

ДЕТЯМ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ
**ФОНДА
ПРЕЗИДЕНТСКИХ
ГРАНТОВ**



Отчёт по проекту

«АРТ-терапия источник энергии спортсмена»,
который реализуется с использованием гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества, предоставленного фондом президентских грантов

реализация 01.02.2024 по 31.12.2024



АНО «ДРОЗД-Хибины» в сотрудничестве с художником (арт-терапевтом):

- увеличили адаптационно-восстановительную базу
- внедрили эффективную арт-терапевтическую программу
- создали безопасное пространство для самовыражения и раскрытия спортсмена



Цель проекта:

Способствовать достижению гармоничного психологического состояния детей-спортсменов

Задачи проекта:

- Создать условия для взаимодействия детей-спортсменов, родителей и тренеров
- Сформировать у детей-спортсменов навыки проживания эмоций и внутренних конфликтов, научить их самопознанию и самовыражению для достижения гармоничного состояния личности путем внедрения в работу метода АРТ-терапии

Целевые группы:

- Дети-спортсмены АНО "ДРОЗД-Хибины" от 7 до 18 лет из городов Кировск и Апатиты
- Родители и тренеры детей-спортсменов АНО "ДРОЗД-Хибины"



ДЕТИ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ

ДРОЗД
ХИБИНЫ

Место проведения:

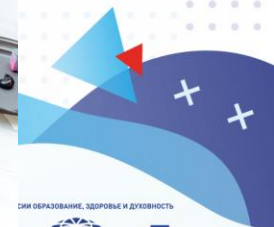
Молодёжно-культурный центр «ДРОЗД», г.Кировск, ул. Кондрикова, 4а.

Занятия проходят в виде тренингов и мастер классов (терапия изобразительным творчеством).

За 9 месяцев проекта проведено:

82 тренинга, 1020 участников

18 мастер-классов, 632 участника



СИМВОЛ ОБРАЗОВАНИЯ, ЗДОРОВЬЯ И ДУХОВНОСТИ

ДРОЗД
ХИБИН





АРТ-терапевт Куницына Анастасия

АРТ-терапевт, художник,
преподаватель художественного
отделения Детской Школы Искусств



ЛЕЧЕНИЕ ИЛИ ИГРА? АРТ-ТЕРАПИЯ И ЕЕ РАЗНОВИДНОСТИ



Арт-терапия



- метод исцеления здоровья и развития души через художественное творчество, формирует творческое отношение к жизни.

- эффективный инструмент для развития мозга, поиска новых решений для жизни, спорта.

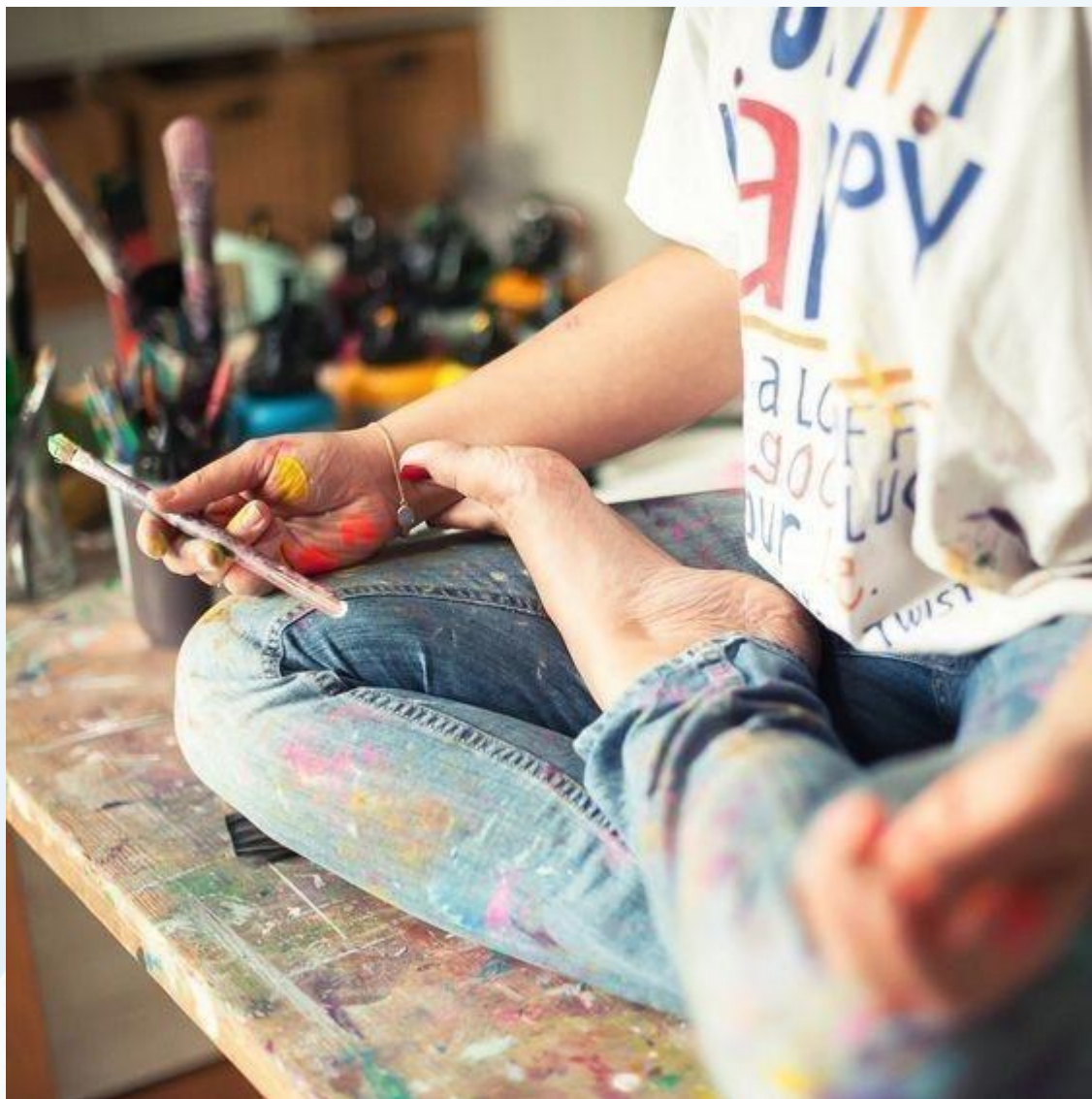
- бескрайний источник энергии и возможность снять стресс.

- путь к установлению отношений, способ социальной адаптации.

- не имеет ограничений и противопоказаний.

ДЕТЯМ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ

ДР ЗД
Х И Б И Н Ы



Направления арт-терапии соответствуют видам искусств, а разнообразие техник практически не ограничено. Давайте поподробнее разберем используемые у нас направления



НЕЙРОГРАФИКА



ЧТО ЭТО

Нейрографика- это осознанное рисование, где каждая линия – это может быть мысль.

КАК РАБОТАЕТ

Нейрографика стоит на принципах простых фигур и нейрографических линий. Во время сеанса опытный наставник или коуч объяснит, как правильно интерпретировать вашу иллюстрацию, на какие фигуры стоит обратить особое внимание.

ЧТО ДАЕТ

При помощи данного метода вы сможете научиться избавляться от негативных установок, снимать внутренние ограничения, которые мешают вам быть счастливыми, а также усиливать свои намерения и находить ответы на внутренние запросы.

ДЕТЯМ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ

ДР ЗД
Х И Б И Н Ы



АРОМАТЕРАПИЯ

ЧТО ЭТО

Разновидность альтернативной терапии, в которой используются полезные свойства растительных эфирных масел

КАК РАБОТАЕТ

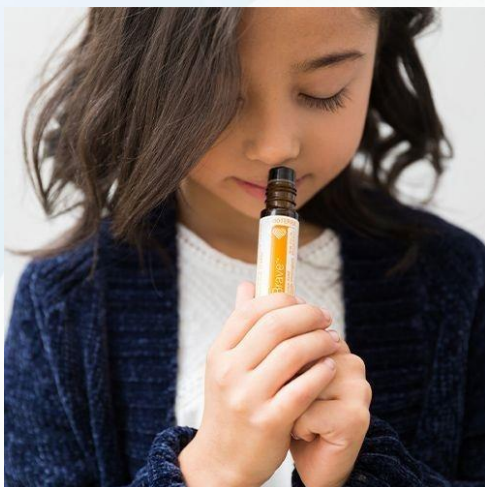
Ароматерапия действует на уровне биохимии: происходит раздражение обонятельных рецепторов, они передают информацию в мозг, который в свою очередь посылает организму тот или иной сигнал

ЧТО ДАЕТ

тонизация, снятие боли, напряжения, повышение мотивации и так далее — в зависимости от состава масла.

ПРИМЕНЕНИЕ

может рассматриваться в следующих программах: антистрессовые и релаксационные программы в том числе для кабинета психологической разгрузки; психологические арт-тренинги; индивидуальное консультирование; традиционные методики саморегуляции организма (такие как медитация и аутотренинг);



ДЕТЯМ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ

ДР ЗД
Х И Б И Н Ы

ПЕСОЧНАЯ ТЕРАПИЯ

ЧТО ЭТО

Игры с песком

КАК РАБОТАЕТ

Лепка, рисование помогают выстроить мост между внешним и внутренним мирами, отражая внутренний образ в созданном руками творении. Именно это и является основным принципом песочной терапии.

ЧТО ДАЕТ

Погружение в мир детских переживаний, релаксация и экзистенциальный поиск. Благодаря песочной терапии мы можем узнать о себе чуть больше, можем проложить символическую «тропинку», которая приведет нас к пониманию и принятию себя, своей жизни.



ДЕТЯМ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ

ДР ЗД
Х И Б И Н Ы

СКАЗКОТЕРАПИЯ



ЧТО ЭТО

Это метод психологии, использующий сказку для решения задач в области воспитания, образования, коррекции поведения, профилактики психологических отклонений, психологической и психотерапевтической помощи и др.

КАК РАБОТАЕТ

Сказка прокладывает путь из проблемной ситуации к целостности, из реальной травматичной ситуации к ее разрешению.

ЧТО ДАЕТ

Сказки также ценны тем, что помогают людям вернуться к своему эмоциональному содержанию.



ДЕТЯМ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ

ДР ЗД
Х И Б И Н Ы



ФОТОТЕРАПИЯ

ЧТО ЭТО

Этим термином обозначают набор психотехник, связанных с лечебно-коррекционным применением фотографии, её использования для решения психологических проблем, а также развития и гармонизации личности.

КАК РАБОТАЕТ

Смысл и эмоциональное содержание фотографии зависят от зрителя, потому что индивидуальные особенности человеческого восприятия и сугубо личный опыт автоматически формируют и определяют то, что человек считает реальным. Поэтому, реакция людей на интересующие их фотографии даёт возможность узнать многое о них самих, если только им задать правильные вопросы.

ЧТО ДАЕТ

Под руководством специалиста по фототерапии клиенты изучают, какое значение имеют личные снимки и семейные альбомы, их эмоциональную составляющую в дополнение к визуальной. Такая информация скрыта в личных фото клиента, но если она может быть использована, чтобы сфокусировать терапевтический диалог, то обычно возникает более или менее просматриваемая связь с подсознательным.



ДЕТЯМ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ

ДР ЗД
Х И Б И Н Ы

ТРАНСФОРМАЦИОННЫЕ ИГРЫ

ЧТО ЭТО

Это новый вид настольных игр, ориентированных на глубокое познание человеком самого себя, своих неосознаваемых потребностей и желаний, навязанных убеждений и стереотипов, своего идеального и актуального жизненного сценария.

КАК РАБОТАЕТ

В игре не только развиваются или заново формируются отдельные интеллектуальные операции, но и коренным образом изменяется позиция (ребёнка) в отношении к окружающему миру и формируется механизм возможной смены позиции и координации своей точки зрения с другими возможными точками зрения.

ЧТО ДАЕТ

Игра – это лучший инструмент природы для создания новых нейронных сетей и разрешения когнитивных трудностей.



МАК



ЧТО ЭТО

Метафорические ассоциативные карты (сокращенно – МАК) — это колода картинок с разными жизненными ситуациями, персонажами, предметами и животными. Они не похожи на игральные или гадальные карты.

КАК РАБОТАЕТ

Концентрируясь на карте и, соответственно, на метафоре, которую эта карта несет, клиент может более безопасно и безболезненно проникнуть в суть проблемы, которая его беспокоит, убрав сопротивление сознания.

ЧТО ДАЕТ

один из методов терапии и проработки конкретных запросов.

ДЕТЯМ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ

ДР ЗД
Х И Б И Н Ы

МАСТЕР-КЛАССЫ



ДЕТЯМ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ

ДР ЗД
ХИБИН

ТРЕНИНГ «ЗНАКОМСТВО С СОБОЙ»



ДЕТЯМ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ

ДРОЗД
ХИБИНЫ

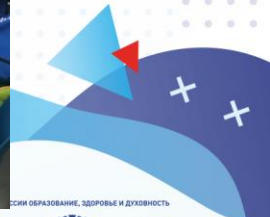
ТРЕНИНГ «УЧИМСЯ РАСПОЗНАВАТЬ УСТАЛОСТЬ И РАБОТАТЬ СО СТРЕССОМ»



ДЕТЯМ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ

ДР ЗД
Х И Б И Н Ы

ТРАНСФОРМАЦИОННЫЕ ИГРЫ



ОСНОВЫ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ



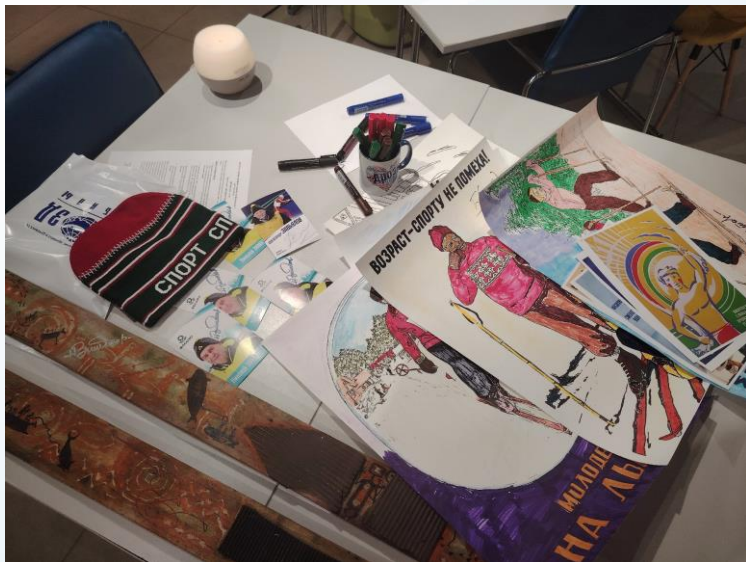
ТРЕНИНГ «ЦЕЛЕПОЛАГАНИЕ»



ДЕТЯМ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ

ДРЗД
ХИБИНЫ

МАСТЕР-КЛАССЫ С РОДИТЕЛЯМИ И ТРЕНЕРАМИ



ТРЕНИНГ «ЧТО НЕ ТАК И ПОЧЕМУ»



ДЕТЯМ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ

ДР ЗД
Х И Б И Н Ы

ТРЕНИНГ «КАРТА ЖЕЛАНИЙ»



ДЕТЯМ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ

ДРОЗД
ХИБИНЫ

Проект позволил нашим воспитанникам:

- вовремя восстанавливать психологическое здоровье и внутренний ресурс
- проработать страхи
- экологично разбирать жизненные ситуации
- находить ответы на интересующие вопросы
- сформировать стрессоустойчивость в спорте
- научил правильно выстраивать цели и мотивации для дальнейших успехов на спортивном поприще

Студия стала площадкой для взаимодействия воспитанников, родителей и тренеров, которая привела к гармоничному развитию ребенка в спорте.



ДЕТЯМ РОССИИ ОБРАЗОВАНИЕ, ЗДОРОВЬЕ И ДУХОВНОСТЬ

ДР  **ЗД**
Х И Б И Н Ы



Спасибо
за внимание!

