

## Практикум

Тема: «Арттерапия - путешествие на планету творчества»

*«Создание атмосферы творчества –  
значимый успех сотрудничества»*

Форма проведения: практикум

Дата проведения: 11.04.2023 г.

Количество участников мероприятия: 48 педагогов

Цель: выявление и осознание трудно вербализуемых проблем и переживаний педагога.

Задачи:

1. Выразить свои чувства и мысли посредством графики или рисунка.
2. Способствовать самопознанию, взаимопониманию, активизации группового процесса.

### 1. Упражнение «Мой герб»

Материалы:

- макет (бумага формата А-3)
- цветные карандаши
- мелки
- краски
- кисточки
- фломастеры

Цель и задачи: развитие самоуважения и само понимания, рефлексия публичного «Я», разумная социальная активность. Осознание идентичности, достоинств, способностей, ценностей.

Инструкция:

- «Как известно в Средние века герб отражал деяния человека, его девиз, а также его происхождение и привилегии. Герб показывает в символической форме окружающим устремления и позиции человека. На листе бумаге с помощью красок или/и фломастеров изобразите свой личный герб».
- В левой части отображаются главные достижения в жизни.  
В средней части – как себя воспринимаешь (самоидентификация).  
В правой части – главная цель в жизни (цели и ценности)  
В нижней части – жизненный девиз.
- Обсуждение: после окончания рисования представления гербов друг другу. Просмотр и сравнение, нахождение совместными усилиями общего и отличительного содержания - обсуждение сходства гербов и символов.  
Затем автор говорит о собственном рисунке и о своем понимании рисунка: содержание, способ выражения, цвет, форма, композиция, размеры.

### II. Упражнение «Мир эмоций»

Цель: определить, какая эмоция нарисована

Инструкция:

- Каждый участник вытягивает одну из эмоций (жеребий) и рисует тот образ, который приходит к нему и на его взгляд отображает эту эмоцию.

- «Используя любой стиль изображения и любые художественные средства, создайте образ вины (горя, любви, утраты, счастья и др.)
- Затем все участники должны определить, какая эмоция нарисована.

Примерный перечень эмоций:

1. Радость
2. Страх
3. Зависть
4. Злость
5. Ненависть
6. Удовольствие
7. Обида
8. Предвкушение
9. Наслаждение
10. Умиротворение
11. Вожделение
12. Печаль
13. Принятие
14. Апатия
15. Вина
16. Горе
17. Счастье
18. Ревность

### III. Игра-упражнение «Сказочные существа»

Материалы:

- воздушные шары
- гуашь
- кисточки

Цель и задачи:

Проиллюстрировать процессы проекции и помочь участникам идентифицировать и корректировать фрагменты личности, которые не осознавались полностью.

Самопознание.

Сплочение группы.

Групповая динамика

Инструкция:

- «Как-то давным-давно одну страну населяли сказочные существа. Но налетел ураган и унес их. Только глубоко в пещере остались яйца этих существ. Сейчас я дам вам всем по одному яйцу, согрейте их своим теплом, и из них вылупятся сказочные существа».
- Участники берут воздушные шары, и молча что-нибудь рисуют на них.
- Каждый участник рассказывает о том, кто же появился у его «яйца»: у каждого своё имя, свой характер, где он живет, что с ним происходит и т.п.
- Разбиться на подгруппы. Сочинить истории о тех персонажах, которые есть в каждой группе.

