

Мастер – класс:
«Пластилинография в практике работы педагога-психолога как способ профилактики девиантного поведения детей с ОВЗ»

Почему-то сложилось такое мнение, что пластилин лучше использовать с дошкольниками и младшими школьниками. Сегодня я хотела бы поделиться своим опытом и показать использования пластилина в работе с детьми ОВЗ 5-9 классов.

С обучающимися с ОВЗ я работаю несколько лет. Это дети с особым развитием:

- У них недостаточность познавательных способностей: внимания, воображения, памяти, логического мышления, тактильности.
- Незрелость эмоциональной и волевой сферы.
- Низкая способность к саморегуляции.
- Отсутствие развитых навыков общения.
- Неустойчивая самооценка.

В своей коррекционно–развивающей работе я использую разные методы, но больше всего отдаю предпочтение арт-терапевтическим методам. На занятиях мы рисуем, обсуждаем, лепим. Пластилин я использую на индивидуальных и групповых занятиях по развитию психомоторики и сенсорных процессов и коррекции эмоционально - волевой сферы.

На занятиях я использую такую технику как пластилинографию– это техника создания лепной картины на горизонтальной поверхности, и это ещё один из методов коррекции нарушений эмоционально-волевой сферы.

Чем хорош пластилин? Работая с этим материалом, не нужна специальная подготовка. На занятие я готовлю рабочее место: пластилин (лучше восковой, он мягкий), картон, листок бумаги и салфетки.

Основная цель использования пластилина заключается в гармонизации внутреннего состояния человека через способности к самовыражению и самопознанию.

Как это происходит, я вам покажу через упражнения, которые мы выполняем с учениками. Сегодня я вам предлагаю побыть в роли школьника.

В качестве разминки. **Упражнение «Настроение»**

- Возьмите кусочек пластилина такого цвета, который отражает ваше настроение сейчас. Слепите свое настроение пластилином. Подумайте, на что оно похоже, на какую фигуру, предмет?

Разминая пластилин в руках, ребенок трансформирует его в то, во что захочет. Он лепит свое настроение своими руками. Работают мышцы рук, снимается излишнее напряжение, постепенно идет расслабление и появляется ощущение комфорта, снижается тревожность, улучшается настроение, школьник переключается и успокаивается. Те, кто рассержен, при работе с пластилином могут различными способами дать выход своему раздражению: мять, катать, сжимать, растягивать, скручивать, рвать на кусочки или сплющивать.

Выбирая цвет, ребенок отражает в пластилине свое эмоциональное состояние. Если выбран зеленый, то он спокоен, красный требует внимания к себе, черный недоволен своим окружением. Желтый, выбирают дети мечтатели. Оранжевый - веселые легковозбудимые. Белый цвет выбирают искренние дети, готовые сотрудничать. Розовый означает нежность, романтичность, его выбирают робкие застенчивые дети. Фиолетовый цвет выбирают дети, которые обладают развитым воображением. Синий цвет

уравновешенных и слегка флегматичных детей. Коричневый цвет усталости, сигнализирующий о необходимости снять стрессовое состояние. Дети, выбирающие серый цвет, часто чувствуют себя одинокими.

Затем обсуждается результат. На что сейчас похоже ваше настроение?

Упражнение «Лепка страха» (модификация упражнения О.В. Хухлаевой)

Цель: трансформация негативных явлений и образов в позитивные.

Школьник выбирает любой кусочек пластилина и начинает разминать его, пытаясь думать о своих проблемах, страхах, переживаниях, обидах. Примерно через 2-5 минут, работая с пластилином, расслабляются мышцы рук. Слепленную фигуру страха уничтожаем, расплющиваем или разрываем на мелкие кусочки. Из этого кусочка лепим что-то хорошее, доброе, красивое используя ещё разноцветный пластилин. Затем мы обсуждаем. Что ты слепил? Какие ощущения у тебя возникали во время лепки? Какой способ избавления от страха ты выбрал? Какой этот страх сейчас? Какие ощущения у тебя возникали во время «избавления»? Изменилось ли твоё отношение к данному страху теперь?

Суть техники заключается в том, что мы вылепливаем образ нашей проблемы, негативного чувства, настроения с помощью пластилина, а затем идет поиск ресурсов. Пластилин несет в себе метафору «Все в твоих руках, ты можешь изменить то, что тебя не устраивает. Бери и делай, у тебя все получится!».

С помощью цветного пластилина школьник выражает свои эмоции по-разному.

Упражнение «Цветная история»

Цель: способствует снятию мышечных зажимов, двигательной и эмоциональной развязке. Вначале предлагается выбрать один или несколько кусочков цветного пластилина.

- Возьми в руки пластилин разминай его долго, можно перемешать все выбранные цвета. Прислушайся к ощущениям через подушечки пальцев. Что чувствуешь? Какой пластилин послушный или нет? Из того, что получилось, создай плоскую картину или образ на картоне, размазывая пластилин, как бы рисуя. Расскажи свою цветную историю о своей работе.

Упражнение «На кого я похож» или «Ассоциации»

Цель: осознание своих личных особенностей, снятие психологического напряжения.

- Ассоциируй себя с любым предметом. На кого или на что ты похож. Подбери картинку и раскрась её пластилином.

Практически нет ни одного ребенка, который бы не любил пластилин. И это мы видим по работам школьников.

«Автопортрет. В чём секрет улыбки?»

Цель: актуализация ресурсов личности.

- Перед вами зеркало, посмотрите на себя, улыбнитесь. А теперь как фотоаппарат запечатлейте себя. Нарисуйте пластилином свой автопортрет. Желательно, чтобы другие участники не видели рисунков друг друга.

Создавая автопортрет, школьник проецирует на пластилин свои эмоциональные проблемы, рассказывая о них в символическом виде.

После выполнения я собираю портреты и показываю всем участникам. Далее прошу назвать качества, которые, по мнению ребят, принадлежат автору портрета. Затем участники отгадывают, чей это портрет. Идет обсуждение, чем портреты отличаются? Что у них общее? У всех на рисунках улыбка. Улыбаться – значит выражать свои чувства, свое расположение, доброе отношение кому-либо. Важна ли нам в жизни улыбка?

Упражнение «Красивое имя» (упражнение О.В. Хухлаевой)

Цель: повышение уровня самопринятия.

Школьнику предлагается написать свое имя пластилином.

- Представь себе, что ты работаешь в своем кабинете. Подпиши табличку, которая будет висеть на дверях твоего кабинета.

Техника «Амулет смелости» (Селиванова Е.А.)

Цель: получения мощного ресурса для приобретения уверенности в своем будущем. Создание чувства безопасности и защищенности.

Предлагается школьникам сделать с помощью пластилинографии амулет или талисман, который символизирует его смелость, уверенность, решительность, а также будет защищать от страхов и помогать в разных сложных жизненных ситуациях. Перед работой обсуждается, что такое талисман и амулет. Талисман – это предмет, выполняющий защитную функцию. Амулет – предмет, которому приписывают целебные или предохранительные от болезней и зла свойства. Амулет может исполнять желания человека, главное уметь их правильно сформулировать и не принести вреда другим своим желанием.

- Ты бы хотел иметь такой предмет? Что бы это могло быть? Как он выглядит? В чем его функция, назначение, сила? Давай слепим его?!

Школьник лепит талисман, используя разноцветный пластилин, затем рассказывает, от чего он оберегает или что позволяет достичь, преодолеть.

Техника «Солнце» (модификация упражнения О.В. Хухлаевой)

Цель: формирование позитивной самооценки.

Выполнив солнышко из пластилина, ребенок проговаривает на каждый лучик все свои положительные качества. Если ему сложно, можно помочь: «У тебя очень много положительных качеств, которые помогают тебе. Давай вместе вспомним».

Пластилин – уникальный материал, его можно использовать в сочетании с другими методами, например, сказкотерапией. В начале занятия читаю зачин сказки, а затем вместе продолжаем сочинять её, делать выводы и лепить героев этой сказки.

Дерево «Исполнения желаний»

В одном маленьком городе жили дружно трудолюбивые веселые гномы. Они строили красивые уютные дома, выращивали фруктовые сады и украшали цветами клумбы.

Но вот однажды в город зашёл незваный гость злой волшебник. Он не любил порядок и всегда был чем-то недоволен. От зависти волшебник решил наслать на город дикий ураган. Через час сильный ветер снес все дома гномов. А холодный воздух погубил цветы и фрукты в садах. Город был разрушен.

Расстроились гномы. Печальные они обратились за помощью к доброму волшебнику. Что же делать? Как дальше жить? Добрый волшебник выслушав, дал им волшебное семечко, чтобы посадить дерево «Исполнения желаний». Гномы посадили семечко прямо в центре города. Все жители бережно с любовью ухаживали за ним. Оно выросло очень быстро и отличалось от других тем, что у него были листья разной формы и бесцветные. Но самое главное это дерево могло исполнять все желания. Для этого нужно просто взять листик и на нём написать свое желание, а на обратной стороне раскрасить его пластилином в любой цвет. Если ты желаешь мира и спокойствия, выбираешь такой цвет, который у тебя ассоциируется с миром и спокойствием, например, зеленый.

Каждый житель города так и сделал. Через некоторое время город снова ожил. Трудолюбивые гномы построили современный благоустроенный уютный и красивый

город. И самое главное, жители были счастливы. Дерево желаний помогло мирным жителям и может помочь тебе. Возьми листик и напиши на нем своё желание. Переверни его и раскрась пластилином в тот цвет, который ты связал с желанием. Готовый листик с желанием повесь у себя дома на самом видном месте. И твоё желание обязательно сбудется.

Работая с пластилином, я наблюдаю положительные результаты. Лепка обладает успокаивающим эффектом. Позволяет ребенку выразить свои эмоции, выплеснуть негатив. Развивать эмоциональные навыки, такие как самоконтроль и управление чувствами. Развивает координацию, мелкую моторику, фантазию и воображение. Выполняя задание с пластилином, школьники учатся планировать работу, предвидеть результат и достигать его. Это способствует расширению жизненного опыта.

Взрослым лепка помогает снять стресс, улучшить самочувствие. Техника может с успехом применяться для профилактики и преодоления «синдрома профессионального выгорания».

Предлагаю вам сейчас выполнить одно из предложенных упражнений на выбор.

Задания для педагогов.

1.Упражнение «Красивое имя» (упражнение О.В. Хухлаевой)

Цель: повышение уровня самопринятия.

Проявите креативность, подпишите табличку на дверях своего кабинета, так как вы хотите, как видите себя.

2.Упражнение «Солнце» (модификация упражнения О.В. Хухлаевой)

Цель: формирование позитивной самооценки.

Слепите своё солнышко, проговаривая на каждый лучик все свои положительные качества.

3.«Дерево исполнения желаний»

Цель: получения мощного ресурса.

Напишите на листике свое желание. На обратной стороне листика раскрасьте в цвет вашего желания пластилином. (Звучит музыка)

4. Рефлексия

Кроме того психологами доказано, что можно лепить или рисовать пластилином перед сном, это хорошая замена телефонным играм. Процесс лепки успокаивает и даже помогает легче уснуть не только школьнику, но и нам взрослым.

Реабилитологи включают лепку в комплекс восстановительных процедур после инсульта, при нарушении памяти и координации движений.