****

**Курмангалиева Сымбат Токтаровна**

**МҚКК «Айналайын сәбилер бақшасының тәрбиешісі**

**Павлодар облысы Аққулы ауданы Аққулы ауылы**

**Семинар-тренинг:«Арт-терапия-**

**шығармашылық терапиясы»**   
**Мақсаты:**   
• Қатысушыларға Арт-терапия туралы ұғым беру, маңыздылығын ашу.   
• Арт-терапияның түрлерімен таныстыру, тиімділерін тәжірибеде пайдалану.   
• Арт-терапияның түрлеріне арналған ойындармен танысу.   
• Қатысушылардың достық қарым-қатынасын, ұжыммен жұмыс жасауды арттыру.   
**Қолданылатын әдіс-тәсілдер:**• Шығармашылық тапсырмалар.   
• Дамытушы ойындар.   
• Пікір алмасу.   
Құрал-жабдықтар: Үнтаспа, ватман, маркер, ақ парақ қағаздар, қалам, қарындаш, краска-бояулар, кубиктер, шарлар, доп, эмблемалар, әр топқа арналған конверткалар.   
**I. Бөлім. Ұйымдастыру кезеңі**   
**I.1. Амандасу рәсімі. «Балалық шаққа саяхат».**   
-Сәлеметсіздер ме, құрметті тәрбиешілер! Біз сіздерді тағатсыздана күттік және сіздермен кездескеніміз үшін қуаныштымыз. Сіздерді ортаға шеңберге тұруға шақырамын. Баяу музыка қосылады.   
Қайырымды жандар айнала,   
Шеңберге келсін жайлана.   
Жалықпастан қайта біз,   
Махаббат сөзін айтамыз.   
Сүйеміз барлық әлемді,   
Әлемдегі бар елді.   
Бақыттымыз осы біз   
Қасымызда досымыз!- тәрбиешілер шеңбер бойына тұрады, жүргізуші шеңберде нұсқау береді: «Қазір бір сәтке балалық шағымызға саяхат жасаймыз. Сіздерді жақын туыстарыңыз бала кездеріңізде еркелетіп қалай атады, соны есімізге түсірейік. Мысалы, мені апам кішкентай кезімде «құлыным» деп атаған. Ал сізді ше?», деп допты келесі адамға береді. Ойын ары қарай жалғасады. Қаншама әдемі аттарды естідік, тамаша!   
**I.2. Топқа бөлу**. Шеңбер бойында тұрған тәрбиешілерді үш топқа балабақшадағы топ аттарымен бөлу. Эмблема тарату. «Балапан», «Ақбота», «Қызғалдақ» топтарына бөліп, орналастыру.   
Тренер: семинар-тренинг тақырыбымен таныстыру, мақсатын ашу.   
I**.3. Шығармашылық тапсырма**: Арт-терапия туралы әр топтың өзіндік ассоцациясы. Әр топқа ассоцация картасы беріледі. Берілген уақыт 2 минут. Әр топтан бір адам шығып топтың жұмысын қорғайды.   
**АРТ-терапиясы** **туралы түсінік**. Психотерапияның маңызды салаларының бірі қазіргі таңда арт-терапия болып табылады. Арт-терапия даму үстіндегі психотерапиялық әдістердің жаңа түрі болып табылады. Аталған терапияның түрі қазіргі таңда үлкен жетістіктерге ие. Алғашқы Арт-терапия түсінігі енгізілген кезде оны тек сырқат, ауру, немесе демалыс үйіндегі емделушілерге ғана қолданған болса, қазіргі кезде оның қолданыс аясы, шеңбері кеңеюде. Яғни бұл терапия адамның шығармашылық жағдайын дамытып қана қоймай, адамның бойындағы қасиеттердің мүмкіндігін түсініп ашуға да жағдай жасайды.   
Арт терапия- бұл емдеу ғана емес, сонымен креативтің дамуы, тұлғаның дамуы мен үйлесімділігі, кез-келген жағдайды шешуге көмек.   
Арт терапия бейнелік өнер арқылы жанның дамуы мен емдеудің табиғи және қолайлы әдісі. Арт-терапия терминин ғылымға 1938 жылы Адриан Хилл енгізді. Арт-терапия ағылшын тілінен аударғанда шығармашылық терапия деген ұғымды білдіреді.   
**II. Бөлім. АРТ-ТЕРАПИЯ түрлеріне тоқталу.**Арт терапияның ерекшеліктері- музыкалық терапия, қозғалмалы би терапиясы, драма терапиясы, ертегі терапиясы, ойын терапиясы, қуыршақ терапиясы, гүл терапиясы, фото терапия, оригами, этнотерпия, киндер-сюрприз, құм терапиясы, артсинтез терапиясы, библиотерапиясы, маска терапиясы т.б.   
**Музыкалық терапия**Музыка трапиясы – бұл психотерапевтикалық әдіс. Ол жағдайын емдеу арқылы музыка әсер етеді. Мұнда музыка емдік, дәрілік зат ретінде қолданылады.   
**Бейнелеу терапиясы**   
Бейнелеу терапиясын қолданудың негізгі мақсаты- баланың немесе ересек адамның қандай да бір қимылды таңдауына қарамастан, баланың өзін-өзі тануына және өз әлемінде өмір сүруіне демеу беру болып табылады. .   
Бейнелеу терапиясының түрлері: 1.Поролон бөліктерімен сурет салу.   
2.Сабынмен сурет салу.   
3.Щеткамен сурет салу.   
4.Майшаммен сурет салу.   
**Ойын терапиясы**   
Ойын терапиясы- арттерапияның түріне жатады. Бұл терапияның жүргізу үлкендер мен балалардың әлеуметтік және психологиялық мәселелерді жеңу үшін, жеке және эмоционалды дамуы үшін арнайы ойындар қолданады. Егер бала ойынға белсенді және бар ықыласымен қатынасса емдеу әсерлі болады.   
**Құм терапиясы (Sand play)**   
Құм терапиясы- адамға өзінің жан дүниесіндегі өз «Менін», өзін танытуға, өзіне өте маңызды,жан тебірентерлік және құпиясының ашылуына көмектеседі.   
**II.1**. Шығармашылық тапсырма (коллаж). Музыка терапиясы мен бейнелеу терапиясының біріктіріліп өткізілуі.   
Көңілді музыка қосылады. Әр топқа ватман мен маркер, бояулар, паралон бөліктері, сабын, майшам, щетка беріліп, тапсырманың тақырыбы баяндалады.

**Тақырыбы:** «Менің бақытты балалық шағым». Берілетін уақыт музыка біткенше. Әр топтың жұмысы қорғалады.   
**II.2.** Ойын терапиясы мен қозғалмалы би терапиясына арналған ойын-жаттығу.   
Музыка әуенімен әр топ берілген кедергілерден би билей өту арқылы, шарларды жару керек. Шар ішінде әр қатысушыға арналған сыйлық бар. Шарды жара алмаған қатысушыға екінші мүмкіндік беріліп, өз сыйлығын алуға болады.   
**Әріптестік қарым-қатынас тренингі  
Мақсаты:** Жеке тұлғаға өзіндік «Менін» тереңірек таныту, қызығушылығын ояту, өзінің  адамгершілік мінез-құлықтарына баға беру, өзіне деген сенімдік қабілетін  дамыту, ұжымдағы қарым-қатынасты нығайту.  
**Әдіс-тәсілдер**: әңгімелесу, сұрақ-жауап, ойын  
**Көрнекілігі**: Ойшылдардың сөздері жазылған плакаттар, сөздер жазылған карточкалар,   
музыка, слайд.  
**І. Сәлемдесу** (дәстүрлі емес)  
Мақсаты: Әрбір қатысушының сол топтың бір мүшесі екендігін сезінуі, бір-біріне   
жылулық сыйлау.  
Топтағы қатысушылар сыртқы және ішкі шеңберге бөлініп, бір-біріне қарама-қарсы тұрады. Содан кейін бір-бірімен мынадай қимыл-қозғалыстар арқылы сәлемдесіп шығады: алақанның сырт жағымен, саусақпен, шынтақпен, иықпен, тіземен, т.б.   
**ІІ. «Өзіңді тереңірек тани біл»**  
Нұсқау. Қазір сіздерге слайд арқылы бірнеше жеміс-жидектер көрсетіледі. Сол жеміс-жидектердің ішінен өзіңізге көбірек ұнайтынын таңдаңыз. Сол таңдау арқылы сіздің мінез-құлқыңыз қандай, соған тоқталайық.  
Қарбызды ұнататындар орнықты адамдар. Олар шиеленіске, жанжал, дау-дамайға бара бермейді. Еш уақытта еш нәрсеге шағымданбайды. Тұрмыс пен көңіл күйін тек қана өз күшімен жақсартуға ден қояды. Отбасында да үлгілі, артық ауыз сөзі жоқ. Кейде табандылық жағы ғана жетіспейді.  
Жүзімді ұнататындар өзінің де, өзгенің де сырын сақтай білетіндер. Бірақ мұндай тұйықтық, кейде шектен асып кетеді де, ел ондай адамдарға сенімсіздікпен қарауы мүмкін.  
Құлпынай ұнатсаңыз, сіз көңілді, қонақжай адамсыз. Елмен тіл табыса аласыз. Сізге сыпайылық тән, талғамыңыз нәзік. Ешкімге тәуелді емессіз. Дегенмен қызғаншақтығыңыз жоқ емес.  
Шабдаланы ұнататын адамдар көпшіл, кез-келген адаммен тіл табыса алатын ашық жарқын болып келеді. Сізден сыпайылық пен мәдениетті адамның белгілері айқын аңғарылып тұрады. Тек бір кемшілігіңіз-қиындықтарды ауыр көтересіз, кейде оларды жеңуге дәрменсіздік танытасыз.  
Егер сізге алма өте ұнайтын болса, жігерлі, бірақ аздап ескі көзқарастағы адамсыз. Өз бастығыңызға берілгенсіз, оның қандай тапсырмасын болса да, жан сала тиянақты атқаруға тырысасыз. Аздап ақын жанды, өз-өзіңізге риза адамсыз.  
Егер сіз шиені ұнатсаңыз, мінезіңіз жұмсақ, кішіпейілсіз. Өзгеге қуанышпен жақсылық жасау үшін кейде өзіңізге зиян келтіріп алуыңыз мүмкін. Өтірік-өсек сөзге жоқсыз, есесіне анекдоттарды ұнатасыз. Ал махаббат жөнінде сәби тәріздессіз, сізді оп-оңай өкпелете салуға болады.  
Қара өрікті ұнататындар өз атына айтылған сынды көтере алмайтындар. Олармен достық, жолдастық қарым-қатынас орнату да қиын болады.  
**ІҮ. Сергіту сәті «Мен ең сұлумын»**  
Бұл сергіту жаттығуы үшін екі жеңсіз көйлек (немесе алжапқыш) және екі үшкіл орамал қажет. Қатысушылар екі командаға бөлінеді. Командалардың алдында 8-10 метр қашықтықта орындықтар қойылады, оларға бір жеңсіз көйлек пен үшкіл орамалдан қойылады. Жаттықтырушының белгісі бойынша команданың бірінші қатысушысы орындыққа жүгіріп келіп, жеңсіз көйлекті киеді де, үшкіл орамалды басына тағып, дауыстап: «Мен ең сұлумын»,- деп айтады. Содан соң жеңсіз көйлек пен үшкіл орамалды шешеді де, оларды орындыққа қойып, мәре сызығына қайтып оралады.Оның соңынан ілесісушы дәл соны жасайды.    
**Ү. «Балалық шақтан қызықты оқиға»**  
**Мақсаты:** эмпатияны дамыту.  
Жүрісі: Қорапшаға билеттер салынады. Ол билеттердің арасында «балалық шақтан қызықты оқиға» деп жазылған. Кімге «балалық шақтан қызықты оқиға» билеті түссе, сол тәрбиеші өзінің балалық шақта бастан өткізген қызықты оқиғасын айтып береді.  
Өздеріңізді қалай сезінудесіз?

**III. Бөлім. Рефлексия**   
Қатысушыларды шеңбер жасатып отырғызып, алған әсерлерімен бөлісу.  
**ҮІ. Қорытынды**  
Сабақ соңында қатысушыларға өзіне және өзге адамға тілек жазу тапсырмасы беріледі. Тілектерді жаттанды сөздер арқылы, теңеу арқылы және әдеби көркем сөздер арқылы жазуға болады. Сабақты «Тілек» тренингімен аяқтау және қатысушылардың пікірін тыңдау.