

Использование креативных методов в коррекционно-развивающей работе психолога системы образования

АРТТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ

В последнее время все чаще психологами системы образования стали использоваться креативные методы коррекционно-развивающей работы, а в частности, технологии Арт-терапии.

Арт-терапия в учреждениях образования — это метод коррекции и развития посредством художественного творчества. Ее привлекательность для психологов можно объяснить тем, что, в отличие от основных коррекционно-развивающих направлений, в которых используются в основном вербальные каналы коммуникации, Арт-терапия использует «язык» визуальной и пластической экспрессии. Это особенно актуально при работе с детьми и делает ее незаменимым инструментом для исследования, развития и гармонизации в тех случаях, когда ребенок не может выразить словами свое эмоциональное состояние.

Дети в большинстве случаев затрудняются в вербализации своих проблем и переживаний. Невербальная экспрессия для них более естественна. Особенно это значимо для детей с речевыми нарушениями, т. к. их поведение более спонтанно и они менее способны к рефлексии своих действий и поступков. Их переживания «выходят» через художественное изображение более непосредственно. Такой «продукт» прост для восприятия и анализа.

Важна естественная склонность ребенка к игровой деятельности, богатство детской фантазии. Учитывая это при организации коррекционной работы с элементами Арт-терапии, на занятиях создается атмосфера игры и творчества.

Многие арттерапевтические технологии уже давно используются при работе с умственно отсталыми детьми. У таких детей могут наблюдаться сложности в осмыслении заданий, возникает тревога при попытках работы с новыми материалами, появляются реакции протеста. Вот почему им необходима индивидуальная помощь. Подробно о специфике работы с детьми, имеющими особенности психофизического развития, можно ознакомиться в книге «Артпедагогика и Арттерапия в специальном образовании» [1].

Очень эффективны упражнения с элементами Арт-терапии при коррекционной работе с подростками «группы риска». Как правило, у них слабо развито рефлексивное Я, в связи с чем им очень сложно вербализовать происходящее с ними. Также для большинства из них характерно наличие негативной Я-концепции, которую можно корректировать, используя богатый ресурс Арт-технологий.

Представляют интерес арттерапевтические технологии и для работы с семьей. Через совместное спонтанное самовыражение происходит гармонизация семейных отношений. Появляется возможность дистанцироваться от семейной проблемы и взглянуть на нее с другой стороны.

Процесс художественного самовыражения напрямую связан с укреплением психического здоровья ребенка и может рассматриваться как значимый психопрофилактический фактор. Использование арттерапевтических технологий позволяет психологу помочь ребенку справиться со своими проблемами, восстановить его эмоциональное равновесие или устранить

имеющиеся у него нарушения поведения, помочь интеллектуальному развитию.

В первую главу данного пособия включены технологии, часто используемые в коррекционно-развивающей работе с детьми и их родителями. Технологии могут использоваться как самостоятельно, так и быть включенными в коррекционные программы. Во второй главе описана арттерапевтическая авторская программа «Лабиринты Я», целью которой является содействие формированию позитивной Я-концепции у подростков «группы риска».

МНОГООБРАЗИЕ АРТТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ

Философия Арт-терапии

Понятие «Арт-терапия» возникло в контексте идей З. Фрейда и К. Юнга и рассматривалось в психотерапевтической практике как один из методов терапевтического воздействия, который посредством изобразительного творчества помогал психически больным людям выразить в картинах свои скрытые психотравмирующие переживания и тем самым освободиться от них. В дальнейшем это понятие приобрело более широкую концептуальную базу.

В настоящее время понятие «Арт-терапия» имеет несколько значений:

- совокупность видов искусства, используемых в лечении и коррекции;
- комплекс арттерапевтических методик;
- направление психотерапевтической и психокоррекционной практики;
- метод.

Современная Арт-терапия включает в себя следующие направления:

- изотерапия — лечебное воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и т. д.;
- имаготерапия — воздействие через образ, театрализацию, драматизацию;
- музыкотерапия — воздействие через восприятие музыки;
- сказкотерапия — воздействие посредством сказки, притчи, легенды;
- кинезитерапия — воздействие через танцевально-двигательную, коррекционную ритмику (воздействие движениями), хореотерапию и т. д.

Существует несколько моделей Арт-терапии: эклектическая, интегративная, гуманистическая, медицинская, педагогическая. На наш взгляд, наибольший интерес представляет интегративная модель Арт-терапии, в которой присутствует большая степень взаимосвязи представленных выше направлений.

В психокоррекционной практике Арт-терапия психологами рассматривается как совокупность методик, построенных на

применении разных видов искусства в своеобразной символической форме, которые позволяют с помощью стимулирования креативных проявлений ребенка (взрослого) осуществить коррекцию психоэмоциональных, поведенческих и других нарушений личностного развития.

Сущность Арт-терапии состоит в терапевтическом и коррекционном воздействии искусства на субъекта, которое проявляется в:

- реконструировании психотравмирующей ситуации с помощью художественно—творческой деятельности;
- актуализации переживаний и выведении их во внешнюю форму через продукт художественной деятельности;
- создании новых, эмоционально позитивных переживаний, их накоплении;
- актуализации креативных потребностей и их творческом самовыражении.

Функциями Арт-терапии являются:

1. Катарсическая — очищающая, освобождающая от негативных состояний.
2. Регулятивная — снятие нервно-психического напряжения, регуляция психосоматических процессов, моделирование положительного психоэмоционального состояния.
3. Коммуникативно-рефлексивная — обеспечивающая коррекцию нарушений общения, формирование адекватного межличностного поведения, самооценки.

В Арт-терапии не делается акцент на целенаправленное обучение и овладение навыками и умениями в каком-либо виде художественной деятельности.

Задачи Арт-терапии:

1. Адаптация имеющихся арттерапевтических методик и использование их в системе психокоррекционной работы с детьми и их родителями.
2. Выявление особенностей и определение эффективности использования Арт-терапии в психокоррекционной работе с детьми разного возраста и разными нарушениями личностного развития.
3. Разработка арттерапевтических технологий и коррекционных программ, обеспечивающих коррекцию различных нарушений у детей.
4. Гармонизация психоэмоционального состояния ребенка и его социальная адаптация в культурно-образовательном пространстве посредством арттерапевтических методик.

Необходимо указать также преимущества метода Арт-терапии перед другими психокоррекционными методами. А. И. Копытин выделяет следующие из них:

- Практически каждый человек (независимо от своего возраста, культурного опыта и социального положения) может участвовать в арттерапевтической работе, которая не требует от него больших способностей к изобразительной деятельности или художественных навыков. Каждый человек, будучи ребенком, рисовал, лепил, играл. Поэтому метод Арт-терапии практически не имеет возрастных ограничений в использовании. Нет оснований говорить и о наличии каких-либо противопоказаний к участию тех или иных людей в

арттерапевтическом процессе.

- Арт-терапия является средством преимущественно невербального общения. Это делает ее особенно ценной для тех, кто недостаточно хорошо владеет речью, затрудняется в словесном описании своих переживаний, либо, напротив, чрезмерно связан с речевым общением. Символическая речь является одной из основ изобразительного искусства, позволяет человеку зачастую более точно выразить свои переживания, по-новому взглянуть на ситуацию и житейские проблемы и найти, благодаря этому, путь к их решению.
- Изобразительная деятельность является мощным средством сближения людей, своеобразным мостом между психологом (педагогом, социальным работником) и клиентом. Это особенно ценно в ситуациях взаимного отчуждения, при затруднениях в налаживании контактов, в общении по поводу слишком сложного и деликатного предмета.
- Изобразительная деятельность во многих случаях позволяет обходить «цензуру сознания», поэтому представляет уникальную возможность для исследования бессознательных процессов, выражения и актуализации латентных идей и состояний, тех социальных ролей и форм поведения, которые находятся в «вытесненном» виде, либо слабо проявлены в повседневной жизни.
- Арт-терапия является средством свободного самовыражения и самопознания. Она имеет «инсайт-ориентированный» характер, предполагает атмосферу доверия, высокой терпимости и внимания к внутреннему миру человека.
- Продукты изобразительного творчества являются объективным свидетельством настроений и мыслей человека, что позволяет использовать их для ретроспективной, динамической оценки состояния, проведения соответствующих исследований и сопоставлений.
- Арттерапевтическая работа в большинстве случаев вызывает у людей положительные эмоции, помогает преодолеть апатию и безынициативность, сформировать более активную жизненную позицию.
- Арт-терапия основана на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов саморегуляции и исцеления. Она отвечает фундаментальной потребности в самоактуализации: раскрытие широкого спектра возможностей человека и утверждение им своего индивидуального и неповторимого способа бытия в мире [2].

Анализируя данные преимущества, можно сделать вывод о «мягкости» арттерапевтических методов.

По своему характеру Арт-терапия чаще всего является не директивной. Клиенту предоставляется максимальная степень свободы. Он становится «ведущим» арттерапевтического процесса, выражая себя в том стиле и тех формах, которые соответствуют его состоянию и потребностям.

Основываясь на гуманистическом подходе, Арт-терапия преследует единую цель — гармоническое развитие ребенка с проблемами, расширение возможностей его социальной адаптации посредством искусства.

Специфика использования Арт-технологий в коррекционно-развивающей работе со старшими дошкольниками и младшими школьниками

В дошкольном возрасте происходит бурное развитие всех познавательных процессов. Ребенок приобретает чувственный опыт,

развивается ощущение и восприятие. Через манипуляцию с предметами практические действия интериоризируются, переносятся во внутренний план. Посредством рисования, конструирования, лепки, аппликации, ребенок производит продукт, отображая в нем впечатления и жизненный опыт. Особое значение Арт-технологий для развития дошкольника и младшего школьника заключается в том, что они позволяют прямо ставить перед детьми творческую задачу, давать ребенку задание придумать, сочинить, сделать что-то самостоятельно. При выполнении творческих заданий у ребенка возникает необходимость самостоятельно комбинировать свои впечатления, создавать новые произведения, находить вариативные решения при выполнении старых заданий, широко использовать свой прошлый опыт [3].

Для эффективного развития высших психических процессов очень важно развитие сенсорно-перцептивной сферы, моторики. Для решения этой задачи подходят такие технологии, как лепка из глины, соленого теста, пластилина; рисование «Волшебными красками»; «каракули»; игры с пальчиковыми куклами, изготовление таких кукол; составление мозаик, аппликаций и др.

В дошкольном возрасте формируется общий эмоциональный фон психической жизни ребенка, когда усваивается «язык» чувств. Изобразительные материалы являются лучшими помощниками для выражения своего эмоционального состояния и для обогащения эмоционального мира ребенка. Здесь помогут следующие технологии: «Монотипия», «Волшебные краски», «Парное рисование», «Рисование истории», «Рисование фигуры» и др. Важно еще и то, что на занятиях с элементами Арт-терапии ребенок может выражать и негативные эмоции, как бы «выплескивая» их на продукты своей деятельности. Он может порвать не понравившийся рисунок, деформировать и трансформировать работы из теста или глины, пачкаться изобразительными материалами, полностью закрасить свою работу и создать на ее месте новую и др. Это хороший способ снижения эмоционального напряжения.

Важной особенностью этого возрастного периода является также постепенное зарождение истинных мотивационных форм поведения, направленных на достижение успеха. При проведении индивидуальной или групповой форм коррекционно-развивающей работы важно подчеркивать успешность каждого ребенка, делать выставки работ, обсуждать с каждым ребенком особенности его индивидуального видения мира и т. д. Так формируется мотивация достижения успеха, которая необходима в дальнейшей жизни.

В развитии Я—концепции появляется сложная и достаточно устойчивая система самовосприятия ребенка: осознание особенностей своего тела, своих физических возможностей, идентификация себя с определенным полом, восприятие себя как члена определенной социальной группы. Для этих целей можно использовать следующие Арт-техники: «Рисование фигуры», «Маски», «Грани моего Я», работа с соленым тестом и др.

Так как ведущими факторами развития детей в этом возрасте являются игра и общение со взрослыми и сверстниками, хорошо было бы использовать предложенные в данном издании технологии, «упаковывая» их в игровой контекст. При индивидуальной работе, используя изобразительные и другие материалы, можно тоже придумывать интересные игры, в рамках которых ребенку предлагается создать «Каракули», «Монотипию» или действующих лиц — кукол из соленого теста.

При включении Арт-технологий в коррекционно-развивающие программы обязательно необходимо учитывать задачи, которые

решает выбранная технология, наличие необходимых материалов (их должно быть достаточное количество), время, необходимое для ее проведения.

«Монотипия»

Монотипия — это рисование на стекле с последующим отпечатыванием на бумаге, затем дорисовка любыми материалами, придание объема, дополнение коллажем, изготовление рамки.

Данная методика может применяться как в индивидуальной, так и в групповой работе.

Задачи: спонтанное самовыражение, актуализация чувств и снятие психоэмоционального напряжения, развитие вариативности мышления, восприятия, креативности.

Необходимые материалы: стеклышки или оргстекло размером 15х20 см (перед использованием стекла его края необходимо хорошо обработать в целях безопасности), гуашь (лучше свежая, жидкая), кисточка, бумага, ветошь для вытирания рук.

Ход работы: Детям предлагается нарисовать что-либо на стекле гуашью, затем отпечатать рисунок на бумагу. Следует обратить внимание детей на то, что видно через стекло в процессе отпечатывания рисунка на бумагу, как смешиваются цвета, какие новые цвета получаются, как меняется рисунок. Далее психолог предлагает детям дорисовать монотипию красками, фломастерами или карандашами до какого-либо образа, сделать рамку для получившейся картины, придумать название картины и небольшую историю о ней.

Результаты монотипии, при ее проведении в группе, обсуждаются, хотя это не обязательно и зависит от уровня развития рефлексии у детей. Иногда психолог ограничивается комментариями.

Существуют и другие варианты применения этой методики:

1. уменьшить материал с целью сплочения группы и наблюдения группового взаимодействия;
2. предложить создать на ватмане групповую монотипию и затем совместно дорисовать ее до какого-либо образа;
3. для развития восприятия детям сначала предлагается использовать в монотипии один цвет, постепенно добавляя другие цвета и анализируя их сочетание.

«Волшебные краски»

Задачи: сенсорно-перцептивное развитие, снятие эмоционального напряжения, групповое сплочение, развитие креативности.

Необходимые материалы: гуашь жидкая, пластмассовые стаканы из-под йогурта или сметаны (500 мл), количество которых должно быть равно количеству детей или цветов изготавливаемой краски, растительное масло, мука, клей ПВА, крупная соль, картон прессованный или картон для труда, клеенка, газеты, ветошь для вытирания рук. Также может понадобиться магнитофон и приятная релаксирующая музыка.

Методика может проводиться в индивидуальном и групповом режиме.

Ход работы: «Волшебная краска» изготавливается самими детьми.

Рецепт краски (в расчете на одного ребенка): 150 г муки, щепотка соли, столовая ложка растительного масла, столовая ложка клея ПВА, воды добавляется столько, чтобы краска по консистенции была, как густая сметана. Можно расстелить на полу клеенку, покрыть ее газетами. В центре ставится все необходимое для изготовления краски. Дети рассаживаются вокруг этих материалов. Хорошо, если дети будут одеты так, чтобы они не боялись испачкаться.

Первый этап: ребята в стаканчики насыпают необходимое количество муки, куда постепенно добавляют соль, масло, воду, клей. Очень важно, чтобы все компоненты смешивались руками.

При добавлении нового компонента в основу краски меняются сенсорные ощущения детей. В процессе смешивания компонентов нужно попросить ребят прокомментировать свои ощущения, чувства. Когда основа под краску готова, детям предлагается выбрать любимый цвет краски и добавить ее в основу. Если нужен яркий тон краски, то гуаши добавляется много, если бледный — немного. Таким же образом можно будет отрегулировать желание нескольких детей создавать один цвет. Он будет один, но разной интенсивности. Конечно хорошо, если цвета не будут повторяться.

Готовая краска выставляется в центр. Детям раздается картон и под приятную музыку предлагается пальчиками, используя полученную краску, нарисовать что-нибудь. Это может быть и заданная тема.

Психолог в это время, отслеживает способы взаимодействия детей, их состояния и поведенческие реакции при изготовлении краски и рисовании.

Когда работы будут готовы, следует сделать выставку с последующими комментариями.

«Пластилиновая композиция»

Задачи: развитие сенсорно-перцептивной сферы, развитие воображения, оригинальности мышления, творческое самовыражение.

Необходимые материалы: картон для труда, пластилин, различные виды макаронных изделий по 100 г, различные виды круп по 100 г, другие мелкие предметы: бусинки, пуговицы, кнопки и др.

Ход работы: детям раздают по листочку картона и пластилин. Ребенок может взять кусок пластилина понравившегося цвета и размять его в руках так, чтобы он стал мягкий. Затем пластилин наносится пальцами на картон, как бы намазывается, слоем в 3 миллиметра. При этом можно использовать и другие цвета, он не обязательно должен быть однотонным.

После этого ребятам предлагается набор крупы, макарон и мелких предметов. Вдавливая их в пластилиновую основу, дети тем самым создают композицию на свободную или заданную тему. Затем можно придумать название поделки, сказочную историю к ней, сделать выставку.

«Рисование клубком»

Задачи: повышение самооценки детей с симптомом «не умею рисовать», развитие креативности, диагностика.

Методику можно использовать как в индивидуальной, так и в групповой работе.

Необходимые материалы: клубок ниток или веревки.

Ход работы: психолог должен размотать клубок ниток и показать детям, как создать на полу или столе узоры или картины. Затем клубок берет по очереди каждый ребенок и, разматывая его, создает композицию, после чего проводится обсуждение. Психолог задает следующие вопросы:

- какие буквы ты здесь видишь;
- какие фигуры ты здесь видишь;
- можешь ли ты здесь разобрать какие-либо цифры;
- какое блюдо здесь нарисовано;
- что напоминают тебе эти линии: людей, пейзажи, какие-нибудь события.

В индивидуальном режиме эта техника может быть использована с агрессивными детьми, гиперактивными, легко отвлекаемыми и замкнутыми.

«Рисование истории»

Задачи: диагностика, коррекция неадекватных моделей поведения, разрешение внутренних конфликтов, снятие эмоционального напряжения.

Данная технология проводится в индивидуальном режиме.

Необходимые материалы: бумага, краски, карандаши или фломастеры, простой карандаш, ластик.

Ход работы: ребенку предлагается нарисовать иллюстрацию к какой-либо истории. Затем психолог проводит с ребенком обсуждение. Если предложенный ребенком сюжет носит проблемный характер, ему предлагается нарисовать рисунок на тему «Если бы эта история продолжилась, то как бы развивались события?» или «Что бы ты изменил в этой истории к лучшему».

Следующие рисунки создаются по принципу комиксов, пока проблемная ситуация не разрешится. После каждого рисунка психолог проводит обсуждение.

«Рисунок по кругу»

Задачи: сплочение группы, развитие креативности, повышение самооценки.

Эта технология проводится в групповом режиме.

Необходимые материалы: бумага, карандаши.

Ход работы: ребята рассаживаются по кругу на стульчиках, у каждого в руках карандаш и подготовленный заранее лист бумаги.

Расположенный вертикально лист делится на 3 части, и затем 1 и 3 части заворачиваются вовнутрь, подобно конверту. Далее следует инструкция: «Сейчас мы с вами вместе создадим фантастическое существо. Первый человек рисует голову, передает лист другому, и тот рисует тело, не глядя на' гоюву. Затем лист отдается третьему человеку, который рисует ноги. Следующий разворачивает лист, придумывает имя существу и небольшую историю о нем».

По сигналу психолога начинается рисование. Он может наблюдать за соблюдением правил. Когда фантастические существа готовы,

у них есть имена и истории, можно провести выставку с обсуждением и комментариями.

«Работа с соленым тестом»

Задачи: развитие сенсорно-перцептивной сферы, развитие креативности, снятие напряжения, повышение самооценки, развитие навыков невербальной экспрессии.

Техника проводится как в индивидуальном, так и в групповом режиме.

Необходимые материалы: мука, вода, соль пищевая или порошкообразная краска, клеенка, формочки кулинарные в виде фруктов, зверей, людей, домиков и др., скалка, зубочистки, ножницы, стеки.

Ход работы: приготовить тесто по следующему рецепту: смешать два стакана муки, три четверти стакана соли, одну столовую ложку масла, половину или более стакана воды. Затем к этой смеси можно добавить пищевую или порошкообразную краску.

Готовое тесто может долго храниться в холодильнике в полиэтиленовом пакете.

Сначала необходимо дать ребенку «познакомиться» с тестом, изучить его свойства, поиграть с ним. Психолог может показать разные способы выражения чувств через создание образов из теста, ролевые игры. Во-первых, это могут быть единичные символические образы, скульптурные изображения на различную тематику. Во-вторых — фигуры или изображения для ролевых игр. Последний вариант интересней, так как позволяет трансформировать образы, дополнять их новыми деталями, разрушать и опять создавать. Например, вылепить из соленого теста свой страх, а затем разрушить его, украсить, трансформировать во что-то другое. Если заняться лепкой героев любимой сказки, то с их помощью в дальнейшем можно проигрывать проблемные ситуации ребенка. Он свободно может изменять ход сказки, придумывать новых героев и др.

«Парное рисование»

Задачи: развитие саморегуляции, произвольности поведения, умения работать по правилам, развитие способности конструктивного взаимодействия.

Техника проводится в парах.

Необходимые материалы: краски, кисточки, карандаши, мелки, бумага, стаканчики для воды, цветная бумага, журналы, ножницы, клей, фломастеры, маркеры.

Ход работы: группа делится по парам, каждой паре раздается по листу бумаги, коробке красок, карандашей. Другие материалы должны лежать на отдельном столе, чтобы любой ребенок мог подойти и взять то, что ему может понадобиться. Инструкция:

«Сейчас мы будем рисовать в парах. Двое рисуют на одном листе бумаги какую-то единую композицию или образ. При этом есть очень важное условие: нельзя заранее договариваться о том, что это будет за рисунок, нельзя разговаривать в процессе работы.

Кроме красок и карандашей разрешается дополнять образ цветной бумагой, использовать готовые образы из журналов, вырезая и приклеивая их в дополнение к композиции. Начинаем по сигналу».

После того, как рисунки будут готовы, проводится обсуждение и выставка работ. Можно выбрать самую гармоничную, самую необычную или самую конфликтную работу и задать вопросы авторам (что им помогало, как они действовали, как договаривались на невербальном уровне о том, что именно будут рисовать и т. д.).

Так же обсуждается и негативный опыт взаимодействия в процессе парного рисования.

«Каракули»

Задачи: развитие сенсорно-перцептивной сферы, развитие воображения, фантазии, работа с синдромом «не умею рисовать», сплочение группы, спонтанное самовыражение, снятие эмоционального напряжения.

Технология проводится в индивидуальном и групповом режиме.

Необходимые материалы • карандаши или мелки, бумага.

Ход работы: ребенок свободно двигает карандаш по листу бумаги без цели. Получается сложный «клубок» линий, в котором следует увидеть какой-либо образ и развить его. Затем нужно выразить свои чувства и ассоциации в связи с этим образом, можно сочинить историю о нем.

Второй этап работы — трансформация полученного образа с помощью трех движений руки (3-х каракулей).

Создавая работу в групповом режиме, каждый по очереди должен рисовать каракулю, стараясь создать какой-то единый образ.

С маленькими детьми и детьми, имеющими слабо развитую моторику либо сенсорную депривацию, можно проводить рисование каракулей пальчиками, которые макаются в разную краску. Лучше в таких целях пользоваться жидкой гуашью.

«Рисование фигуры»

Задачи: осознание границ своего тела, развитие самоинтереса, формирование половой идентичности, повышение самооценки, снятие тревожности, формирование доверия, снятие эмоционального напряжения, развитие фантазии и воображения.

Техника проводится в индивидуальном и групповом режиме.

Необходимые материалы: простой карандаш, стирка, краски, кисти (разного формата), баночки для воды, карандаши, фломастеры, цветная бумага, журналы, ножницы, клей, ватман или обои.

Ход работы: ребенку предлагается постелить ватман или кусок обоев на пол и затем лечь на него так, чтобы психолог или другой ребенок мог обвести его силуэт карандашом. Затем каждый ребенок, используя любые материалы, заполняет фигуру содержанием. Это может быть какой-то наряд, костюм; автопортрет, дополненный вырезками из журнала (из чего же сделаны эти мальчишки, девчонки). Можно украшать фигуру, дополнять ее какими-либо образами.

Далее следует сделать выставку фигур, прикрепив их скотчем к стене, и провести презентацию с последующим обсуждением. Данная методика вводится в комплекс мер при работе с детьми, имеющими нарушения половой идентичности.

«Магазин» («Полки», «Страна» и др.)

Задачи: обучение через игру, развитие таких функций, как обобщение, классификация, развитие внимания, воображения и др.

Необходимые материалы: бумага, краски, кисточки, баночка для воды, карандаши, фломастеры или мелки, клей, ножницы,

Ход работы: Каждый ребенок получает лист бумаги с соответствующим заголовком, например: «Магазин игрушек», «Овощной магазин», «Обувной магазин» и др. Дети должны нарисовать либо вырезать из журналов соответствующие товары и заполнить ими свой листок.

При варианте «Полки» предлагается разлинованный лист с изображением полок и заголовком: «Полки в магазине», «Полки в мастерской плотника», «Полки в книжном магазине» и др. Ребенок заполняет их на своем листе в соответствии со своими представлениями. Он может рисовать, делать аппликацию либо вырезать образы из журналов.

При варианте «Страна» детям предлагается лист бумаги, на котором написано название страны: «Германия», «Индия» и т. д. Ребенок рисует все, что он знает об этой стране: флаг, герб, животных, которые там обитают, национальный костюм, какое-то известное сооружение, национального сказочного героя и др. Здесь так же можно использовать вырезки из журналов или аппликацию из цветной бумаги. Рекомендуется заранее рассказать детям о стране, а затем рисовать ее. Хорошей идеей, на наш взгляд, было бы создание программы путешествия по миру.

Арт-технологии в коррекционно-развивающей работе с подростками

Все чаще в последнее время психологами используются Арт-технологии в работе с подростками «группы риска», имеющими эмоциональные или поведенческие нарушения. Использование этих технологий в коррекционно-развивающей работе приводит не только к эмоциональному развитию или изменению моделей поведения ребят, но и улучшает их школьную успеваемость.

Специфика коррекционно-развивающей работы с подростками заключается в том, что развитие познавательных процессов очень часто опережает личностное развитие. Развитие эмоциональной сферы протекает бурно. Характерны: резкая смена настроений, повышенная возбудимость, импульсивность, велик диапазон полярных чувств. Использование Арт-технологий позволит психологу расширить круг интересов подростка, поможет развить самосознание и получить новый опыт общения со сверстниками, что приведет к интенсивному росту социально ценных побуждений и переживаний.

Существуют различные варианты применения Арт-технологий при индивидуальной и групповой работе с подростками. При групповой форме проведения можно выделить студийную форму занятий и тематические группы. Студийная форма предполагает наличие постоянно действующей Арт-студии для подростков. Она может быть организована на базе кабинета психолога либо изо-

кабинета. Режим работы студии — 1 раз в неделю по 1,5—2 часа.

В студии должны находиться различные изобразительные материалы, магнитофон и набор аудиозаписей, куклы (перчаточные, марионетки и т. д.), элементы различных театральных костюмов, большое зеркало. Занятия в студии не предполагают постоянной группы и тем. Любому подростку разрешается прийти в студию, чтобы участвовать в ее работе. Тема определяется потребностями собравшейся группы. Можно работать и без общей темы, главным будет творческое самовыражение каждого участника группы. Тематическая группа предполагает работу над определенной темой. Режим работы такой же: 1 раз в неделю по 1,5—2 часа. Работа над темой предполагает от 5 до 12 встреч (занятий, сессий). Тема определяется психологом и ее разработка должна быть направлена на решение конкретных задач. Так, задачами занятия по теме «Лабиринты Я» будут: рефлексия Я-схем подростка; развитие самоинтереса, повышение самооценки, реабилитация Я-концепции подростка; формирование мотивации на саморазвитие и самореализацию и др. Для проработки темы могут использоваться различные Арт-технологии: «Коллаж», «Герб и символ», «Маски», «Метафорический автопортрет» и др. Следует вводить элементы драматерапии, сказкотерапии, танцевально-двигательной терапии и др.

Рекомендуются техники Арт-терапии, направленные на решение задач развития познавательной сферы, эмоционально-волевой сферы и др*. Примером тому является авторская программа «Лабиринты Я», представленная во второй главе данного пособия. Желательно проводить комплексные занятия, характеризующиеся сочетанием нескольких технологий, т. к. они более эффективны. «Коллаж»

Задачи: развитие самоинтереса, повышение самооценки, рефлексия различных «Я~схем», развитие креативности.

Необходимые материалы: журналы, газеты, ножницы, фломастеры, клей, бумага.

Ход работы: необходимо вырезать из газет и журналов картинки, лозунги, слова, части текста и из них составить композицию на заданную тему.

Если для завершения композиции не хватает материала (его не нашлось в предлагаемых журналах), тогда разрешается дорисовать ее фломастерами и карандашами. Темы могут быть различными, но в контексте данной работы наиболее интересны темы «Грани моего Я», «Я глазами разных людей», «Я глазами родителей», «Я глазами учителей», «Реальное Я — Идеальное Я» и т. д.

Допускается проведение этой работы как в индивидуальном, так и в групповом режиме.

По окончании работы каждый коллаж должен быть назван и представлен. Психолог получает достаточно большое количество информации о каждом подростке или о всей группе, если работа групповая. Во-первых, появляется возможность отследить стратегии взаимодействия подростков в группе в процессе деятельности, определить социальный статус подростка. Во-вторых, анализируя коллаж, делаются выводы об уровне развития Я-концепции подростка, ее полярности, степени выраженности тех или иных качеств. Часто у подростков с негативной Я-концепцией в коллаже присутствует тема разрушения. Негативного намного больше, чем позитивного, поэтому при обсуждении работ ребята начинают со своих отрицательных черт, не зная, что сказать о положительных.

Эту технику можно использовать самостоятельно, а можно включать в различные коррекционные программы. Целью является рефлексия составляющих Я.

«Маски»

Задачи: развитие самоинтереса, осознание многогранности своего Я и принятие различных его сторон, повышение самооценки.

Необходимые материалы: бумага, краски, фломастеры, карандаши, восковые мелки, ножницы, журналы, газеты, цветная бумага.

Ход работы: подросткам предлагается сделать маску. Темы работы над масками могут быть разными: «Маска для родителей», «Маска для друзей», «Персона», «Тень» и др. Главное, чтобы маска отражала его внутренний мир, характеризовала его. Перед началом работы следует рассказать о том, что есть маска для человека, для чего в разных культурах применяются маски. На листе бумаги рисуется овал по размеру лица подростка, определяется место для глаз и рта. Затем, используя краски, карандаши, журналы и др., маска наполняется содержанием. В своей творческой работе дети остаются свободными от каких-либо правил. Подросток сам должен придумать ее и воплотить на бумаге. Следующий этап — маску необходимо вырезать, одеть себе на лицо. Затем маска «оживает» и ей предоставляется время для выступления. Далее группа делится на пары и внутри каждой пары происходит обмен масками. Надев на себя маску партнера, подросток повторяет те слова, которые сказала маска, будучи одетой на партнере. «Хозяин» маски должен рассказать о том, что он чувствует, когда видит свою маску на другом человеке и слышит свои слова. Затем те же действия совершает второй партнер.

«Метафорический автопортрет»

Задачи: развитие интереса к себе, осознание различных ролей и развитие гибкого ролевого поведения, формирование эго-идентичности, развитие креативности.

Необходимые материалы: бумага, краски, карандаши, фломастеры, журналы, ножницы, клей, цветная бумага.

Ход работы: необходимо представить себя в виде какого-нибудь предмета или животного, которым подросток себя ассоциирует.

Можно нарисовать с одной стороны листа предмет, а с другой — животное либо растение. После создания образа необходимо рассказать о нем от первого лица либо придумать историю (сказку), в которой бы рассказывалось о том, кто он, как его зовут, что он любит и что не любит и т. д.

Далее разрабатывается и разыгрывается сценарий, в котором должны участвовать все эти герои.

«Герб и символ»

Задачи: интеграция «Я-схем», повышение самооценки, формирование культурной идентичности, развитие креативности.

Необходимые материалы: бумага, картон, ножницы, клей, цветная бумага, фольга, краски, карандаши, журналы, пластилин, соленое тесто.

Ход работы: подросткам предлагается из бумаги, пластилина или соленого теста изготовить символ или герб, отражающий как можно полнее свойства его личности. Следует привести примеры известных в истории гербов и символов, рассказать о смысле включенных в гербы образов.

После выполнения этого задания необходимо провести обсуждение. Каждый подросток должен представить свой герб или символ, расшифровать образы, включенные в него. Можно сделать выставку гербов и символов.

«Вырезанные формы»

Задачи: развитие воображения, актуализация чувств и снятие эмоционального напряжения.

Необходимые материалы: бумага, карандаши, фломастеры, мелки, краски, кисточки, баночка для воды.

Ход работы: ребятам предлагается на листах бумаги начертить какую-нибудь фигуру, затем вырезать ее и создать на ней изображение. Затем рисуется другая фигура, которая тоже заполняется изображением. Когда у каждого есть по 2 готовые фигуры, можно сделать выставку фигур с последующим обсуждением. Ребята должны ответить на следующие вопросы:

- зависит ли содержание созданного образа от формы фигуры;
- на какие размышления наводит форма фигуры и т. д.

«Дневные события»

Задачи: актуализация чувств, связанных с каким-либо событием; дистанцирование от события с целью взглянуть на него с другой стороны; накопление положительного опыта; снятие психоэмоционального напряжения.

Необходимые материалы: журналы, фотографии, ножницы, клей, бумага, цветная бумага, фольга, краски, кисти, баночка для воды, карандаши, фломастеры, мелки.

Ход работы: подросткам предлагается определить, события какого дня они хотели бы восстановить в памяти, а затем передать их содержание на бумаге с помощью изобразительных материалов. Важно вспомнить людей, участвующих в этих событиях, обстановку, детали. Когда эта работа будет завершена, нужно провести обсуждение и сделать выставку поделок.

Ребята узнают тему занятия заранее и приносят из дому материалы, которые можно будет использовать в работе (фотографии, журналы и др.).

Таким образом, подростки снова смогут пережить свой прошлый опыт, негативный или позитивный, абстрагироваться от него, осуществить контроль за своими чувствами, актуализирующимися в процессе работы. Кроме того, ребенок может проиграть события того дня, используя метод драматизации: побывав в разных ролях, у ребенка появляется возможность взглянуть на ситуацию с разных точек зрения.

В конце необходимо обсудить в группе возможные варианты тех «дневных событий».

«Окружающая среда»

Задачи: осознание своих телесных границ, причинно-следственных связей человека и среды, социальная идентификация, развитие вариативности мышления.

Необходимые материалы: журналы, фотографии, ножницы, клей, бумага, цветная бумага, фольга, краски, кисти, баночка для воды, карандаши, фломастеры, мелки.

Ход работы: подросткам предлагаются журналы, в которых необходимо выбрать понравившуюся фигуру человека и вырезать ее.

Эта фигура приклеивается на лист бумаги и вокруг нее создается окружающая среда (предметное пространство или пейзаж). Затем проводится выставка и обсуждение.

«Автопортрет»

Задачи, психодиагностика, развитие интереса к себе, повышение самооценки, развитие позитивной Я-концепции, развитие саморегуляции и самоуправления.

Необходимые материалы: бумага, обои, ватман, краски, кисти, стаканчик для воды, журналы, ножницы, клей, карандаши, фломастеры, мелки, цветная бумага, фольга, пластилин, соленое тесто или глина, ветошь для вытирания рук, материалы для изготовления марионетки (даны ниже).

Ход работы: подросткам предлагается, используя различные материалы, создать свой автопортрет. Существует несколько вариантов такой работы:

- Обвести свою фигуру на ватмане или куске обоев, затем дорисовать автопортрет. Можно использовать для заполнения фигуры разные материалы, придумывать оригинальную одежду, отражающую внутренний мир подростка, отобразить в рамках силуэта свои ощущения в разных частях тела и др.
- Нарисовать шарж на себя с преувеличением тех черт, которые не нравятся в себе. Рекомендуется сделать изображение в полный рост, используя при этом различные материалы.
- Вылепить из соленого теста, пластилина или глины свой автопортрет, фигуру или маску. Перед работой над маской подросткам предлагается закрыть глаза и медленно исследовать руками свое лицо, стараясь запомнить его особенности, а затем приступить к лепке. Можно усложнить это упражнение. Для этого подросткам предлагается вылепить свой автопортрет с закрытыми глазами.
- Изготовить изображающую подростка марионетку, для чего каждому ребенку понадобятся следующие материалы:

- два куса ткани размером 50х50 см для верхнего платья и 70х70 см для нижнего платья (брюк);
- футляр от киндер-сюрприза как основа для головы;
- четыре-пять мелких предмета: бусинки, кнопки, скобки, бисер и т. п. Эти предметы помещаются в футляр от киндер-сюрприза.

Каждый предмет наделяется качеством, которого у подростка нет, но хотелось бы иметь или развить в себе (эффект «мозгов»

Страшилы из сказки «Волшебник изум-

рудного города»). При движении марионетки мелкие предметы в футляре будут шуметь, создавая тем самым эффект действия заложенных качеств, их присутствия;

- вата для головы и рук;
- чулок для головы и рук;
- нитки, мочалка, магнитная лента от аудиокассеты либо что-то другое для изготовления волос;
- пуговицы или клеящаяся бумага для глаз и рта;
- нитки типа ирис для «подвязывания» марионетки;

— 2 иглы (маленькая и большая), ножницы, клей;

— украшения для марионетки.

Изготовление куклы начинается с головы. Для этого капсула от киндер-сюрприза (с начинкой из мелких предметов) плотно оборачивается ватой. Если у куклы должна быть большая голова, значит ваты понадобится побольше. После того, как основа головы готова, она обтягивается чулком телесного цвета и сшивается на «затылке» куклы. Затем поверх облицованной основы голова снова обтягивается чулком телесного цвета или другой тканью для лица (куклу можно сделать темнокожей, розовой и т. д.). Важно, чтобы в том месте, где у куклы начинается шея, остался «хвостик» из ткани или чулка не менее 5 см. Волосы и украшения на голову пришиваются в последнюю очередь.

Костюм куклы (верхнее платье) шьется из цветной красивой ткани. В середине ткани делается надрез, куда продевается «шея-хвостик» куклы. Далее ткань расправляется и пришивается к «шее» куклы.

Для изготовления нижнего платья рекомендуется взять ткань размером 70х70 см. В середине кусочка нужно сделать маленькую дырочку и просунуть в нее «хвостик», к которому уже пришито «верхнее платье». Далее «нижнее платье» тоже пришивается к «шее» куклы.

Руки куклы изготавливаются из той же ткани, что и лицо. Из нее нужно вырезать два квадрата размером 7х7 см. В центр этой заготовки кладется вата. Затем квадрат связывается узелком, в результате чего получается «кулачок» куклы. Для того, чтобы пришить руки, нужно положить куклу на стол, разложить «верхнее платье» треугольником и, слегка подвернув ткань в двух верхних углах вовнутрь, пришить туда руки.

Когда костюм куклы готов и руки вшиты, следует подумать об украшении куклы: сделать ей прическу (нитки, магнитная лента, мочалка и др.), дополнительные детали костюма — все, что подскажет воображение изготовителей куклы.

Когда кукла будет полностью готова, ее нужно «подвязать». Для этого берется толстая длинная игла, заправленная толстой нитью (лучше, если это будет ирис). С помощью иглы голова куклы протыкается насквозь в области висков. Длина нити над головой куклы должна быть не больше 12—15 см, чтобы ребенку было удобно ей управлять. Концы нити связываются. Подвязать руки можно следующим образом: один конец длинной нити привязывается к запястью правой руки куклы, а другой — к левому запястью. Кукла готова.

Следующим этапом будет обучение подростка управлять марионеткой. Учась управлять ей, он учится управлять собой.

Готовые марионетки потом будут использоваться для импровизаций как в групповой, так и в индивидуальной работе.

Когда автопортрет (марионетка, шарж или др.) готов, можно провести выставку с обсуждением:

— что получалось, а что нет;

— понравилось ли работать над созданием автопортрета;

— какие качества в себе нравятся, а какие нет и т. д.

С художественной точки зрения, основа работы над автопортретом — осмысление художником своего духовного склада,

постижение характера, своих привязанностей и склонностей, достоинств и недостатков, воззрений на мир, человека, природу. Момент создания автопортрета — итог самопознания [4].

«Грани моего Я»

Задачи: осознание характеристик своего Я, их интеграция; повышение самооценки; снятие напряжения, связанного с неприятием отдельных черт своей личности.

Необходимые материалы: карандаши, фломастеры, мелки, краски, кисти, стаканчик для воды, журналы, ножницы, клей, бумага. ~ ,

Ход работы: подростку предлагается лист бумаги, в центре которого он должен написать свое имя либо приклеить свою фотографию. Разрешается нарисовать свой портрет. Вокруг себя необходимо разместить образы, отображающие разные грани личности. С помощью карандашей определяются различные зоны своего Я разным цветом: духовную, интеллектуальную, физическую и иные аспекты личности, разместив в этих зонах соответствующие образы. Другим вариантом будет изображение граней своего Я в виде сообщества различных персонажей. Когда работа закончена, нужно презентовать ее, рассказав о каждом образе. Следующий шаг — проведение выставки работ.

Психологу следует обратить особое внимание на расположение образов, их размер, цветовую гамму и другие особенности.

«Прошлое, будущее, настоящее»

Задачи: интеграция опыта; снятие психоэмоционального напряжения, связанного с событиями прошлого, настоящего; построение жизненной перспективы.

Необходимые материалы: карандаши, фломастеры, мелки, краски, кисти, стаканчик для воды, журналы, ножницы, клей, бумага.

Ход работы: подростки получают задание создать три рисунка или композиции, иллюстрирующих их прошлое, настоящее и будущее. Возможны различные варианты выполнения этого задания:

- составление коллажей по этой тематике, используя журналы, газеты, свои фотографии и другие материалы;
- в каждой из картин, по заданной тематике, изобразить людей, занимающих важное место для ребенка в прошлом, настоящем, будущем;
- при изображении будущего, представить его в виде перекрестка с тремя путями: направо пойдешь..., прямо пойдешь. ..., налево пойдешь...

Следующий шаг — презентация своих работ, с подробным описанием каждого образа. Из этих работ можно затем сделать выставку.

Платон определял для человека три наиболее важных вопроса, на которые человек должен получить ответ в своей жизни. Первый вопрос: «Кто я?» — это аспект настоящего. Второй вопрос: «Откуда я пришел?» — это аспект прошлого. Третий вопрос: «Куда

иду?» — это аспект будущего. В процессе работы у подростков происходит структурирование и интеграция своих представлений, проектируется будущее. Данная технология представляет собой интерес и в плане диагностики. Проанализировав работы подростков и их интерпретации, можно получить достаточно много материала о прошлом опыте, настоящей ситуации и представлениях о будущем.

«Проблемы»

Задачи: снятие напряжения, развитие способности посмотреть на проблему с другой стороны.

Необходимые материалы: карандаши или краски, кисти, стакан для воды, бумага.

Ход работы: необходимо на листе бумаги изобразить наиболее значимую проблему либо ту, которая имеет устойчивый характер.

Затем детям предлагается нарисовать выгоду, которая напрямую связана с этой проблемой. Следующий шаг — с обратной стороны работы ответить на вопросы, связанные с конкретной проблемой подростка:

- для чего мне нужно быть «трудным»;
- для чего мне нужно постоянно ссориться с подругами;
- для чего мне нужно грубить учителям и др.

Главное, чтобы ребенок ответил на все вопросы. Затем проходит обсуждение.

Арг-технологии в работе с семьей

В последнее время все чаще специалисты привлекают к кор-рекции-развивающим занятиям родителей. При организации индивидуальных занятий ребенок рассматривается в качестве источника своей проблемы и задачей психолога будет ее решение.

Ребенок является членом семьи и часто его проблема — это проблема семьи, значит, психологу необходимо привлекать к коррекционной работе и семью. Б. Икер отмечает, что семейная игровая психотерапия дает родителю возможность наблюдать ребенка в процессе символической игры и тем самым понять то, как он относится к ситуации в семье и к самому родителю [5].

При наблюдении за совместной игрой ребенка и родителей психолог обращает особое внимание на проявление дисфункциональных семейных паттернов, сплоченности и способности к адаптации членов семьи, на формирование внутрисемейных коалиций, конфликтов и способов их преодоления. Необходимо учитывать использование родителями тех или иных дисциплинирующих и ограничительных воздействий на ребенка, выражение положительных и отрицательных эмоций, способность членов семьи получать удовлетворение от совместной игры, близость их расположения друг к другу, распределение ролей и властных функций, особенности принятия решений и иные аспекты игрового взаимодействия. Кроме того, оценивается содержание или тема игры и характер выбранных персонажей. Это дает психологу большой диагностический пласт, с которым затем можно будет работать. Психолог обращает внимание как на процесс, так и на результат совместной деятельности членов семьи, в частности, на то, кем выбирается тема рисунка, на проявления сотрудничества или, напротив, возникновение конфликтов в ходе работы, на степень вовлеченности каждого члена семьи в процесс рисования, а так же на характер самого изображения.

Если вы ведете коррекционно-развивающие занятия с детьми, не бойтесь хотя бы 1 раз в месяц провести очередное занятие с

родителями. Это позволит вашим детям сепарироваться от группы и психолога, а также применить новые навыки в своей социальной среде. На таком занятии родители будут учиться совместному конструктивному взаимодействию с детьми, посмотрят на них с дру-

гой стороны, увидят модели взаимодействия между другими детьми и родителями.

На базе кабинета психолога может существовать Арт-студия для родителей, целями которой будут: творческое самовыражение родителей, встречи с другими родителями и проработка различных тем (вариант родительского клуба) и т. д.

Многие арттерапевтические технологии можно использовать на родительских собраниях, например, Арт-технология «Наши маски» хорошо иллюстрирует детско-родительские взаимоотношения. Такое собрание не только долго помнится, но и действует на родителей более эффективно, чем любая лекция.

При организации работы с родителями психологу нужно помнить, что предложение участия в коррекционно-развивающем процессе должно заинтересовать взрослых, быть доступным для исполнения и понимания, должно быть результативным по отношению к каждому из них. По мнению многих психологов, Арт-технологии отвечают этим требованиям как нельзя лучше.

«Семейные портреты»

Задачи: диагностическая, актуализация стилей взаимоотношений в семье, осознание семейных ролей и отношений.

Необходимые материалы: карандаши, фломастеры, мелки, краски, кисти, стаканчик для воды, журналы, ножницы, клей, бумага.

Ход работы: на одном листе, используя различные изобразительные материалы, необходимо изобразить свою семью. Это может быть реалистическое изображение, символическое либо абстрактное. Между членами семьи на рисунке разрешается написать диалоги, как в комиксах. Для большей полноты изображения используются журнальные и газетные вырезки, которые бы иллюстрировали отношения в семье.

Эту технологию можно проводить только с детьми, а можно и совместно — дети-родители, что даст дополнительную диагностическую информацию о стилях взаимодействия между членами семьи.

По окончании работы проводится обсуждение: какой образ семьи изображен (реальный, идеальный), что было самым сложным в данной работе и др.

«Наши отношения»

Задачи: осознание семейных ролей, гармонизация отношений, осознание необходимости гибкого ролевого поведения.

Необходимые материалы: карандаши, фломастеры, мелки, краски, кисти, стаканчик для воды, журналы, ножницы, клей, бумага.

Ход работы: эта технология проводится совместно с детьми и родителями. Работа ведется в парах ребенок-родитель. Эти пары должны изображать игру родителей с детьми. Сначала ребенок играет роль «родителя» и вместе со своим «ребенком» создает рисунок, учит его рисовать, помогает ему. Затем роли меняются. Ребенок вновь становится «ребенком» и родитель играет с ним, создавая рисунок. Оба рисунка по окончании игры презентуются и происходит обсуждение: что чувствовали оба участника в разных ролевых позициях; что было самым сложным; был ли негативный опыт и др.

«Семейное событие»

Задачи: актуализация позитивного эмоционального опыта, гармонизация семейных отношений.

Необходимые материалы: карандаши, фломастеры, мелки, краски, кисти, стаканчик для воды, бумага.

Ход работы: ребенок вместе с одним или двумя родителями рисует какое-нибудь значимое семейное событие (день рождения, свадьба родителей и др.), а на другой стороне рисунка его авторы должны написать как можно больше ассоциаций, связанных с этим событием.

Когда работа готова, можно обсудить результаты, сделать выставку работ.

Психологу очень важно проследить способы взаимодействия ребенка и родителей в процессе занятий.

«Важные вещи»

Задачи: сближение детей и родителей, гармонизация семейных отношений, развитие способности к принятию точки зрения другого.

Необходимые материалы: карандаши, фломастеры, мелки, краски, кисти, стаканчик для воды, журналы, ножницы, клей, бумага.

Ход работы: родители и дети рассаживаются по отдельности. Каждый получает задание нарисовать то, что является для него сейчас самым важным. Рекомендуется использовать готовые образы из журналов, составить коллаж на эту тему. Затем каждая работа обсуждается.

Ребенок может обменяться своей композицией с родителем и объяснить его работу со своей точки зрения. Родитель тоже пробует объяснить композицию (рисунок, коллаж) своего ребенка. Важно определить, насколько родитель понял своего ребенка, а ребенок понял родителя.

После обсуждения в классе организуется выставка — «Самое важное для нас», где будут представлены работы детей и родителей.

«Наши маски»

Задачи: осознание родительских установок, развитие интереса к своему ребенку, гармонизация семейных отношений.

Необходимые материалы: карандаши, фломастеры, мелки, краски, кисти, стаканчик для воды, журналы, ножницы, клей, бумага.

Ход работы: Родители и дети отдельно друг от друга, в разных кабинетах, изготавливают маски на тему: «Я глазами ребенка (родителя)». Затем дети отпускаются. Все маски перемешиваются и родители должны отыскать маски своих детей. Взяв свою маску и маску своего ребенка, нужно их сравнить, рассказать о том, по какому принципу осуществлялся поиск, что при этом было самым сложным, насколько хорошо я знаю своего ребенка и т. д.

Можно сделать выставку «Наши маски», собрав по парам работы детей и родителей.,

«Совместное семейное рисование»

Задачи: снятие эмоционального напряжения, гармонизация семейных отношений, освоение новых ролей и гибкого ролевого поведения в семье.

Необходимые материалы: карандаши, фломастеры, мелки, краски, кисти, стаканчик для воды, журналы, ножницы, клей, бумага.

Ход работы: эта технология относится к тематическому семейному рисованию. Тем может быть много, например, «Жизнь»,

«Любовь», «Счастье» и др. Используя предложенные материалы, родители с ребенком создают композицию на предложенную тему. До рисования желательно обсудить заданную тему. Когда композиция готова, ей дается название и совместно придумывается история на данную тематику. Затем проводится обсуждение семейных ролей и отношений в совместном творчестве. Такая работа позволяет гармонизировать семейные отношения.

«Неполная семья»

Задачи: развитие способности посмотреть на проблему с другой стороны, интеграция опыта, снятие психоэмоционального напряжения.

Необходимые материалы: карандаши, фломастеры, мелки, краски, кисти, стаканчик для воды, журналы, ножницы, клей, бумага.

Ход работы: эта технология проводится с членами неполной семьи. Каждому человеку предлагается лист бумаги и различные изобразительные материалы. Необходимо на бумаге изобразить все плюсы и минусы неполной семьи. Можно делить лист на равные части, можно создавать коллаж.

Когда работа закончена, необходимо рассказать о своей композиции, останавливаясь на каждом образе. Важно, чтобы высказался каждый член семьи.

ИСПОЛЬЗОВАНИЕ АРТТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ТЕХНОЛОГИЙ В КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЕ

Структура коррекционно-развивающего занятия с элементами Арт-терапии

Арт-терапевтические занятия проводятся как в индивидуальной, так и в групповой форме.

При индивидуальной форме работы, на каждом занятии разрабатывается какая-либо тема с использованием разных материалов и технологий. Здесь возможны 2 варианта:

1. Психолог предлагает темы для разработки, подобранные в соответствии с поставленной целью. Например, цель занятий — снижение уровня агрессивности подростков. Первой темой в данном цикле может быть тема «Изображение своего состояния». Ребенку предлагаются всевозможные материалы, с помощью которых он попытается выразить свое отношение к данной проблеме. Затем происходит обсуждение психологического состояния ребенка. Психолог выясняет что чувствует ребенок, когда приходит гнев, злость, что он хочет сделать в этот момент, как реагирует на изменение состояния и т. д. Следующей темой может быть «Злость». Ребенок должен нарисовать данное чувство либо вылепить его из теста или пластилина. Интересным вариантом было бы выражение его через музыку или пластику. Важно «познакомиться» со злостью, научиться распознавать ее и управлять ей. Логическим продолжением темы «Злость» будет тема «Способы выражения злости и гнева».

Разрешается рвать и резать бумагу, лепить шары и скульптуры из шаров, ломать пластилиновые поделки и другие способы выражения агрессии. Решению этой задачи нужно посвятить несколько занятий. Затем темы встреч должны быть посвящены самоисследованию, поиску внутреннего ресурса, гармонизации эмоционального состояния.

2. Учащимся предоставляется свобода выбора тем. Ребенок, который приходит на занятие, сам определяет, что он будет сегодня делать и какая проблема его интересует. Психолог выступает как лицо, сопровождающее процесс Арт-терапии и самовыражения, инициируя обсуждение продуктов деятельности.

Как же следует проводить обсуждение? J. Bowers предлагает следующие инструкции по обсуждению изобразительного материала:

- «Дайте клиенту рассказать о своей работе так, как он этого

хочет» — это основополагающее, «золотое» правило.

- «Попросите клиента прокомментировать те или иные части рисунка, прояснить их значение, описать определенные формы, предметы как персонажи». Следование этому плану поможет избежать преждевременных предположений относительно содержания работы.

* «Попросите клиента описать работу от первого лица и, возможно, сделать это с каждым из элементов изображения. Клиент может построить диалоги между отдельными частями работы, независимо от того, являются ли эти части персонажами, геометрическими формами или объектами». Комментарии клиента могут касаться внешних или внутренних свойств предмета. Если ребенок вылепил из теста или пластилина какого-то героя, следует спросить: какую сказку он любит больше остальных, из нее ли этот герой, похож ли он на любимую игрушку, какой это персонаж — добрый или злой и т. д.

- «Если клиент не знает, что означает та или иная часть изображения, Арт-терапевт может дать объяснение, однако следует спросить клиента, насколько это объяснение представляется ему верным». Верность интерпретации проверяется как по вербальным, так и по невербальным реакциям клиента. Если объяснение не вызывает никакой реакции, оно неверно, либо клиент еще не готов принять его.

- «Побуждайте клиента фокусировать внимание на цветах. О чем они говорят ему? Даже если он не знает, что цвет означает, фокусируясь на цвете он может что-то осознать». Необходимо учитывать, что цвета могут использоваться по-разному: отражать свойства объектов или отношение автора к этим объектам.

- «Старайтесь фиксировать особенности интонации, положение тела, выражение лица, ритм дыхания клиента. Используйте эти наблюдения для дальнейшего расспроса клиента либо, при сильном напряжении, для переключения на другую тему».

- «Помогайте клиенту осознать связь между его высказываниями о работе или ее частях и его жизненной ситуацией, осторожно задавая ему вопросы о том, что в его жизни происходит и как это может отражать его работа». * «Обратите особое внимание на отсутствующие части изображения и пустые пространства на рисунке». Отсутствие той или иной части необязательно должно иметь символическую нагрузку. Важно, как объясняет это сам клиент. • «Иногда следует принять изображение буквально, иногда следует искать нечто противоположное изображенному, в особенности, если есть основания для такого предположения». Если изображение

не соответствует реальному образу, то это может быть изображение клиента с сильным Эго, уверенного в себе, либо нереалистический (идеальный) образ Я клиента со слабым Эго.

- «Просите клиента рассказать о том, что он чувствовал в процессе создания работы, до ее начала, а также после ее завершения». Необходимо спрашивать о самочувствии клиента в разные периоды работы, таким образом можно избежать многих защитных реакций.
- «Предоставьте клиенту возможность работать в удобном для него темпе и с сознанием того, что он будет изображать нечто, что может изобразить, и отражать те состояния, к исследованию которых он готов». Хорошо, чтобы клиент почувствовал, что он сам контролирует процесс и его результаты.
- «Стремитесь выделять в работах клиента наиболее устойчивые темы и образы». Со временем клиент будет готов увидеть в своих работах единые смысловые линии [6, с. 144]. Хотя арттерапевтическая работа с детьми и подростками чаще проводится с обсуждением, существует немало исследований, в которых доказывается, что эффект достигается без какой-либо вербализации. Групповые формы арттерапевтической работы подразделяются на студийную, аналитическую и тематическую. Особенности этих форм описаны в главе, посвященной специфике работы с подростками. Тематические групповые коррекционно-развивающие занятия частично директивны. Они имеют свою структуру (см. таблицу). Структура коррекционно-развивающего арттерапевтического занятия

Этап	Цель этапа	Содержание этапа
Разогрев	Включение в работу.	Индивидуальное, по-
Повышение тонуса	труп- парное или коллектив-пы.	Создание настроения на ное упражнение — про-коллективное творчество, стое, приемлемое для
всех.	Может ритуализи-	_____роваться. _____
Основное	Приобретение нового	Применение арттера-
задание опыта.	певтических техник,	Освоение различных ма- направленных на разра-териалов. ботку какой-либо темы.
Возможность использования	разнообразного изобразительного материала, костюма, музыкальных инструментов	_____и др. _____
Обсужде-	Осознание проделанной	Выставка работ, обсуж-ние работы, актуализирован- дение в парах, обмен
ных чувств.	чувствами, сочинение	историй, стихов, назва-
_____	_____	ний к работам. _____
Заверше-	Закрепление нового опы-	Коллективные упраж-ние та, получение «группово- нения, позволяющие

го ресурса», обратной закрепить новый опыт и связи. получить «ресурс», повысить самооценку, улучшить эмоциональный фон.

Медитатив-_____ные техники. _____

С маленькими детьми встречи проходят 2 раза в неделю по 35 минут. С подростками и взрослыми — 1 раз в неделю по 60—90 минут.

Количество занятий определяется целями, которые ставит психолог, индивидуальными и возрастными особенностями детей. Как правило, программа содержит в себе не менее 7—12 занятий. Количество детей в группе от 4 до 12 человек, в зависимости от целей коррекционной программы. Группы, состоящие из старшеклассников или родителей, по количеству участников могут быть несколько больше.

Арттерапевтическая коррекционно-развивающая программа «Лабиринты Я»

Цель: Содействие формированию позитивной Я—концепции подростков «группы риска». Задачи:

1. Накопление эмоционально-положительного опыта.
2. Снятие напряжения, тревожности, агрессивности.
3. Формирование мотивации на самопознание.
4. Развитие интереса к себе.
5. Позитивизация Я-схем.
6. Повышение самооценки.
7. Повышение уверенности в себе.
8. Развитие вариативности мышления.
9. Творческое самовыражение.

Необходимые материалы:

- Бумага разного формата, обои, ватман.
- Краски акварельные или гуашевые.
- Карандаши, фломастеры, восковые мелки.
- Цветная бумага, фольга, журналы с картинками.
- Клей, кисточки, ножницы.
- Материалы для изготовления марионетки.
- Материалы для изготовления «Волшебной краски».
- Несколько клубочков шерстяных ниток.

- Воздушные шары.

Количество участников: 8—12 человек. Возраст участников: 14—15 лет.

1-е занятие

Первое занятие традиционно начинается со знакомства. С этой целью предлагается выполнить упражнение «Имя». Каждый участник называет свое имя. Затем на первую и последнюю буквы своего имени он называет свои качества, которые ему помогают и мешают в общении. Знакомство происходит по кругу.

После знакомства нужно ознакомить ребят с групповыми нормами и помочь принять их.

Групповые нормы:

- а) «Здесь и теперь». Предметом анализа и обсуждения являются те процессы, которые происходят в группе в данный момент. Этот же принцип распространяется на чувства, мысли и переживания. Важно то, что происходит сейчас. Это позволит подросткам сосредоточить внимание на себе, способствует развитию навыков самоанализа и рефлексии.
- б) Искренность и открытость. Подростки берут на себя обязательство не лицемерить и не лгать в общении друг с другом. Самораскрытие, направленное на другого позволяет стать самим собой, получить и предоставить честную обратную связь.
- в) Принцип Я. Основное внимание сосредоточено на процессах самопознания, самоанализе и рефлексии. Оценка другого осуществляется через высказывание собственных чувств и переживаний. Допустимы только Янвысказывания.
- г) Активность. Желательно активное участие всех.
- д) Конфиденциальность. Вся информация относительно конкретных участников должна сохраняться в группе — это условие психологической безопасности и самораскрытия.

Разогрев

Упражнение «Ассоциации». Группа делится на пары. Каждый участник на листе бумаги рисует на своего партнера ассоциации (если бы "он был цветом, предметом, животным, музыкальным направлением). На эту работу отводится 10 минут. Когда ассоциации готовы, можно с их помощью представить своего партнера.

Для составления ассоциативного ряда можно воспользоваться готовыми образами, вырезав их из журнала и наклеив на бумагу.

Основное задание

Рисование сюжетов из любимой сказки детства, любимого сказочного героя.

Используется любой изобразительный материал.

Обсуждение

Каждый берет в руки свою работу и садится в круг. Далее необходимо представить свою работу, рассказать, что нравится в герое, почему выбрана та или иная сказка и т. д., по выше предложенной схеме обсуждения (см. с. 35—36).

Завершение

Группа сидит по кругу. Психолог: «Посмотрите еще раз, пожалуйста, на соседей справа и слева. Сейчас мы встанем и прежде чем

уйти домой, скажем своим новым друзьям, каждому в отдельности, что Вам понравилось в них».

2-е занятие

Разогрев

Все участники стоят в кругу. Психолог: «Сегодня на занятии мы с вами будем играть с воздушными шарами. Предлагаю начать вот с этого шара, — ведущий держит в руках один воздушный шар. — Сейчас мы будем передавать его по кругу, но при одном условии: делать это можно, используя только локти (сжав шар локтями), помогать кистями нельзя. Второй круг: шар передается только ногами (сжав шар коленками). Третий круг: шар передается с помощью головы (шар прижимается головой к плечу). Итак, начали». Упражнение усиливает чувство группы, создает положительный эмоциональный настрой.

Основное задание

Все участники садятся по кругу. Каждому психолог дает в руки надутый воздушный шар.

Психолог: «Когда-то давно на земле жили удивительные существа. Они выводились из яиц- и были полностью отличны друг от друга. Падение метеорита на землю остановило их существование. Но мы с вами можем сейчас закрыть глаза, представить, что в руках у каждого из нас яйцо удивительного существа, которое готово вылупиться и выйти на свет. Давайте представим, кто же вылупится из яйца, как это существо будет выглядеть, какое оно будет по характеру. Затем нарисуйте его, придумайте ему имя и историю жизни».

Психолог включает приятную, специально подобранную для визуализации, музыку.

Обсуждение

Участники садятся по кругу. Ребята держат в руках изображение вылупившегося существа. Каждый должен назвать его, представить и рассказать его историю.

Завершение

Психолог: «Вспомните, пожалуйста, тот момент, когда вы впервые увидели своего соседа слева. Вспомните первое впечатление от контакта с ним. Сейчас каждый по кругу выскажет свои первые впечатления».

Задачей данного упражнения является установление позитивной, поддерживающей обратной связи. Это способствует переносу результатов занятия в повседневную жизнь участников. И что особенно важно для подростков с негативной Я-концепцией, оно позволяет им «потренироваться» в установлении позитивной обратной связи, в нахождении адекватных формулировок для своих впечатлений.

3-е занятие

Разогрев

Упражнение «Общий признак». Участники садятся по кругу, в центре которого стоит психолог. Психолог: «Сейчас у нас будет возможность продолжить знакомство. Сделаем это так: стоящий в центре круга предлагает поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает каким-то общим признаком: «Пересядьте все те, кто имеет карие глаза». И все, у кого карие глаза, должны

поменяться местами. При этом ведущий тоже должен успеть занять освободившееся место, а оставшийся без места продолжает игру». По окончании игры можно спросить подростков: «Как вы себя чувствуете?»

Упражнение позволяет снизить напряженность, поднимает настроение, активизирует внимание и мышление.

Основное задание

Подросткам предлагается сделать маску. Главное, чтобы маска отражала его внутренний мир, характеризовала его. Перед началом работы следует рассказать о том, что есть маска для человека, для чего в разных культурах применяются маски. На листе бумаги рисуется овал по размеру лица подростка, определяется место для глаз и рта, и затем с помощью красок, карандашей, журналов и других материалов маска наполняется содержанием. В своей творческой работе дети остаются свободными от каких-либо правил. На следующем этапе ребята вырезают маску, одевают себе на лицо. Затем маска «оживает» и ей предоставляется время для выступления. Далее группа делится на пары и внутри каждой пары происходит обмен масками.

Обсуждение

Надев на себя маску, подросток повторяет те слова, которые сказала эта маска на предыдущем этапе. Другой ребенок в паре должен проговорить то, что он чувствует, когда видит эту маску и слышит эти слова.

Завершение

Участники сидят по кругу. Психолог: «Закончим сегодняшний день так: бросая по очереди мяч друг другу, будем говорить о сильных сторонах того, кому направляем мяч. Мяч должен побывать у каждого».

Это упражнение создаст положительный эмоциональный настрой в конце занятия и позволит каждому подростку получить личностную обратную связь, которая так важна для него.

4-е занятие

Разогрев

Упражнение «Путаница». Психолог: «Сейчас один из нас, доброволец, должен выйти за двери. Остальные должны встать в круг и взяться за руки, образуя плотное кольцо. Далее необходимо

«запутаться», не разжимая рук. Когда «клубок» готов, из—за дверей приглашается ведущий, который «распутает» группу».

Можно провести путаницу еще раз, предложив кому-либо из группы «запутать» всех остальных, а другому — распутать.

Это упражнение позволяет манипулировать психологическими пространствами с целью тренировки реакции подростков на трансформацию зон комфорта.

Основное задание

Драматизация с масками. Психолог: «Сейчас каждый из вас возьмет в руки свою маску, которую изготовил на прошлом занятии.

Мы уже знакомы с ними. Ваша задача сейчас придумать историю, в которой будут задействованы все маски, а затем проиграть эту историю». Время на это задание — 30 минут.

Лучше не помогать подросткам придумывать историю. Они сами должны решить, кто будет сценаристом, кто — режиссером, либо

это будет групповое решение задачи. Когда история будет готова, в случае необходимости можно помочь им организовать для драматизации пространство. Репетиции не нужны. Важна спонтанность и импровизация.

Обсуждение

Участники садятся в круг. Важно, чтобы каждый подросток рассказал о своих чувствах и переживаниях, связанных с работой, о том опыте (негативном или позитивном), который он получил. Через драматизацию подростки «примеривают» различные маски и роли, получая в психологически защищенной комфортной обстановке тот опыт, который придется применять в реальной жизни. Через обсуждение происходящего они учатся проговаривать свои переживания и принимать переживания других.

В драматизации наиболее полно реализуются основные принципы личностного роста подростков: событийность, театральность, демократичность, экологичность.

Завершение

Упражнение «Покажи пальцем»). Участники садятся в круг. Психолог просит каждого поднять вверх любую руку с вытянутым пальцем. Затем он предлагает показать пальцем на того, кто с точки зрения каждого, обладает определенным свойством. Психолог задает вопросы: «Покажите самого активного сегодня. Самого веселого. Самого обаятельного. Того, кто сегодня удивил. Того, кто помог Вам сегодня. Того, кто был звездой группы. Того, кто особенно много шутил и т. д.»

Это упражнение реализует обратную связь внутри группы.

5-е занятие

Разогрев

Психолог: «Сейчас вам предстоит построиться в шеренгу по цвету глаз, от самых светлых к самым темным. При построении запрещается разговаривать. Итак, начали». На построение дается 2 минуты. Затем предлагается построиться по цвету волос, от самых светлых к самым темным. Условия те же. Последнее задание самое сложное: построиться по росту с закрытыми глазами, не разговаривая. Потом психолог может задать вопросы: «Что вы сейчас чувствуете?», «Что вам больше всего понравилось?» и др.

Упражнение позволяет осознать невербальные средства установления контакта, апробировать их в безопасных условиях группы, проверить свои возможности установления контакта в различных ситуациях, понять, что при установлении контакта не существует универсальных средств и правил, а прежде всего необходимо ориентироваться на человека, с которым взаимодействуешь.

Основное задание

Изготовление коллажа на тему «Грани моего Я». Психолог: «Необходимо вырезать из газет и журналов картинки, лозунги, слова, части текста и из них на листе бумаги составить композицию на заданную тему. Если в композиции чего-либо не хватает и этого не нашлось в предлагаемых журналах, то можно дорисовать или дописать».

Во время работы над коллажем может звучать приятная музыка. Время работы 30 минут.

Обсуждение

Все участники садятся до кругу и представляют свои коллажи. Хорошо, если подростки раскроют значение каждого символа в их

коллаже. Это позволит глубже отразиться на составляющих Я-концепции каждого.

Завершение

Участники делятся на две группы и образуют два круга, один в другом. Внутренний и внешний круг стоят лицом друг к другу.

Психолог: «Сейчас я засеку время, 1 минуту, в течении которой тот, кто стоит во внешнем круге будет говорить комплименты стоящему напротив участнику из внутреннего круга. Через минуту партнеры меняются ролями, и стоящие во внутреннем круге говорят комплименты стоящим напротив участникам внешнего круга. Затем внешний круг передвигается по часовой стрелке на одного человека и задание повторяется уже с другими партнерами. Внешний круг двигается, пока первые пары не совпадут».

Это упражнение является средством стабилизации и повышения самооценки подростков, актуализации их личностных ресурсов.

6-е занятие

Разогрев

Все участники становятся в круг. Психолог: «Представим себе, что все мы — атомы. Атомы постоянно двигаются и время от времени объединяются в молекулы. Число атомов в молекуле может быть разное и зависит от того, какое число я назову. Все мы сейчас начнем быстро двигаться по комнате и я время от времени буду говорить какое-то число. И тогда атомы должны объединиться в молекулы, соответственно этому числу».

По окончании упражнения психолог может спросить у подростков: «Как вы себя чувствуете?», «Что вам понравилось?» и т. д.

Основное задание

Изготовление марионетки.

Подробно стадии работы над марионеткой описаны выше (см. с. 24—25). Время работы — 40 минут. Эта работа проходит под музыкальное сопровождение. Музыка должна быть спокойной, гармонизирующей эмоциональное состояние. Психолог тоже изготавливает марионетку, демонстрируя на ней все этапы работы. Не стоит тратить много времени на украшение марионетки, это можно будет сделать дома.

Обсуждение

Участники садятся по кругу. У каждого в руках его марионетка. Необходимо представить ее, назвать имя, рассказать о ее характере, предназначении и др. Важно, чтобы были представлены все марионетки.

Подростки должны проговорить о чувствах, которые у них вызывают их марионетки.

Завершение

Участники становятся в круг, держа в руках марионетки. Психолог: «Сейчас каждый из вас должен представить свою марионетку по очереди всем другим. Куклы должны «познакомиться» и сказать друг другу, чем одна нравится другой. Будьте внимательны, вы должны познакомиться со всеми марионетками».

Упражнение позволяет осознать регулятивные ресурсы, выравнивает эмоциональное состояние группы, снижает напряженность, в том числе и телесную, позволяет подросткам лучше узнать друг друга и себя, а так же улучшает настроение.

Ребята могут забрать марионеток домой, но необходимо предупредить их о том, чтобы они не забыли их принести на следующее занятие. Если марионетки не нуждаются в дополнительной доработке дома, можно оставить их до следующего занятия у психолога.

7-е занятие

Разогрев

Упражнение «Стул». Из круга убирается один стул. Участники встают в круг около оставшихся стульев.

Психолог: «Сейчас мы все будем хаотично двигаться по комнате. По команде «Стул!», каждый должен занять стул, который ближе всего к нему находится. Ведущий тоже двигается со всеми и неожиданно подает команду, занимая свободный стул. Тот, кто остался без стула, становится ведущим». Время игры — 5—7 минут.

Основное задание

Импровизация с марионеткой. Участники садятся в круг. У каждого в руках его марионетка.

Психолог: «Сейчас вам необходимо будет придумать сказку, с участием сказочных героев — ваших марионеток, а затем разыграть ее на импровизированной сцене». Время на подготовку — 20 минут.

Каждая марионетка должна быть задействована в этой сказке. Импровизированная сцена делается из трех стульев, поставленных вплотную друг к другу. Три сиденья образуют сцену. За спинки стульев подростки будут заходить, чтобы оттуда «водить» марионетку по «сцене». Можно задрапировать стулья занавеской или какой-либо другой, заранее заготовленной тканью.

При необходимости, ребята могут воспользоваться музыкальными инструментами (озвучивание ролей и событий) или аудиозаписями. Хорошо, чтобы у психолога был достаточный выбор не только музыки для медитаций, но и молодежной, модной музыки. Можно предложить накануне подросткам принести свои кассеты.

После того, как сказка готова, проигрывают ее на импровизированной сцене.

Обсуждение

Участники садятся в круг. Каждому подростку предлагается поделиться своими чувствами, переживаниями после проделанной работы, полученным опытом (позитивным или негативным).

Управляя марионеткой, подросток фактически учиться управлять собой, своими чувствами и эмоциями.

Завершение

Все садятся по кругу. Психолог: «Сейчас, мы всем по очереди будем делать комплименты. Начнем с Максима. Посмотрите на него. Вспомните его действия, мысли, то, как он говорит, смеется. А теперь мы все по очереди сделаем ему комплимент».

Упражнение проводится по кругу, пока каждый подросток не получит свою «норму» комплиментов. Это упражнение дает прекрасный эмоционально-положительный настрой и поднимает самооценку.

8-е занятие

Разогрев

Упражнение «Броуновское движение». Пространство организовано по типу лабиринта из стульев.

Психолог: «Сейчас, используя предложенные материалы, вы создадите групповую композицию на тему... Участвовать в этой работе должен каждый».

Время на эту работу понадобится около 30—35 минут.

С самого начала работы включается фоновая музыка, по выбору подростков, которая соответствует данной теме.

Обсуждение

Участники рассаживаются вокруг групповой композиции. В течении 5—7 минут необходимо придумать к композиции частушки, черный юмор, историю, сказку, афоризм, что-то еще. Можно использовать готовый материал: известные стихи, куплеты песен и т. д. Главное, чтобы он подходил по теме композиции. Затем по кругу каждый подросток зачитывает то, что подготовил. После этого необходимо обсудить групповую работу, высказать свои чувства, переживания, полученный опыт. Можно воспользоваться схемой обсуждения.

Завершение

Участники встают в круг. Психолог: «Сейчас каждый из вас сможет сделать другому подарок. Главное, чтобы этот подарок был очень нужен тому, кому вы его дарите. Затем изобразите этот подарок с помощью рук (невербально), и передайте его тому, кому хотите подарить. Будьте внимательны, подарки должны получить все».

Лучше, когда дети выполняют это упражнение по кругу. Это упражнение способствует накоплению эмоционально положительного опыта, способствует открытию внутреннего ресурса.

10-е занятие

Разогрев

Упражнение «Лабиринт». Участники встают в круг, взявшись за руки. Через плечо ведущего перекинут круг из корсажной ленты (размер ленты: ширина 1,5—2 см, длина 2 м 20 см, концы сшиты или связаны крепким узлом).

Психолог: «Сейчас мы будем путешествовать по лабиринту. Не разнимая рук необходимо пройти через этот круг. Только помогая друг другу, мы можем справиться с этим заданием. Если кто-то разнимет руки, путешествие по лабиринту начнется сначала».

Второй этап игры можно усложнить, свернув ленту вдвое, таким образом сузив проход лабиринта.

Основное задание

Подростковый триптих «Окно». Для этой работы понадобятся восковые мелки или карандаши и три одинаковых листа бумаги, а так же скотч для крепления частей триптиха. Рисунки можно приклеить к стене комнаты, либо скреплять между собой на столе или полу. Первым рисуется Прошлое, затем Настоящее и Будущее. Они скрепляются между собой в этом порядке, чтоб получился триптих.

Психолог: «Перед вами три листа бумаги. Представьте, что это три оконных стекла одного окна. Вы смотрите через каждое стекло и видите себя в разные периоды своей жизни: в прошлом, настоящем, будущем. Для каждого стекла можно создать свое обрамление. Начните с прошлого. Обращайтесь к вашей памяти и воображению. Затем всмотритесь в настоящее и будущее. Картина, состоящая

из трех объединенных частей, в искусстве называется триптих. Каждую часть триптиха необходимо подписать. Приступайте». По окончании работы проводится выставка триптихов. Подросткам необходимо дать время, чтобы познакомиться с работами других.

Обсуждение

Участники сидят в кругу.

Обсуждая триптих, необходимо остановиться на каждой его детали. Подросток может вставать с места, подходить к своей работе и рассказывать. Важно, чтобы ребенок рассуждал о своих чувствах и переживаниях, связанных с творческим процессом и готовой работой.

Целью данной работы является интеграция опыта, интеграция Я-схем прошлого, настоящего и будущего, преодоление ролевого смещения и достижение эго-идентичности.

Завершение

Упражнение «Ожерелье пожеланий». В центре комнаты стоит стул, на котором лежат заранее подготовленные по количеству участников отрезки шерстяной нити по 60 см и достаточно большое количество отрезков шерстяной нити по 10 см разного цвета.

Психолог: «Сейчас каждый из вас возьмет себе один отрезок нити, который побольше, и, повесив его на грудь, завяжет узелком, сделав основу под «Ожерелье пожеланий». Затем следует взять несколько маленьких отрезков разных цветов, каждый из которых он будет привязывать к ожерелью другого человека, сопровождая своим пожеланием. Очень важно пожелать человеку то, что ему действительно нужно. Будьте внимательны, не пропустите никого».

В результате, у каждого на груди должно получиться «Ожерелье пожеланий» из разноцветных ниточек, закрепленных в разных местах, разными способами.

Упражнение позволяет интегрировать эмоционально положительный опыт, полученный на занятиях.

Подведение итогов

Так как это последнее занятие, необходимо подвести итог проделанной работе. Можно предложить подросткам написать на ватмане маркерами, чему они научились, какими стали, что им дали эти занятия. Хорошо, если каждый подросток по кругу проговорит о том, с чем он уходит с этих занятий, расскажет о своих планах на будущее, выразит пожелания для всех.

Психолог тоже может остановиться на каждом подростке и дать каждому положительную обратную связь, пожелания на будущее.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Трудности и противоречия, связанные со становлением Я— концепции подростка, которые влияют на характер взаимодействия с социальным окружением, с референтной группой, с близкими людьми, создают атмосферу страха, вызывают ощущение «одинокости среди толпы», зачастую рождают чувство неуверенности, замешательства, бессилия, а подчас и агрессии. Опыт, приобретенный в арттерапевтической психо-коррекционной программе «Лабиринты Я», имеет не только эффект «поддержки» в сложный для подростков период, но и создает определенный социально-психологический «иммунитет», помогающий решать

сложные проблемы, возникающие в межличностном общении. Новые положительные Я-схемы, а также новые умения и навыки, которые формируются в процессе программы, помогают эффективно осваивать сложности реального мира.

Результатом программы являются следующие показатели:

- в процессе арттерапевтических занятий у подростков меняются многие динамические характеристики Я-концепции с отрицательных на положительные, повышается самооценка, значительно возрастает самоинтерес;
- формируется мотивация самовоспитания, саморазвития;
- развиваются и закрепляются навыки поведения в различных ситуациях;
- развивается фантазия и воображение;
- формируется временная перспектива будущего;
- происходит эмоциональное осознание своего поведения;
- снижается напряжение и приобретаются навыки в саморасслаблении;
- снижается уровень тревожности, агрессивности и конфликтности, подростки получают новые различные модели разрядки гнева и агрессивности;
- происходит раскрытие внутреннего потенциала подростка.

Для закрепления полученных результатов необходимо:

- социально-педагогическая реабилитация подростков, т. е. преодоление школьных и семейных репрессий, преодоление обструкции к ним со стороны сверстников;
- общая гуманизация отношений к подросткам с отклоняющимся поведением;
- соблюдение всеми участниками воспитательной системы требований по формированию у них положительной Я-концепции;
- в работе с родителями — показ условий оптимального развития подростка, ознакомление с возрастными особенностями подростка, разработка совместных мер профилактической работы;
- в работе с педагогами — проведение диагностики и анализа педагогических условий, при которых процесс коррекции будет осуществляться наиболее эффективно, в том числе условий урочной и досуговой деятельности; определение педагогически целесообразной системы взаимодействий с конкретной группой подростков;
- актуализация «Я» через привлечение подростков к планированию урочной, внеурочной деятельности;
- определение системы стимулирования, учета достижений учащихся в различных видах деятельности;
- проведение мониторинга изменений динамических характеристик «Я» подростков с отклоняющимся поведением с помощью периодического применения психодиагностических методик.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании.— М., 2001.
2. Копытина А. И. Основы Арт-терапии.— СПб., 1999.
3. Бремс Кристина. Полное руководство по детской психотерапии.— М., 2002.
4. Романова Е. С. Графические методы в психологии.— М., 2001.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Путь к волшебству.— СПб., 1998.
6. Копытин А. И. Практикум по Арт-терапии.— СПб., 2000.

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

- Бетенски Мала. Что ты видишь? Новые методы Арт-терапии.— М., 2002.
- Ермолаева М. В. Практическая психология детского творчества.— М., 2001.
- Игровая семейная психотерапия / Под ред. Ч. Шеффера и Л. Кэри.— СПб., 2001.
- Кэдьусон Хайди, Шеффер Чарлз. Практикум по игровой психотерапии.— СПб., 2000.
- Лидере А. Г. Психологический тренинг с подростками.— М., 2001.
- Матвеева О. А. Развивающая и коррекционная работа с детьми.— М., 2001.
- Овчарова Р. В. Технологии практического психолога образования.— М., 2000.
- От рождения до смерти / Под ред. А. А. Реана.— М., 2002.
- Хрестоматия. Арт-терапия.— СПб., 2001.
- Хрящева Н. Ю. Психогимнастика в тренинге.— СПб., 1993