

## **Коммуникативный тренинг с использованием элементов арт-терапии**

**Цель:** помощь в осознании своей индивидуальности; укрепление уверенности в себе, формирование позитивного отношения к окружающим.

**Материалы и оборудование:** стикеры зеленого цвета, фломастеры, ватман, листы бумаги формата А 4, цветные карандаши.

### **Ход занятия**

**1. Орг. момент.** – Всем добрый день! Ребята как вы думаете что помогает нам подружиться с другим человеком, что нужно сделать чтобы общаться с пользой для себя и других людей?

**2. Приветствие** *(создать положительный эмоциональный настрой, атмосферу психологической комфортности, настрой детей на сотрудничество).*

Дети сидят, руки на коленях ладошками вверх. Вед. поворачивается к соседу слева, кладёт свои ладошки на его и приветствует со словами «мне приятно тебя видеть». Упр. выполняется по кругу.

**3. Упражнение «Зеркало»** *(развитие наблюдательности)*

Все встают в круг. Вед. начинает выполнять движения: вначале крупные, заметные, а затем более мелкие. Дети повторяют. Если они не замечают мелкие движения, то надо подсказать, на какую часть тела следует обратить внимание.

А теперь подойдите к зеркалу, что мы там увидели? Можно ли увидеть внутренние качества человека?

- Действительно, в зеркале не отражаются внутренние качества человека. О них говорят наши поступки и дела. В каждом из вас много хороших, добрых, красивых качеств.

**4. Упражнение «Мой портрет»** *(повысить уровень само принятия, уверенности в себе)*

Ребята давайте каждый возьмет лист и нарисует свой портрет. Вы можете изобразить себя как хотите. Главное, чтобы рисунок отражал ваш характер.

Дети рисуют свой портрет. Описать свой рисунок. Почему ты изобразил себя именно так?

Рассказать: я какой? (в конце произнести: «Я - хороший» - сначала шёпотом, потом громче, затем очень громко). Затем все берутся за руки и громко произносят: «Мы хорошие».

**5. Беседа** *(расширение знаний друг о друге, формирование позитивного отношения друг к другу).*

- Какое твоё любимое настроение? Любимое животное? Любимое блюдо? Любимое занятие?

Поработав в парах, дети рассказывают группе о своем партнере, его увлечениях, хобби от своего лица.

### **5. Шаткий мост.**

Посмотрите у нас с вами есть тропинка. (дорожка из сенсорных дощечек), но она узкая и пройти по ней вдвоем сложно. Давайте вы попробуете пройти по ней, но так, чтобы никто не сошел с тропинки.

### **7. Упражнение. Пересядьте те кто. Ведущий дает задание:**

Поменяйтесь местами те у кого светлые волосы, поменяйтесь местами те у кого дома есть кошка и т.д.

**8. Упр. «Дерево дружбы»** (*воспитание уважения друг к другу, принятие себя*)

Вы все разные со своими увлечениями и привычками. Мы сейчас создадим дерево дружбы. На этих листочках нарисуете значок которым бы могли себя охарактеризовать. Листочки приклеим на дерево дружбы.

Именно, потому что мы такие разные и уникальные дерево получилось таким ярким.

**9. Ребята мы с вами проделали огромный путь. Ну, а сейчас я предлагаю вам всем расслабиться и помечтать. Располагайтесь поудобней.**

**(Дети слушают расслабляющую музыку и следят за воздушно-пузырьковой колонной)**

**10. Итог.** - Что нового сегодня узнали?

- Чем понравилось занятие?

Давай закончим занятие так, чтобы у каждого из вас остались положительные эмоции. Давайте что-то пожелаем друг другу на прощание. (Ход упражнения такой же, как и приветствие, только дети начинают со слов «Я желаю тебе.»)