, выполнение коллажа из метафорических рисунков «Познакомьтесь, это – я», создание природной инсталляции,

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: создание метафорических рисунков, создание коллажа, выход на природный ландшафт ОУ, природная инсталляция, создание зарисовок, создание творческой работы в природном ландшафте и в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание рисунка-метафоры «Как я укрепляю свое здоровье», создание нарративного повествования, оформление творческого материала в арт-дневнике.

##### IV. Арт-терапевтическая технология «Образ здоровья».

**Теория:** понятия ««метафора», «метафорические рисунки», «инсталляция», «арт-терапия», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «арт-объект», «ресурсное место», «природный ландшафт», «нарративные истории», «рефлексия».

**Практика:** создание арт-объектов из пластических материалов «Моя болезнь», «Я здоровый (ая)», «Мой путь к здоровью».

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: техника проективного рисования (диагностика), создание метафорических рисунков и арт-объекта, выход на природный ландшафт ОУ, природная коллективная инсталляция, создание зарисовок, создание творческой работы в природном ландшафте и в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание арт-объекта «Чаша здоровья», создание нарративного повествования, фотографирование, оформление творческого материала в арт-дневнике.

#### **V. Технология «Окно в мир».**

**Теория:** понятия ««метафора окна», «метафорические рисунки», «внутреннее «Я», «Я» внешнее», «арт-терапия», «эко-средовое направление в арт-терапии», «арт-объект», «природный ландшафт», «нарративные истории», «рефлексия».

**Практика:** создание метафорического рисунка «Мир, который я вижу из окна».

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: создание метафорических рисунков и арт-объекта, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание арт-объекта «Образ окна, через которое я смотрю на мир», создание нарративного повествования, фотографирование, оформление творческого материала в арт-дневнике.

#### **VI. Я оставил свой след. Образ здоровья.**

**Теория:** понятия ««метафора», «арт-объект», «природная инсталляция», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «природный ландшафт», «импровизация», «телесная и голосовая рефлексия», «нарративные истории», «рефлексия в общем кругу».

**Практика:** создание арт-объектов в природной среде из отпечатков рук на снегу «Об этом мне рассказали мои руки», создание арт-объектов с использованием мокрой ткани «Волшебные превращения», создание телесной импровизации.

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: телесное рисование, создание метафорических рисунков и арт-объекта, выход на природный ландшафт ОУ, создание творческой работы в природном ландшафте и в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание фотоколлажа «Зимние истории», создание нарративного повествования, оформление творческого материала в арт-дневнике.

#### **VII. Целительная сила природы.**

**Теория:** понятия ««метафора», «арт-объект», «образ целителя», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «природный ландшафт», «импровизация», «голосовые и телесные импровизации», «нарративные истории», «рефлексия в общем кругу».

**Практика:** создание фотопроекта «Дерево-целитель», создание арт-объекта «Образ целителя», «Исцеляющая природа», создание музыкального шумового оркестра и телесных импровизаций.

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: выход на природный ландшафт ОУ, создание творческой работы в природном ландшафте и в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание арт-объекта «Целебное прикосновение природы», создание нарративного повествования, оформление творческого материала в арт-дневнике.

### **VIII. Аттестация.**

**Теория:** понятия «аттестация», «арт-дневник», «метафора», «метафорические рисунки», «инсталляция», «арт-терапия», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «арт-объект», «ресурсное место», «природный ландшафт», «нарративные истории», «рефлексия».

**Практика:** организация выставки самоанализа творческих работ «История о том, как я смог(ла) стать здоровым(ой) и красивым(ой)», «История моего преображения», «История моего пробуждения». Представление арт-дневников каждым обучающимся.

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: техника проективного рисования (диагностика), создание метафорических рисунков и арт-объектов, создание зарисовок, создание творческой работы в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, создание творческих рисунков-рефлексии, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание арт-объекта «Обретение здоровья в процессе моего путешествия», создание нарративного повествования, фотографирование, оформление творческого материала в арт-дневнике.

### **IX. Участие в массовых мероприятиях.**

**Теория:** понятия «арт-терапия», «эко-средовое направление в арт-терапии», «природный ландшафт», «нарративные истории», «метафора», «рефлексия».

**Практика:** экскурсия в музей и коллективы ЦДЮ, подготовка работ и участие в выставке, посвященной Дню рождения Дзержинского района.

Использование приемов и методов арт-терапии: создание творческой работы в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание работ и организация выставки в доме-музее скульптора-академика А.М. Опекушина.

## **Второй год обучения.**

### **I. Адаптационно-диагностический цикл.**

**Теория:** понятия «арт-терапия», «эко-средовое направление в арт-терапии», «природный ландшафт», «проективное рисование», «нарративные истории», «метафора», «рефлексия».

**Практика:** выполнение творческих работ: «Это рисунок моего настроения», «Место, где мне комфортно и хорошо», «Место в ландшафте, где мне неприятно находиться», «Моя жизненная сила. Мой ресурс», «Мой путь», «Цель моего путешествия».

Использование приемов и методов арт-терапии и эко-средовой арт-терапии: выход на природный ландшафт ОУ, изучение его с помощью пяти сенсорных чувств, создание зарисовок, техника проективного рисования (диагностика), создание творческой работы в пространстве

кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание обложки арт-дневника с помощью отпечатков ног «Мой путь», «Цель моего путешествия».

## **II. Мифопоэтическое пространство. Образ четырех стихий.**

**Теория:** понятия «мифопоэтическое пространство», «метафора», «метафорические рисунки», «инсталляция», «арт-терапия», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «арт-объект», «ресурсное место», «природный ландшафт», «нарративные истории», «сублимация», «рефлексия».

**Практика:** создание метафорических рисунков «Моя земля», «Тайна на дне реки Волги», «Так выглядел мой монстр», «Укрепление здорового дыхания в городской среде». Создание арт-объекта с использованием земли «Мой секретик». Создание арт-послания на бумажном кораблике. Создание мандалы «Мое здоровье» с использованием пепла. Послание в воздушном шаре.

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: создание метафорических рисунков, создание арт-объектов, выход на природный ландшафт ОУ, телесные и голосовые импровизации, процесс сублимации в природном ландшафте, природная инсталляция, создание зарисовок, создание творческой работы в природном ландшафте и в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание рисунка-метафоры «Как природные стихии оказывают положительное воздействие на наше здоровье», создание нарративного повествования, фотографирование, оформление творческого материала в арт-дневнике.

## **II. Принятие телесного образа «Я», осознание этого образа.**

**Теория:** понятия ««метафора», «арт-объект», «аутентичные движения», «природная инсталляция», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «природный ландшафт», «импровизация», «телесная и голосовая рефлексия», «нарративные истории», «рефлексия в общем кругу».

**Практика:** создание рисунков и арт-объектов, выполненных обеими руками, с помощью всего тела, создание метафорического силуэта тела, создание телесной импровизации, создание нарративной истории.

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: техники жестового рисования, телесное рисование, создание силуэта тела, аутентичные движения в природном ландшафте, создание метафорических рисунков и арт-объекта, выход на природный ландшафт ОУ, создание творческой работы в природном ландшафте и в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание трёхмерного арт-объекта на основе прошлых сессий «Я и мое здоровое тело». Или «Голова и тело – это все здоровый «Я». «Образ моего телесного здорового «Я». Рефлексия. Фотографирование. Нарративные размышления, оформление творческого материала в арт-дневнике.

## **IV. Метафора в обретении ресурсного состояния.**

**Теория:** понятия ««метафора», «арт-объект», «аутентичные движения», «природная инсталляция», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «природный

ландшафт», «телесная и голосовая импровизация», «нарративные истории», «рефлексия в общем кругу».

**Практика:** создание рисунков и арт-объектов из пластических материалов «Образ птицы», создание телесной импровизации, создание нарративной истории.

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: телесное рисование, аутентичные движения в природном ландшафте, создание метафорических рисунков и арт-объекта, выход на природный ландшафт ОУ, создание творческой работы в природном ландшафте и в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание арт-объекта «Образ птицы» и «Образ моего здорового тела». Рефлексия. Фотографирование. Нарративные размышления, оформление творческого материала в арт-дневнике.

## **V. Арт-терапевтический цикл с элементами перформанса, основанный на мифе о Священном Граале.**

**Теория:** понятия «перформанс», «миф», «метафора», «арт-объект», «аутентичные движения», «природная инсталляция», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «природный ландшафт», «телесная и голосовая импровизация», «нарративные истории», «рефлексия в общем кругу».

**Практика:** создание масок рыцаря и хранителя, изготовление арт-объекта «Чаша Грааля» Составление плана своего путешествия в природном ландшафте. Выход на природный ландшафт ОУ, представление перформансов. Создание ландшафтного театра и лендарта, создание телесной импровизации, создание нарративной истории, фотографирование.

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: аутентичные движения в природном ландшафте, создание метафорических рисунков и арт-объекта, выход на природный ландшафт ОУ, представление перформансов, создание творческой работы в природном ландшафте и в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание фотоколлажа «Обретение и дар». Рефлексия. Фотографирование. Нарративные размышления, оформление творческого материала в арт-дневнике.

## **VI. Аттестация.**

**Теория:** понятия «аттестация», «арт-дневник», «метафора», «метафорические рисунки», «инсталляция», «арт-терапия», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «арт-объект», «ресурсное место», «природный ландшафт», «нарративные истории», «рефлексия».

**Практика:** организация выставки-самоанализа творческих работ-коллажей с использованием фотографий, рисунков и различных текстов «История моего преображения», «Обретение здоровья в процессе моего путешествия». Выставка-презентация арт-дневников каждым обучающимся.

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: техника проективного рисования (диагностика), создание метафорических рисунков и арт-объектов, создание зарисовок, создание творческой работы в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, создание творческих рисунков-рефлексии, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание творческого проекта «Обретение целостности и внутренней связи со всеми живыми существами», создание нарративного повествования, фотографирование, оформление творческого материала в арт-дневнике. Создание рисунков-рефлексии. Анкетирование.

## **VII. Участие в массовых мероприятиях.**

**Теория:** понятия «арт-терапия», «эко-средовое направление в арт-терапии», «природный ландшафт», «нарративные истории», «метафора», «рефлексия».

**Практика:** подготовка работ и участие во Всероссийском творческом конкурсе в рамках Всероссийского социального проекта «Страна талантов» (Москва).

Использование приемов и методов арт-терапии: создание творческой работы в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание работ и организация выставки в доме-музее скульптора-академика А.М. Опекушина.

## **Третий год обучения.**

### **I. Адаптационно-диагностический цикл.**

**Теория:** понятия «арт-терапия», «эко-средовое направление в арт-терапии», «природный ландшафт», «проективное рисование», «нарративные истории», «метафора», «рефлексия».

**Практика:** выполнение творческих работ: «Это рисунок моего настроения», «Место, где мне комфортно и хорошо», «Место в ландшафте, где мне неприятно находиться», «Моя жизненная сила. Мой ресурс».

Использование приемов и методов арт-терапии и эко-средовой арт-терапии: выход на природный ландшафт ОУ, изучение его с помощью пяти сенсорных чувств, создание зарисовок, техника проективного рисования (диагностика), создание творческой работы в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание обложки арт-дневника «Мой путь», «Цель моего путешествия».

### **II. Создание безопасного метафорического пространства.**

**Теория:** понятия ««метафора», «арт-объект», «аутентичные движения», «природная инсталляция», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «природный ландшафт», «телесная и голосовая импровизация», «нарративные истории», «рефлексия в общем кругу».

**Практика:** создание инсталляции «Музей страхов», передающей пространство музея с размещенными арт-объектами страхов. Представление перформансов, создание нарративной истории.

Использование приемов и методов арт-терапии и эко-средовой арт-терапии: создание метафорических рисунков и арт-объекта, выход на природный ландшафт ОУ, создание творческой работы в природном ландшафте и в пространстве кабинета, представление перформансов, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание юмористического коллажа «Музей страхов» с включением в него фотографий. Рефлексия. Фотографирование. Нарративные размышления, оформление творческого материала в арт-дневнике.

### **III. Драматерапевтический цикл «Обретение внутреннего Целителя»**

**Теория:** понятия ««метафора», «арт-объект», «образ внутреннего целителя», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «природный ландшафт», «импровизация», «голосовые и телесные импровизации», «нарративные истории», «рефлексия в общем кругу».

**Практика:** создание творческого проекта «Образ Целителя», создание маски целителя. Создание творческой работы «Детская рана». Создание карты пути с исцеляющим маршрутом. Создание карточек-посланий Целителя.

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: технология прохождения метафорического пути, создание творческой работы в пространстве кабинета, активизация и раскрытие внутренних ресурсов исцеления, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу. Мониторинг результатов исцеляющего процесса. Создание индивидуальных карт пути для каждого участника исцеляющего процесса, обозначение на них наиболее значимых переживаний. Оценка результатов исцеляющего процесса по выполненным картам. Рефлексия.

Итоговая работа – создание арт-объекта «Я раскрыл в себе Целителя», создание нарративного повествования, фотографирование, оформление творческого материала в арт-дневнике.

### **IV. Метафора в обретении ресурсного состояния.**

**Теория:** понятия ««метафора», «арт-объект», «аутентичные движения», «природная инсталляция», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «природный ландшафт», «телесная и голосовая импровизация», «нарративные истории», «рефлексия в общем кругу».

**Практика:** создание рисунков и арт-объектов из пластических материалов «Образ птицы», создание телесной импровизации, создание нарративной истории.

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: направленная визуализация «Полет птицы», создание метафорических рисунков и арт-объекта, выход на природный ландшафт ОУ, представление телесных импровизаций, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание арт-объекта «Образ птицы», отражающего ощущение полёта, ощущение пространства и света. Рефлексия. Фотографирование. Нарративные размышления, оформление творческого материала в арт-дневнике.

### **V. Мифопоэтическое пространство. Образ четырех стихий.**

**Теория:** понятия «мифопоэтическое пространство», «метафора», «метафорические рисунки», «инсталляция», «арт-терапия», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «арт-объект», «ресурсное место», «природный ландшафт», «нарративные истории», «сублимация», «рефлексия».

**Практика:** создание метафорических рисунков «Стихия земли», «Стихия воды», «Стихия огня», «Стихия воздуха». Обозначение «дара» и «имени», данных разными стихиями. Нарративные и художественные описания. Рефлексия.

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: создание метафорических рисунков, создание фото-коллажей и арт-объектов, выход на природный ландшафт ОУ, телесные и голосовые импровизации, процесс сублимации в природном ландшафте, природная инсталляция, создание зарисовок, создание творческой работы в природном ландшафте и в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – представление драматической арены - перформанса «Четыре стихии». Создание и представление индивидуальных проектов «Образ четырёх стихий» с использованием фотографий, отражающих: двигательный репертуар, взаимодействие с группой, своеобразие индивидуальных проявлений телесности, обретение ресурсного состояния, осознание телесной индивидуальности, осознание индивидуальных психологических особенностей. Рефлексия проявления опыта телесной индивидуальности. Оформление творческого материала в арт-дневнике.

## **VI. Арт-терапевтический цикл с элементами перформанса «Святой Грааль».**

**Теория:** понятия «перформанс», «миф», «метафора», «арт-объект», «аутентичные движения», «природная инсталляция», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «природный ландшафт», «телесная и голосовая импровизация», «нарративные истории», «рефлексия в общем кругу».

**Практика:** создание масок рыцаря и хранителя, изготовление арт-объекта «Священная чаша» Составление плана своего путешествия в природном ландшафте. Выход на природный ландшафт ОУ, представление перформансов. Создание ландшафтного театра, создание телесной импровизации, создание нарративной истории, фотографирование.

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: аутентичные движения в природном ландшафте, создание метафорических рисунков и арт-объекта, выход на природный ландшафт ОУ, представление перформансов, создание творческой работы в природном ландшафте и в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание арт-объекта «Успешно пройденный путь. Обретения». Рефлексия. Фотографирование. Нарративные размышления, оформление творческого материала в арт-дневнике.

## **VII. Аттестация.**

**Теория:** понятия «аттестация», «арт-дневник», «метафора», «метафорические рисунки», «инсталляция», «арт-терапия», «эко-средовое направление в арт-терапии», «искусство лендарт», «арт-объект», «ресурсное место», «природный ландшафт», «нарративные истории», «рефлексия».

**Практика:** организация выставки-самоанализа творческих работ-коллажей с использованием фотографий, рисунков и различных текстов «История моего преображения», «Обретение здоровья в процессе моего путешествия». Выставка-презентация арт-дневников каждым обучающимся.

Использование приемов и методов эко-средовой арт-терапии: техника проективного рисования (диагностика), создание метафорических рисунков и арт-объектов, создание зарисовок, создание творческой работы в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, создание творческих рисунков-рефлексии, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание творческого проекта «Обретение целостности и внутренней связи со всеми живыми существами», создание нарративного повествования, фотографирование, оформление творческого материала в арт-дневнике. Создание рисунков-рефлексии. Анкетирование.

### **VIII. Участие в массовых мероприятиях.**

**Теория:** понятия «арт-терапия», «эко-средовое направление в арт-терапии», «природный ландшафт», «нарративные истории», «метафора», «рефлексия».

**Практика:** создание рисунков и участие в областной конкурс детских рисунков «Охрана труда глазами детей», посвященный Всемирному дню охраны труда.

Использование приемов и методов арт-терапии: создание творческой работы в пространстве кабинета, создание нарративных повествований, рефлексия полученного опыта, обратная связь в общем кругу.

Итоговая работа – создание работ и организация выставки в доме-музее скульптора-академика А.М. Опекушина.

#### IV. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ.

##### **Методическое обеспечение.**

За основу деятельности с детьми и подростками по программе взят арт-терапевтический процесс. Арт-терапия на сегодня – одно из самых актуальных и экологичных направлений в психотерапии и психологической деятельности, поскольку позволяет современному человеку, а именно детям и подросткам, самоактуализироваться, что важно для каждого из нас. Арт-терапевтический процесс еще и физиологичен, т.к. все люди от рождения испытывают тягу к рисованию или к пению, к танцеванию или к музицированию. Задача педагога (арт-терапевта) – утолить эту, возможно уже «заснувшую» потребность детей и подростков во взаимодействии с миром искусства. В ходе арт-терапевтической деятельности происходит «оживление» латентных, неосознаваемых, глубинных сторон личности детей и подростков в виде созданного рисунка, скульптуры, арт-объекта или исполненной музыкальной или танцевальной импровизации, нарративного повествования, художественного описания. Далее на основе полученного образа, ребенок и подросток учится осмыслять его, как внутренний ресурс.

Арт-терапия – это процесс образования и социализации, исцеления и реабилитации, развития и коррекции посредством разнообразного художественного творчества.

Изобразительное творчество и другие виды творческой экспрессии и, конечно же, природный ландшафт позволяют подросткам снять напряжение и достичь состояния психического комфорта. В процессе изобразительной деятельности может осуществляться «перевод» психотравмирующей информации с эмоционального на когнитивный уровень. Одновременно с этим может меняться отношение детей и подростков к травматичному опыту и своим проблемам.

Таким образом, для обучающихся создается особая среда, используется среда природной сферы, где они имеют возможность взаимодействовать с разными видами искусства, взаимодействовать друг с другом, с педагогом, а также отслеживать внутриличностные изменения, способствующие внутренней гармонизации и укреплению здоровья.

В программе используются следующие **арт-терапевтические технологии:**

**МЕТАФОРА.** Главное, на что будет сделан основной акцент в использовании арт-терапевтических технологий – это метафора. Детям очень сложно, в силу своего возраста, анализировать свое состояние, а подросткам не хочется этого делать, поскольку они испытывают страх перед своим будущим. Метафорический мир «тоньше и ярче» эмпирического мира, его легче изменять, и этот мир очень понятен как детям, так и подросткам. Зачастую дети говорят на языке метафор. Метафора близка и понятна как детям, так и подросткам, а самое главное, метафора безопасна. Метафоры помогают раскрыть самые сокровенные чувства. С одной стороны, метафора выполняет функцию защиты, с другой – помогает раскрыть глубинные переживания.

**НАРРАТИВНЫЙ ПОДХОД.** Нарративный (от лат. *narrare* - повествовать, рассказывать). Нарратив, как арт-терапевтическая технология, для личности имеет два практических значения: во-первых, открывает возможности для самоидентификации и самопознания путём создания, осмысления и проговаривания различных историй, во-вторых, это способ самопрезентации, благодаря такому рассказу о самом себе. Цель нарративной терапии - создание пространства для развития таких альтернативных, предпочитаемых историй для того, чтобы ребенок и подросток (любой человек) почувствовал себя способным влиять на собственную жизнь, стал автором предпочитаемой истории своей жизни и стал бы воплощать ее. Основная форма работы

в нарративном подходе - пересочинение истории, воссоздание авторской позиции посредством вопросов, направленных на развитие «хорошей» истории.

Нарративный подход способствует формированию нарративного мировоззрения у всех участников программы. А это значит, что дети и подростки, обучаясь созданию своих «хороших» историй, материализуют реальность и тем самым открывают возможность жить предпочитаемой жизнью, способным к самоактуализации. Данный подход способствует рождению знания: знанию о себе, о друзьях, об окружающем мире.

Нарративный подход - одно из немногих терапевтических направлений, творчески использующих в работе с людьми письменное слово, которое стало исчезать в современном мире.

#### АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ (АВТОРСКАЯ) ТЕХНОЛОГИЯ «ОБРАЗ ЗДОРОВЬЯ».

Основной целью технологии «Образ здоровья» является:

- открытие ребенком внутренних ресурсов своего здоровья;
- формирование стойкого желания жить полноценной жизнью;
- укрепление мотивации искать помощь внутри себя;
- формирование ответственного отношения к своему здоровью, культуры внутрисемейных ценностей здорового образа жизни.

Технология состоит из нескольких сессий.

Преимущества данной технологии: технология не имеет возрастных ограничений, она эффективна для детей и подростков с любым уровнем развития творческого воображения и интеллекта.

СИСТЕМНАЯ АРТ-ТЕРАПИЯ (САТ) (Копытин А.И.). Она соответствует условиям организации и деятельности образовательных и медицинских учреждений в нашей стране, хорошо сочетается с другими видами развивающих, профилактических и коррекционных воздействий, базируется на системном и транстеоретическом подходах, биопсихосоциальной концепции здоровья и болезни, психологической концепции личности как системы отношений человека с окружающей средой, концепции творчества как особого вида деятельности, связанного с духовной сферой и механизмами адаптации.

В программе использованы следующие принципы САТ:

- тесная связь с художественной практикой при допустимости использования элементов полимодальной терапии искусством;
- интерактивный характер занятий, связанный не только с созданием условий для творческого самовыражения детей и подростков, но и их взаимодействием друг с другом и арт-педагогом, сочетанием вербальной и невербальной коммуникации; благодаря чему обеспечивалось выражение различного психологического материала, но и его осознание;
- ориентация на процессы терапевтических изменений, учет их стадий и уровней;
- учет разных уровней биопсихосоциальной организации детей и подростков и влияния на них арт-терапии, что связано с признанием сложной, полиэтиологической природы соматических заболеваний и опосредующих их развитие факторов;
- наглядно-чувственный характер деятельности и его результатов;
- сочетание группового характера терапии с индивидуализированностью воздействий;
- ориентация на саморазвитие детей и подростков посредством творческой активности, дополняемая активными интервенциями при участии ведущего занятий – арт-педагога.

ТЕХНОЛОГИЯ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕЙ СРЕДЫ, которая направлена на формирование у учащихся средствами арт-терапии принципиально нового, ответственного отношения к здоровью как одной из определяющих ценностей человеческого существования,

как ведущего показателя благополучия и ключевого условия успешной жизнедеятельности на основе гармоничного развития и саморазвития человека.

Наиболее приемлемыми и продуктивными в процессе сохранения и укрепления здоровья обучающихся являются интерактивные формы, которые носят здоровьесберегающий характер и предусматривающие:

- воздействие на эмоциональную сферу детей и подростков, способность вызвать разнообразные переживания, связанные с осознанием тех или иных явлений здоровья;
- пробуждение творческого начала, способности стратегического и критического мышления;
- представление в сознании обучающихся мира культуры, природы и образования как живого организма, живой формы, которая ориентирована на те же реалии, что и повседневное существование. Обучающиеся дети и подростки должны почувствовать естественность и закономерность здоровьесберегающих, здоровьесформирующих, культурных и образовательных процессов.

### **Основная форма работы по программе – арт-терапевтические сессии.**

Структура арт-терапевтического занятия (сессии) состоит из трех частей:

I часть «Разогрев». Занимает 1/4 - 1/5 всего занятия. Настраивает участников на дальнейшую работу и взаимодействие, снимает напряжение.

II часть «Основная». Самая большая по времени часть занятия. Предполагает совершение нацеленного путешествия в окружающий природный ландшафт и создание индивидуального или коллективного творческого проекта, арт-объекта.

III часть «Рефлексия». Занимает 1/4 - 1/5 всего занятия. Предполагает подведение итогов, размышления о своем внутреннем состоянии и проведение системы самоанализа.

### **Групповые занятия арт-терапией наиболее экологичны и эффективны для детей и подростков, поскольку:**

– дети и подростки могут сами контролировать, насколько доверять окружающим свои мысли и переживания (ведущей и другим членам группы), что обеспечивает им большую защищенность;

– арт-терапевтическая группа дает ощущение большей автономности, удовлетворяет потребность в независимости и, что самое главное, в сохранении границ своего личного «пространства»;

– группа обеспечивает обучающимся возможность взаимной поддержки, так необходимой детям и подросткам из неблагополучных семей;

– используемая в работе невербальная коммуникация с опорой на визуальные образы, обеспечивает детям и подросткам безопасность и психологическую защищенность;

– использование стратегии обсуждений и интерпретаций преимущественно языком метафор и ссылок на третьих лиц так же обеспечивает детям и подросткам психологическую безопасность и защищенность;

– возможность согласования и разработки плана и содержания занятий совместно с участниками группы;

– двигательные упражнения способствуют кинестетической активности, а та, в свою очередь, помогает вербализации ими своих чувств;

– арт-терапевтические групповые занятия помогают подросткам ощутить, почувствовать и обозначить свои личные границы.

**Наиболее приемлемой формой аттестации детей и подростков, реализующих данную программу, будет создание и проведение:**

- выставки–презентации арт-дневников каждым участником.
- подведение итогов, организация выставки-самоанализа, создание творческого арт-проекта детьми и подростками «Обретение целостности и внутренней связи со всеми живыми существами», «История моего преображения», «Обретение здоровья в процессе моего путешествия». Нарративное описание проекта и представление его посредством живописи, танца, вокализации, медитации, свободного письма. Данное мероприятие организуется в середине и в конце учебного года.

– «творческие встречи со своим ребенком», творческие мероприятия на которые приглашаются родители, которые знакомятся с личностными и творческими результатами своих детей. Обучающиеся представляют свои арт-дневники и творческие результаты освоения программы.

**Программой предусмотрено осуществление инклюзивного образования.**

Эко-средовая арт-терапия будет более гибким и чутким направлением для удовлетворения различных потребностей в обучении у детей и подростков с разными образовательными потребностями, разным творческим и интеллектуальным развитием.

Философия и методология данной программы поддерживает восемь принципов инклюзивного образования:

- Ценность человека не зависит от его способностей и достижений;
- Каждый человек способен чувствовать и думать;
- Каждый человек имеет право на общение и на то, чтобы быть услышанным;
- Все люди нуждаются друг в друге;
- Подлинное образование может осуществляться только в контексте реальных взаимоотношений;
- Все люди нуждаются в поддержке и дружбе ровесников;
- Для всех обучающихся достижение прогресса скорее может быть в том, что они могут делать, чем в том, что не могут;
- Разнообразие усиливает все стороны жизни человека.

**В качестве диагностических методик и оценочных материалов используем рисуночные тесты.** Применение рисуночных тестов для выявления личностных особенностей детей и подростков основано на принципе проекции, то есть на вытеснении вовне, на поверхность бумаги своих переживаний, представлений, стремлений в виде рисунка.

В зависимости от педагогического наблюдения, родительского запроса и индивидуальных особенностей детей и подростков, выбираем наиболее информативные методики из общего списка рисуночных тестов:

- рисуночный тест «Нарисуй человека», авторы: Ф. Гудинаф, Д.Харрис, К. Маховер (для оценки интеллектуального развития);
- рисуночный тест «Человек под дождем», авторы: Е.В.Романова, Т.И.Сытько (для оценки стрессоустойчивости);
- рисуночный тест «Несуществующее животное», автор: М.З.Дукаревич (для оценки интеллектуальных, личностных и эмоциональных особенностей);
- рисуночный тест Сильвер, авторы: Р.А Сильвер, А.И.Копытин или тест «Нарисуй историю», автор А.И.Копытин (для оценки когнитивной и эмоциональной сферы детей и подростков).
- модифицированные креативные тесты Вильямса (для диагностики креативности);
- тест «Человек, срывающий яблоко с дерева» в сочетании с арт-терапевтическими шкалами формальных элементов, автор А.И.Копытин.

– тест «Гомункулос», автор А.В.Семенович (предназначен для диагностики соматических нарушений).

### **Материально-техническое обеспечение.**

Природная близлежащая территория.

Арт-терапевтический кабинет, оснащенный всем необходимым:

- раковины с холодной и горячей водой;
- рабочей зоной и зоной отдыха;
- музыкальным центром и компьютерной техникой;
- фонотекой;
- фотоаппаратом;
- настольным фотопринтером;
- гончарным кругом и необходимым оборудованием для работы с глиной;
- электрическим чайником;
- мягким напольным покрытием;
- большим разнообразием художественных материалов;
- коллекцией разных тканей (парашютный шелк, шифон разных цветов и т.д.)

### **Кадровое обеспечение.**

Педагог с высшим профессиональным образованием в области художественного и педагогического образования, дополнительным образованием по специальности практической психологии.

Информация о педагоге, реализующем данную программу:

#### **Кожохина Светлана Константиновна**

старший педагог дополнительного образования, магистр практической психологии;

- профессиональная переподготовка: практическая психология, психологическое консультирование и психокоррекция с использованием методов арт-терапии;
- Почетный член Арт-терапевтической ассоциации (решение Совета РОО «Арт-терапевтическая ассоциация» за большой вклад в развитие отечественной арт-терапии);
- действительный член Арт-терапевтической ассоциации (специалист в сфере арт-терапии, один из 40 арт-терапевтов РФ, внесенных в Национальный Реестр);
- с 19.03.2019 имеет почетную аккредитацию по модальности арт-терапия (арт-психотерапия);
- имеет отраслевую награду Министерства образования Российской Федерации - нагрудный знак «Почетный работник общего образования Российской Федерации».

## У. Список информационных источников

### Для педагога:

1. Андерсен-Уоррен М., Грейджер Р. Драматерапия. – СПб.: Питер, 2001. – 288 с.
2. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб.: Питер, 2004. – 271 с.
3. Арнхейм Р. Новые очерки по психологии искусства. Пер. с англ. М.: Прометей, 1994. – 352 с.
4. Арт-терапия – новые горизонты / Под ред. А.И. Копытина. – М.: Когито – Центр, 2006. – 336 с.
5. Бетенски М. Что ты видишь? Новые методы арт-терапии / Пер. с англ. М. Злотник. – М.: Изд-во Эксмо-Пресс, 2002. – 256 с.
6. Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением. – М.: Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга, 1999. – 364 с.
7. Введение в музыкотерапию / Г. – Г.Декер-Фойгт. – СПб.: Питер, 2003. – 208 с.
8. Диагностика в арт-терапии. Метод «Мандала» / Под ред. А.И. Копытина. – СПб.: Речь, 2002. – 80 с.
9. Колошина Т.Ю., Трусъ А.А. Арт-терапевтические техники в тренинге: характеристики и использование. Практическое пособие для тренера. – СПб.: Речь, 2010. – 189 с.
10. Козлов В.В., Гиршон А.Е., Веремеенко Н.И. Интегративная танцевально-двигательная терапия. – Издание 2-е, расширенное и дополненное. – СПб.: Речь, 2006. – 286.
11. Копытин А.И. Арт-терапевтическая среда с точки зрения клинического, социального и экологического подходов // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2016б, N4 (39) [Электронный ресурс]. – URL: [http://www.mprj.ru/archiv\\_global/2016\\_4\\_39/nomer04.phpa](http://www.mprj.ru/archiv_global/2016_4_39/nomer04.phpa) (дата обращения: 02.07.2017).
12. Копытин А.И. Средовый и экологический подходы в арт-терапии // Психическое здоровье. – 2016в. – №12, С.55-65.
13. Копытин А.И. Средовый и экологический подходы в арт-терапии и арт-педагогике: методическое пособие. – СПб.: СПб АППО, 2017.
14. Копытин А.И. Системная арт-терапия. – СПб.: Питер, 2001. – 224 с.
15. Копытин А.И. Руководство по групповой арт-терапии. – СПб.: Речь, 2003. – 320 с.
16. Копытин А.И. Тренинг по фототерапии. – СПб.: Издательство «Речь», 2003. – 96 с.
17. Копытин А.И. Тест «Нарисуй историю»: Учебно-методическое пособие. – СПб.: Издательство «Речь», 2003. – 80 с.
18. Копытин А.И. Тренинг коммуникации: Арт-терапия. – М.: Издательство Института психотерапии, 2006. – 96 с.
19. Копытин А.И., Корт Б. Техники аналитической арт-терапии: исцеляющие путешествия. – СПб.: Речь, 2007. – 144 с.
20. Копытин А.И., Корт Б. Техники ландшафтной арт-терапии. – М.: Когито-Центр, 2013. – 104 с.
21. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. – М.: «Когито-Центр», 2007. – 197 с.
22. Назлоян Г.М. Концептуальная психотерапия: Портретный метод. – М.: ПЕР СЭ, 2002. – 239 с.
23. Никольская И.М., Грановская Р.М. Психологическая защита у детей. – СПб.: Речь, 2001. – 507 с.

24. Орт Л. Огонь – высочайший целитель / Пер. с англ. – М.: ООО Издательский дом «София», 2004. – 176 с.
25. Паттерсон С., Уоткинс Э. Теории психотерапии. – 5-е изд. – СПб.: Питер, 2003. – 544 с.
26. Практикум по арт-терапии // Под ред. А.И. Копытина. – СПб.: Издательство «Питер», 2000. – 448 с.
27. Роджерс К.Р. Консультирование и психотерапия. Новейшие подходы в психологической практике. Пер. с англ. – М. ИОИ, 2015.- 200 стр.
28. Роджерс, Натали. Творческая связь. Исцеляющая сила экспрессивных искусств / Натали Роджерс; пер. с англ. А.Орлова. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2015. – 336 с.
29. Рутан Дж., Стоун У. Психодинамическая групповая психотерапия. – СПб.: Питер, 2002. – 400 с.
30. Сильвер Р.А. Копытин А.И. Рисуночный тест Сильвер. – СПб.: Издательство «Скифия», 2001. – 144 с.
31. Ялом И. Групповая психотерапия: Теория и практика / Пер. с англ. – М.: Апрель Пресс, Издательство Института психотерапии, 2005. – 576 с.
32. Сайт. Арт-терапия в психологии. [www.sites.google.com/](http://www.sites.google.com/)

#### **Для обучающихся:**

1. Барбер Р. Святой Грааль. Во власти священной тайны / Ричард Барбер; (пер. с англ. С.В. Головой, А.М. Голова). – М.: Эксмо, 2006. – 640 с.
2. Бейджент М., Ли Р., Линкольн Г. Тайна Святой Крови и Святого Грааля. Иллюстрированная история величайшей загадки тысячелетия / Майкл Бейджент, Ричард Ли, Генри Линкольн; (пер. с англ. О. Фадиной, А. Костровой, К. Савельева). – М.: Эксмо; 2006 – 480 с.
3. Марит Лаурин. Вольный пересказ для юношества «Парцифаля» Вальфрама фон Эшенбаха. Пер. со шведск. – М.: Энигма», 2002. – 408 с.
4. Арт-терапия в эпоху постмодерна / Под ред. А.И. Копытина. – СПб.: Издательство «Речь» совместно с издательством «Семантика – С», 2002. – 224 с.

#### **Для родителей:**

1. Зеленский В.В. Толковый словарь по аналитической психологии. – СПб.: Б&К, 2000. – 324.
2. Ильин Д.П. Стихия – лекарь. Огонь, Вода, Воздух, Земля: эффективные рецепты оздоровления. – СПб.: Издательство «Крылов», 2009. – 128 с.
3. Копытин А.И. Основы Арт-терапии (серия «Мир медицины») – СПб.: Издательство «Лань», 1999. – 256 с.
4. Психология подростка. Полное руководство. Под редакцией А.А. Реана. – СПб.: Прайм – ЕВРОЗНАК, 2003. – 432 с.
5. Психотерапия детей и подростков. 2-е изд. / Под ред. Ф. Кендалла. – СПб.: Питер, 2002. – 432 с.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

#### Словарь арт-терапевтических терминов, используемых в программе

**Арт-терапия** (от англ. art - искусство; therapy - терапия, лечение) – это направление в психотерапии, психологической коррекции и реабилитации, основанное на занятиях клиентов (пациентов) изобразительным творчеством.

**Арт-терапия** является частной формой терапии творчеством и связана, главным образом, с так называемыми визуальными искусствами (живописью, графикой, фотографией, скульптурой, а также их различными комбинациями с другими формами творческой деятельности).

**Арт-терапевт** – специалист, прошедший соответствующую профессиональную и личностную подготовку и применяющий при работе с клиентами арт-терапевтический подход на различных уровнях (базовой методологии, методов и техник).

**Арт-терапевтический кабинет** – специально оборудованное для арт-терапии помещение, оснащенное соответствующими материалами и средствами для работы, имеющее условия для хранения и экспонирования изобразительной продукции.

**Арт-терапевтический процесс** – различные изменения в поведении, состоянии и отношениях клиента и арт-терапевта в ходе их совместной работы, приводящие к достижению определенных психотерапевтических результатов.

**Ассоциация** — связь, возникающая в процессе мышления, между элементами психики, в результате которой появление одного элемента, в определенных условиях, вызывает образ другого, связанного с ним; субъективный образ объективной связи между элементами, предметами или явлениями.

**Бессознательное** — совокупность психических процессов, операций и состояний, не представленных в сознании субъекта. В ряде психологических теорий — это особая сфера психического или система процессов, качественно отличных от явлений сознания.

**Воображение** — способность сознания создавать образы, представления, идеи и манипулировать ими; играет ключевую роль в следующих психических процессах: моделирование, планирование, творчество, игра, человеческая память. Является основой наглядно-образного мышления, позволяющего человеку ориентироваться в ситуации и решать задачи без непосредственного вмешательства практических действий.

**Драматерапия** - одно из направлений психотерапии искусством, предполагающее использование театрального искусства и ролевой игры в психотерапевтических целях. В ходе спектакля происходит идентификация себя с образом, наблюдаются элементы трансперсонализации, трансляции и модифицирования образа; происходит выражение клиентом различных эмоций.

**Инсталляция** – художественно организованное пространство, включающее любые предметы: произведения изобразительного творчества и объекты, которые рассматриваются как художественные, приобретая, в связи с этим новое значение.

**Интегративная арт-терапия** – термин, объединяющий различные методы использования всех видов искусства и творческой деятельности с психотерапевтической целью.

**Креативность** — творческие способности индивида, характеризующиеся готовностью к принятию и созданию принципиально новых идей, отклоняющихся от традиционных или

принятых схем мышления и входящие в структуру одарённости в качестве независимого фактора, а также способность решать проблемы, возникающие внутри статичных систем.

**Мотивация** — побуждение к действию; динамический процесс психофизиологического плана, управляющий поведением человека, определяющий его направленность, организованность, активность и устойчивость; способность человека деятельно удовлетворять свои потребности.

**Музыкотерапия** – одно из направлений психотерапии искусством, предполагающее использование музыки в психотерапевтических целях. Преимущественно ориентирована на восприятие клиентом музыки (для развития различных личностных качеств и снятия стрессового напряжения), а не на её создание и воспроизведение

**Перформанс-арт** – процесс, напоминающий искусство театра; может включать любые виды спонтанного творческого самовыражения, связанные с существованием в реальном, а не в сценическом времени, действиями с реальными предметами, игрой самого себя, новыми переживаниями по принципу «здесь и теперь».

**Проекция** – процесс неосознанного переноса клиентом своих переживаний и мыслей на изобразительную продукцию, в результате чего субъективный опыт человека становится доступным для восприятия и сознательного осмысления.

**Психика** - свойство высокоорганизованной материи, являющееся особой формой отражения субъектом объективной реальности. Важнейшая особенность психического отражения — его активность.

**Психология** — наука об общих закономерностях развития и функционирования психики и индивидуально-типологических особенностях ее проявления, наука об общих закономерностях взаимодействия человека с окружающей средой.

**Психотерапия** - система психических воздействий, направленных на лечение больного. Цель психотерапии — устранить болезненные отклонения, изменить отношение больного к себе, своему состоянию и окружающей среде.

**Психотерапия искусством** – вид психотерапии, который представлен следующими основными направлениями: арт-терапией, драматерапией, музыкотерапией и танцевально-двигательной терапией. В отдельных странах они признаны в качестве самостоятельных профессий.

**Рисуночная техника** – выражение клиентом своего ощущения, состояния, представления, отношения и других форм проявления личности через цвет и сочетание ахромных и полихромных цветов в рисунке на заданную тему.

**Самоактуализация** - стремление человека к возможно более полному выявлению и развитию своих личностных возможностей; это непрерывная реализация потенциальных возможностей, способностей и талантов. Проблематику самоактуализации активно разрабатывал А. Маслоу. Он считал, что самоактуализация является наивысшей потребностью человека.

**Самовыражение** - описывает свободную, естественную и непосредственную деятельность тела и, как и самосохранение, является качеством, присущим всем живым организмам. Любая активность тела вносит свой вклад в самовыражение, начиная от самого обыденного, такого как хождение и еда, до наиболее сложного, такое как пение и танцы.

**Самооценка** — это представление человека о важности своей личной деятельности в обществе и оценивание себя и собственных качеств, и чувств, достоинств и недостатков, выражение их открыто или закрыто. В качестве основного критерия оценивания выступает система личностных смыслов индивида.

**Символизм** - форма непрямого, косвенного представления; символизация- уникальный, присущий только человеку психический процесс замещения одних образов другими

идеационными образованиями, характеризующимися лишь отдаленным сходством с первичными представлениями - сходством, основанным на случайных, вторичных, малосущественных деталях.

**Сознание** — это один из способов, которым объективная действительность отражается в психике человека. Согласно культурно-историческому подходу, характерной особенностью сознания является то, что промежуточным звеном между объективной реальностью и сознанием являются элементы общественно-исторической практики, позволяющие строить объективные картины мира.

**Способности** — это индивидуальные свойства личности, являющиеся субъективными условиями успешного осуществления определённого рода деятельности. Обнаруживаются в быстроте, глубине и прочности овладения способами и приёмами некоторой деятельности и являются внутренними психическими регулятивами, обуславливающими возможность их приобретения.

**Сублимация** — защитный механизм психики, представляющий собой снятие внутреннего напряжения с помощью перенаправления энергии на достижение социально приемлемых целей, творчество. Впервые описан Фрейдом.

**Творчество** — формирующая деятельность духа, интеллектуальная активность человека, непреложное явление природы, являющееся отражением вечного процесса Божественного Творения. Человеческое творчество ограничено во времени и пространстве способностями личности и границами сознательной части человеческой жизни.

**Терминация** – завершающий этап арт-терапии; период подведения итогов и оценки результатов психотерапии. На этом этапе возможны деструктивные действия клиента, направленные на разрушение созданных им ранее образов.

**Художественная экспрессия** – выражение чувств, потребностей и мыслей клиента посредством его работы с различными изобразительными материалами и создания художественных образов.

**Фантазия** — это необходимый компонент творческой деятельности человека, который выражается в построении образа или наглядной модели её результатов в тех случаях, когда информации об условиях и средствах достижения цели недостаточно.

**Фобия** — это сильно выраженный упорный навязчивый страх, необратимо обостряющийся в определённых ситуациях и не поддающийся полному логическому объяснению. В результате развития фобии человек начинает бояться и соответственно избегать определенных объектов, видов деятельности или ситуаций.

**Цель арт-терапии** состоит в *гармонизации развития личности* через развитие способности самовыражения и самопознания. С точки зрения психоанализа, основным механизмом арт-терапии является *сублимация* - выражение бессознательных инстинктов и влечений (порой деструктивных) с помощью трансформации их в творения искусства; искусство может одновременно "направить в другое русло" и выразить также чувства злости, боли, тревоги, страха.

**Чувство** — эмоциональный процесс человека, отражающий субъективное оценочное отношение к реальным или абстрактным объектам.

**Экспрессия** — яркое проявление чувств, настроений, мыслей; повышенная выразительность произведения искусства, достигаемая всей совокупностью художественных средств и зависящая от манеры исполнения и характера работы художника.

**Эмоция** — эмоциональный процесс средней продолжительности, отражающий субъективное оценочное отношение к существующим или возможным ситуациям.

«Я - концепция» («я» - образ, образ «я») — система представлений индивида о самом себе, осознаваемая, рефлексивная часть личности. Эти представления о себе самом в большей или меньшей степени осознаны и обладают относительной устойчивостью.

[www.sites.google.com/](http://www.sites.google.com/)

## Приложение 2

### Примерный календарный учебный график на 2020-2021 учебный год

второй год обучения

место занятий: ЦДЮ каб.114 и территория природного ландшафта ОУ

№ п/п	дата	тема занятия	кол-во часов	Форма контроля
<b>I. Адаптационно-диагностический цикл</b>			<b>24</b>	
1		Встреча и беседа с родителями. Знакомство. Участие в обсуждении содержания программы. Создание рисунка своего настроения, своего самочувствия. Принятие группового соглашения.	3	Выставка рисунков
2		Выход на природный ландшафт. Поиск места, где комфортно и хорошо. Фотографирование. Создание рисунка комфортного места, нарративной истории.	3	Арт-дневник
3		Выход на природный ландшафт. Поиск места, где чувствуются неприятные ощущения. Ощущения, затрагивающие ранее пережитые чувства. Фотографирование. Создание рисунка и нарративной истории.	3	Арт-дневник
4		Создание рисунка «Моя жизненная сила. Мой ресурс». Рефлексивное описание. Фото с рисунком на природном ландшафте.	3	Арт-дневник
5		Установление доверительных отношений внутри группы и с педагогом. Создание обложки арт-дневника «Мой путь к здоровью».	3	Арт-дневник
6		Создание рисунка своего настроения. Диагностика.	3	Диагностика
7		Результаты диагностики. Создание рисунка своего настроения.	3	Демонстрация рисунков
8		Составление индивидуальных метафорических маршрутов вместе с детьми. «Мой путь». «Цель моего путешествия». Создание рисунков с помощью отпечатков ног. Фото. Работа с арт-дневником.	3	Арт-дневник
<b>II. Мифопоэтическое пространство. Образ четырех стихий</b>			<b>63</b>	
9		Образ четырёх стихий. Стихия Земли. Телесные и голосовые импровизации. Создание рисунка «Моя земля».	3	Представление рисунков
10		Выход на природный ландшафт, создание арт-объекта с использованием земли «Мой секретик». Фото. Нарративные истории.	3	Презентация арт-объектов
11		Образ четырёх стихий. Стихия Воды. Телесные и голосовые импровизации. Создание творческой работы «Тайна на дне реки Волги». Нарративы.	3	Представление творческой работы
12		Создание послания людям земли «Сохраняя водные просторы земли, мы сохраняем наше здоровье». «Взаимосвязь стихии Воды и моего здоровья». Техника оригами. Рефлексия. Фото.	3	Представление творческой работы
13		Образ четырёх стихий. Стихия Огня. Телесные и голосовые импровизации. Создание рисунка-истории своего гнева, злости, агрессии «Мой внутренний монстр». Рефлексивное описание.	3	Представление рисунков

14		Процесс сублимации в природном ландшафте. Сжигание рисунков. Создание мандалы «Счастье без монстра» с использованием пепла. Фото. Рефлексия. Создание нарративных историй.	3	Демонстрация рисуночных мандал
15		Образ четырёх стихий. Стихия Воздуха. Телесные и голосовые импровизации. Создание послания себе и другим людям «Чистый воздух, чистые легкие, хорошее здоровье».	3	Представление посланий
16		Оформление послания на воздушном шаре. Церемония отпускания шаров. Создание рисунка-рефлексии «Укрепление здорового дыхания в городской среде». Нарративные истории.	3	Представление рисунков
17		Взаимодействие четырёх стихий. Создание арт-объекта «Взаимодействие четырех стихий» с использованием прошлых фотографий и найденных предметов-метафоры каждой стихии. Фото.	3	Представление арт-объектов
18		Представление танца-перформанса с голосовыми и телесными импровизациями. Фото.	3	Арт-дневник
19		Оформление материала в арт-дневнике с использованием прошлых фотографий. Рефлексия. Нарративы.	3	Арт-дневник
20		Итоговая работа по теме «Образ четырёх стихий». Создание арт-объекта. Фото своих композиций.	3	Представление композиций.
21		Создание творческих работ «Как природные стихии оказывают положительное воздействие на наше здоровье». Материал на усмотрение подростков.	3	Презентация выполненных работ
22		Оформление всего материала по теме «Образ четырех стихий». Нарративные истории.	3	Арт-дневник
23		Подготовка эскизов «Страна талантов». Размещение композиции на листе.	3	Представление эскизов
26		Создание эскизов «Страна талантов» в цвете.	3	Представление эскизов в цвете
27		Создание творческой работы по выполненному эскизу.	3	Представление композиции
28		Продолжение работы в цвете. Детализация и обобщение.	3	Общий круг
29		Завершающая подготовка творческой работы, создание художественного описания. Представление работы в рамках промежуточной аттестации.	3	Презентация готовых работ
<b>III. Принятие телесного образа «Я», осознание этого образа.</b>			<b>66</b>	
30		Техники жестового рисования. Рисунок, выполненный обеими руками. Рефлексия. Природная инсталляция с рисунком. Фото. Создание нарративной истории.	3	Общий круг
31		Телесное рисование «Путешествие по телу».	3	Арт-дневник
32		Создание силуэта тела. Размещение арт-объекта в природном ландшафте. Рефлексия. Фото. Создание нарративной истории.	3	Арт-дневник
33		Промежуточная диагностика.	3	Диагностика
34		Оформление фотографий и нарративных повествований.	3	Арт-дневник
35		Промежуточная аттестация. Результаты диагностики.	3	Арт-дневник
36		Музыка и аутентичные движения в природном ландшафте. Создание рисунка-рефлексии. Фото. Нарративное описание.	3	Арт-дневник
37		Оформление рисунков и фотографий с предыдущей сессии в арт-дневнике. Нарративное описание.	3	Арт-дневник
38		Аутентичные движения с использованием музыкального шумового оформления. Создание рисунков и рефлексивных описаний.	3	Арт-дневник
39		Создание творческого произведения (арт-объекта) из найденных предметов. Фото. Нарративное описание.	3	Арт-дневник

40		Исцеляющее путешествие по своему телу. Создание арт-объекта из глины. Фото. Нарративные истории.	3	Арт-объект
41		Исцеляющее путешествие по своему телу. Завершение работы над созданием арт-объекта из глины. Фото. Нарративные истории.	3	Арт-объект
42		Оформление всего предыдущего материала в арт-дневниках.	3	Общий круг
43		Продолжение работы с арт-дневниками. Оформление рисунков, фотографий, подписей к ним и нарративных повествований.	3	Арт-дневник
44		Создание трёхмерного арт-объекта на основе прошлых сессий «Я и мое здоровое тело». Или «Голова и тело – это все здоровый «Я». «Образ моего телесного здорового «Я». Рефлексия. Фото.	3	Арт-объект Рефлексия
45		Создание трёхмерного арт-объекта на основе прошлых сессий. Рефлексия. Нарративные размышления.	3	Арт-дневник
46		Совместные движения в парах в природном ландшафте. Создание рисунка-рефлексии. Создание инсталляции в природном ландшафте. Фото. Нарративные истории.	3	Общий круг
47		Разнообразное телесное взаимодействие в группе, как внутри арт-студии, так и в природном ландшафте. Рисунок-рефлексия. Создание скульптуры из найденных предметов. Фото. Нарративные истории.	3	Общий круг
48		Оформление всего предыдущего материала в арт-дневниках.	3	Арт-дневник
49		Телесная, звуковая и рисуночная рефлексия полученного опыта. Фотографирование. Нарративные повествования.	3	Общий круг
50		Оформление всего предыдущего материала в арт-дневниках.	3	Арт-дневник
<b>IV. Метафора в обретении ресурсного состояния.</b>			<b>21</b>	
51		«Танец птицы». Музыка и телесные импровизации. Фотографирование. Создание рисунка своих ощущений. Нарративы.	3	Общий круг
52		Создание арт-объекта «Образ птицы» из глины и других природных материалов. Нарративные истории.	3	Общий круг
53		Создание арт-объекта «Образ птицы» из глины и других природных материалов. Продолжение работы. Фото.	3	Арт-объект
54		Оформление всего накопленного предыдущего материала в арт-дневниках.	3	Арт-дневник
55		«Образ птицы». Подведение итогов. Создание рефлексивных рисунков. Нарративные истории. Рефлексия в общем кругу.	3	Арт-дневник
56		«Образ птицы» и «Образ моего здорового тела». Скульптуры-метафоры из глины. Создание рисунка – размышления.	3	Представление объектов
57		Оформление всего материала в арт-дневниках.	3	Арт-дневник
<b>V. Арт-терапевтический цикл с элементами перформанса, основанный на мифе о Священном Граале.</b>			<b>24</b>	
58		Знакомство с мифом о Святом Граале. Создание рисунка-впечатления. Фото.	3	Общий круг
59		Создание маски странствующего рыцаря. Фото.	3	Представление масок
60		Создание маски хранителя (хранительницы) Грааля. Фото.	3	Представление масок
61		Изготовление арт-объекта Священной чаши Грааля – являющейся символом душевного здоровья. Материалы на выбор. Фото. Рефлексия. Нарративные истории.	3	Представление арт-объекта
62		Подготовка к переходу в драматическую реальность. Составление плана своего путешествия в природном ландшафте. Создание карты.	3	Представление карты своего путешествия
63		Представление перформансов за пределами арт-	3	Перформанс

		терапевтического пространства. Создание и выражение ландшафтного театра и лэндарта. Фото. Рефлексия. Нарративные истории.		
64		Создание предметных скульптур, символизирующих поиск и обретение Грааля. Создание фотоколлажей «Обретение и дар». Рефлексия в общем кругу.	3	Общий круг
65		Оформление всего материала в арт-дневниках.	3	Арт-дневник
<b>VI. Аттестация.</b>			<b>18</b>	
66		Подготовка творческих работ к итоговой выставке в доме - музее скульптора-академика А.М. Опекушина. Примерные темы для работы «Пройденный путь», «А что там впереди», «Моя мечта, моя цель». Создание эскизов.	3	Представление эскизов в общем кругу
67		Подготовка творческих работ к итоговой выставке. Использование разнообразного материала.	3	«Рабочая выставка»
68		Завершение создания творческих работ к итоговой выставке.	3	«Рабочая выставка»
69		Подведение итогов в пространстве выставки «Успешно пройденный путь» в доме - музее скульптора-академика А.М. Опекушина. Общая рефлексия и создание рисунков-метафор.	3	Выставка творческих работ
70		Создание творческого проекта «Обретение целостности и внутренней связи со всеми живыми существами». «История моего преображения». Нарративное описание и представление посредством живописи, танца, вокализации, медитации, свободного письма».	3	Организация выставки-самоанализа
71		Выставка–презентация арт-дневников. Творческое анкетирование.	3	Арт-дневник
72		Диагностика. Творческое подведение итогов. Создание рисунков-рефлексии.	3	Арт-дневник
<b>Итого по программе</b>			<b>216</b>	