

Государственное казенное общеобразовательное учреждение для  
детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с  
ограниченными возможностями здоровья городского округа Чапаевск

**Окружной конкурс «Перспективные практики»**

**Номинация: «Лучшие практики в работе с обучающимися»**

**Конспект психокоррекционного занятия с применением  
арттерапевтических техник.**

**Тема: «На пороге взрослой жизни»**

Педагог-психолог: Кошурова Н.С.

Конспект занятия педагога-психолога Кошуровой Натальи Сергеевны с обучающимися 9 кл ГКОУ для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей с ограниченными возможностями здоровья г.о. Чапаевск.

Данное занятие одно из циклов занятий с выпускниками школы по формированию чувства взрослости и ответственности. На занятии используются техники арттерапии: сказкотерапия, изотерапия. Поскольку оно учит осознанию собственных чувств, а чувства являются одним из двигателей поведения. Занятие способствует формированию умения отдавать отчёт в мотивах своих поступков и тем самым большей произвольности и адекватности поведения. Самоанализ способствует концентрации внимания и принятию, интеграции своих переживаний, соответственно, способствует созданию рабочего настроения и усвоению результатов работы. Занятие очень диагностично, и после проведённого занятия можно выделить детей, которым необходимы индивидуальные консультации.

**Тема:** «На пороге взрослой жизни»

**Цель:** повышение социальной компетенции, способствующих успешной адаптации выпускников школы-интерната в обществе, формирование жизненных навыков, необходимых для самостоятельной жизни.

**Задачи:**

- 1) помочь детям понять, что будущее начинается в настоящем;
- 2) дать детям возможность задуматься о будущем, попытаться сконструировать его, обсудить возможные варианты будущего;
- 3) формировать уверенное поведение в сложных жизненных ситуациях и определять для себя наилучшую стратегию поведения, делать «жизненный выбор»;

- 4) развивать умение строить собственную модель поведения в кризисных ситуациях.

**Ход:**

**1. Введение в тему:**

Психолог: Добрый день, дорогие выпускники. Скоро прозвенит последний звонок в вашей школьной жизни. Именно он поставит точку в большой главе под названием «Детство» В школе вы получили, необходимые вам знания и теперь всё зависит от вас. Кем вы станете? Какой путь выберете вы в самостоятельной взрослой жизни?

Наше сегодняшнее занятие так и называется «На пороге взрослой жизни»

Я попрошу занять стулья в кругу.

**2. Упражнение «Взрослые мы»**

Психолог: « Закройте глаза. Вы попали в машину времени. Попробуйте представить себя через 10 лет.

Как вы себя ведёте? Как сидите? Как ходите? Во что вы одеты? Сядьте так, будто вы уже на 10 лет взрослее. Как вы будете разговаривать?

А теперь мы обсудим - какими же вы себя представили старше на 10 лет.

(идёт обсуждение по кругу)

Один из учащихся выходит в середину круга (в роли взрослого) и, обращаясь к однокласснику по имени и отчеству, берёт у него интервью: кем он работает, как живет, как ему удалось добиться успехов.

**3. Психолог: Все люди разные и это нормально. Одно и то же события вызывают разные чувства, мысли и ответные действия.**

Человек меняется постоянно, но кто-то – в худшую сторону, а кто- то становится лучше, умнее, сильнее. Поэтому важно

решить для себя, каким ты хочешь стать. Важно знать, что именно хочешь изменить в себе.

### Упражнение «Раньше и сейчас»

Детям раздаются таблички, которые они заполняют сами.

<i>Раньше</i>	<i>Сейчас</i>
Не умел...	Умею...
Не любил...	Люблю...
Не хотел...	Хочу...
Не знал...	Знаю...

Психолог: А теперь на доске запишем, что же вы сейчас умеете, любите, хотите и знаете.

(На доске записывается табличка «МЫ»)

4. Наступит время, когда вы уйдёте из стен школы-интерната и станете полностью самостоятельными. На своём жизненном пути вы столкнетесь с трудностями и жизненными препятствиями, опасностями. Послушайте, пожалуйста, сказку, а потом мы её обсудим.

### Сказкотерапия

Жил-был Страус, который очень боялся Опасности.

Едва завидев даже маленький признак неприятности, он поспешно закрывал глаза и быстро прятал голову в песок.

Когда Опасность подходила к этому согнутому созданию, она задевала его. Иногда сильно, иногда не очень. И шла себе дальше.

Как только Страус понимал, что Опасность миновала, он поднимал голову, облегченно вздыхал и продолжал жить своей растительной жизнью.

Но однажды ему повстречался другой Страус.

– Послушай, друг, – спросил тот, – а почему ты все время прячешь голову в песок? Ведь с твоими сильными ногами от Опасности можно убежать так быстро, что она никогда тебя не догонит.

– А ведь верно, – откликнулся наш герой и стал бегать от Опасности.

«Как здорово! Зоркий взгляд, сильные ноги и никаких грубых пинков!» – однажды остановившись, подумал Страус.

Он вздохнул, вспомнив свое недавнее прошлое, а затем снова куда-то побежал.

Но прошло еще немного времени, и Страус встретил Орла.

– Послушай, птица, почему ты все время бегаешь? – спросил тот. – У тебя же есть крылья! Поднимись над Опасностью, и она не доберется до тебя.

– Страусы не летают, – с сожалением ответил наш герой.

– Но у тебя есть крылья, – повторил Орел, – значит, ты можешь летать! Только попробуй. Посмотри, как я это делаю.

И Орел поднялся в высокое голубое небо.

– Ух ты! – восторженно воскликнул Страус и тоже сделал робкую попытку взлететь. Но крылья его не послушались. – Ну вот, я так и знал, – грустно сказал он и продолжил убежать от Опасности.

Но однажды Опасность окружила Страуса со всех сторон.

– Некуда бежать, – с грустью пробормотал он и собрался было, как прежде, спрятать голову в песок, как вдруг вспомнил слова Орла: «Ты можешь летать. Только поверь в себя!»

И Страус впервые ощутил свою силу. Он расправил крылья и... взлетел. Страус махал ими все сильнее и сильнее – и вдруг почувствовал радость полета. Он забыл об Опасности и парил в небе, наслаждаясь свободой.

Когда Страус посмотрел на землю, то увидел Опасность, от которой улетел. С высоты птичьего полета она показалась такой маленькой, что,

удивившись, он подумал: «Это ее я все время боялся? Да она же совсем не страшная!»

Страус спустился вниз, по-новому посмотрел на Опасность и спросил:

– Что тебе от меня надо?

– Ничего, – ответила Опасность и улыбнулась. – Я просто играла с тобой. Пока!

И она ушла искать других страусов, чтобы поиграть с ними.

– Вот оно что, – глубокомысленно произнес наш герой и снова взлетел в небо.

Уж очень ему понравилось летать.

*Идёт обсуждение сказки*

- 1) Почему страус боялся опасности?
- 2) Чем отличается маленький Орёл от большого Страуса? Чему он его научил?
- 3) Что нужно было сделать Страусу чтобы взлететь?
- 4) Почему когда Страус посмотрел Опасности в глаза и поговорил с ней, она ушла от него?
- 5) Про какого человека можно сказать он «сильный духом»?
- 6) Чему можно научиться у этой сказки?

## **5. Рисунок «Я в настоящем, я в будущем»**

Дети получают лист бумаги, разделённый надвое.

Психолог: Ребята, изобразите себя в настоящем и будущем.

## **6. Заключительная часть**

### Рефлексия

Дети по кругу отвечают на вопросы

- 1) Как изменилось моё состояние с начала занятия?
- 2) Что мне помогало работать?
- 3) Что мне мешало и помогало?
- 4) Я очень рад (а), что...

Психолог: Я хочу, чтобы, отправляясь в большую жизненную дорогу - во взрослость, вы взяли с собой самое важное и существенное из детства: чистоту, прямоту, привязанность к друзьям и честность. Но расставание означает завершение одного этапа в жизни и начало другого. Впереди вас ждёт новая жизнь. Непривычная, сложная, не во всём понятная. Я желаю вам успеха в этой новой, взрослой жизни.

### **Литература:**

- 1.Белобрыкина О.А. Маленькие волшебники, или на пути к творчеству / О.А. Белобрыкина. – Новосибирск, 1993.
2. 4. Богданов А.А., Вовк В.Н. Концепция коррекционно-развивающего обучения как фактор модернизации образования детей с ограниченными возможностями здоровья [Электронный ресурс] / А.А. Богданов, В.Н. Вовк // Специальное образование: УрГПУ (Уральский государственный педагогический университет). – 2013. - №4. – С.5-12. – Режим доступа: [http://e.lanbook.com/journal/element.phppl10\\_id=2232](http://e.lanbook.com/journal/element.phppl10_id=2232).
3. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я.- М.: «Генезис», 2006.- 303
- 4.Воспитание и обучение детей и подростков с тяжелыми и множественными нарушениями развития. Программно-методические материалы. / Под ред. И.М. Бгажноковой. – М.: ГИЦ ВЛАДОС, 2010. – 239 с.
- 5.Игумнов С.А. Психотерапия и психокоррекция детей и подростков С.А. Игумнов / . - М.: Институт психотерапии, 2000. - 112 с. 155