

ШКОЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ №1

основана в 1998 г.

МЕТОДИЧЕСКАЯ ГАЗЕТА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ-ПСИХОЛОГОВ

№ 01 1-15 января 2011

psy.1september.ru

Тема номера

Арт-терапия

Первое сентября

1september.ru

ШКОЛЬНЫЙ ПСИХОЛОГ

Индексы подписки Почта России 79152 (инд.) 79606 (орг.) Роспечать 32898 (инд.)

32899 (орг.)

РЕДАКЦИЯ:

Главный редактор

Игорь Вачков

Вып. редактор **Э. Тахтарова**

Дизайн макета, обложка **И. Лукьянов**

Худ. редактор **В. Солдатенко**

Комп. верстка **О. Анфиногенова**

Корректор **В. Фомичева**

Иллюстрации фотобанк Shutterstock

Тел. редакции: (499) 249-3410

Тел./факс: (499) 249-3138

E-mail: psy@1september.ru

psy.1september.ru

ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ:

Роспечать: 32898 (инд); 32899(орг)

Почта России: 79152 (инд); 79606 (орг)

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ»

Главный редактор:

Артем Соловейчик
(генеральный директор)

Коммерческая деятельность:
Константин Шмарковский
(финансовый директор)

Развитие, IT и координация проектов:
Сергей Островский
(исполнительный директор)

Реклама и продвижение:
Марк Сартан

**Мультимедиа, конференции
и техническое обеспечение:**
Павел Кузнецов

Производство:
Станислав Савельев

**Административно-хозяйственное
обеспечение:**
Андрей Ушков

Дизайн: Иван Лукьянов,
Андрей Балдин

Педагогический университет:
Валерия Арсланьян
(ректор)

ГАЗЕТЫ ИЗДАТЕЛЬСКОГО ДОМА:

Первое сентября – Е.Бирюкова

Английский язык – А.Громушкина

Библиотека в школе – О.Громова

Биология – Н.Иванова

География – О.Коротова

Дошкольное образование – М.Аромштам

Здоровье детей – Н.Сёмина

Информатика – С.Островский

Искусство – М.Сартан

История – А.Савельев

Классное руководство

и воспитание школьников – О.Леонтьева

Литература – С.Волков

Математика – Л.Рослова

Начальная школа – М.Соловейчик

Немецкий язык – М.Бузова

Русский язык – Л.Гончар

Спорт в школе – О.Леонтьева

Управление школой – Я.Сартан

Физика – Н.Козлова

Французский язык – Г.Чесновицкая

Химия – О.Блохина

Школьный психолог – И.Вачков

[в номере:]

Людмила ЛЕБЕДЕВА

**Дуэт психологии
и искусства**

4

Александр КОПЫТИН

**Терапия
искусством
в системе образования**

6

Вера ДАВИДОВИЧ

«Моя тревога уползла!»

11

методическая копилка

Екатерина МЕЛЬНИКОВА

**Арт-терапевтические
техники в коррекции детско-
родительских отношений**

17

Людмила ЛЕБЕДЕВА

**Рисунок семьи
в образах цветов**

33

Анастасия АНТОНОВА,
Екатерина ЛАВРИНЕНКО

**Конфликтное
состояние педагога**

42

Елена БАШКИРОВА

Прививка от страха

44

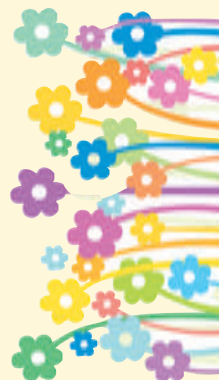
УЧРЕДИТЕЛЬ: ООО «ЧИСТЫЕ ПРУДЫ»
Зарегистрировано ПИ № 77-7241 от 12.04.01
в Министерстве РФ по делам печати
Подписано в печать: по графику 03.12.10
фактически 18.02.10 Заказ №
Отпечатано в ОАО «Чеховский
полиграфический комбинат»
ул. Полиграфистов, д. 1,
Московская область,
г. Чехов, 142300

АДРЕС ИЗДАТЕЛЯ:
ул. Киевская, д. 24, Москва, 121165
Тел./факс: (499) 249-3138
Отдел рекламы: (499) 249-9870
www.1september.ru

ИЗДАТЕЛЬСКАЯ ПОДПИСКА:
Телефон: (499) 249-4758
E-mail: podpiska@1september.ru



Документооборот
Издательского дома «Первое сентября»
защищен антивирусной программой Dr.Web





Игорь ВАЧКОВ
главный редактор

Споры о том, является ли психология наукой или искусством, не утихают уже много лет. Некоторые представители точных и естественных наук вообще отказывают психологии в научном статусе в силу неопределенности ее предмета и несоответствия довольно жестким критериям научности, которые ими сформулированы.

Академические психологи активно обороняются, порой переходя в наступление, и доказывают, что психология наука, и еще какая! А критерии, между прочим, не могут быть одинаковыми для естественных и гуманитарных наук. Практики же, с уваже-

нием и трепетом относясь к науке, чаще больше доверяют своему опыту и интуиции, иногда скромно признаваясь: то, что они делают, порой сродни искусству.

А может, и не надо метать бисер? Если естественные науки не спешат принять психологию в свои ряды, то почему бы ей не развернуться в другую сторону да не поискать иных друзей?

Впрочем, часть психологов уже давно так и сделали, увидев возможность продуктивного союза с искусством. И этих психологов называют теперь арт-терапевтами. И все чаще арт-терапия становится желанным гостем в образовательных учреждениях,

потому что именно с помощью арт-терапевтических технологий удается быстрее всего раскрыть затаенные запасы творческой силы и глубинных потенциалов человеческого Я. Именно арт-терапия обладает волшебными средствами, так нужными психологам.

Наше издание с этого — первого в 2011 году — номера будет цветным.

Конечно же, тема первого номера должна определяться цветом. А самые яркие, богатые и насыщенные цвета возникают тогда, когда психология встречается с искусством. Поэтому сегодня тема номера — «Арт-терапия». ●



О. Ренуар. Урок рисования

Дуэт ПСИХОЛОГИИ И ИСКУССТВА

Людмила ЛЕБЕДЕВА

доктор
педагогических наук,
профессор,
Москва

Человеку свойственно размышлять о ГЛАВНОМ... Что есть «главное» в современном образовании? Это — ЛЮДИ: дети, школьники, студенты и их педагоги. Даже само слово «педагогика» означает «вести за руку» или «детоводство». Может, поэтому всех специалистов образования (учителей, психологов, социальных педагогов, администраторов-руководителей) называют «люди помогающих профессий»?

Это — ПРОСТРАНСТВО и ВРЕМЯ образования: поиск, локальные и масштабные эксперименты, инновации, в числе которых — арт-терапия. Это — МИССИЯ образования.

Гуманистическая педагогика и психология признают права ребенка и взрослого на выбор своего пути образования, на свою систему ценностей, чувства и переживания. Ведь каждый человек — творец собственной жизни. Важнейший атрибут сущности человека — его свобода

как способность быть ответственным субъектом своей жизни. Поэтому одним из приоритетов образования является концепция гуманного отношения к детям.

Таким образом, в контексте гуманистической теории предметом педагогики и арт-терапии становятся собственно «человеческие феномены» как проявления сущности человека: любовь, свобода, ответственность, достоинство, совесть, смысл жизни, творчество, сострадание.

МИССИЯ АРТ-ТЕРАПИИ

Миссия — это звучит возвышенно.

Но мы взяли и это слово вполне сознательно, памятуя его точный смысл...

Можно ли употреблять такие почти торжественные слова в применении к нам?..

Наша цель — твердо сказать: подымите голову!

И.А. Бунин

Классический вопрос, которым задается каждый думающий человек: «Кто я?» В арт-терапевтической работе не менее важен вопрос: «Какой Я?»

Поэтому необходимо обозначить приоритеты в подготовке специалистов социономических профессий к арт-терапевтической работе в системе образования, а значит, актуализировать вопрос их собственного образования в этой области.

Очевидно, что работа с другими людьми, оказание им психологической помощи, педагогической поддержки требуют от специалиста понимания самого себя, своего внутреннего мира, собственных мотивов, потребностей, противоречий, осознания зоны эмоциональных проблем и позитивных сторон своей личности. «Если я не слышу, что происходит во мне... тогда

и приходит неудача» (К. Роджерс). Пережив на опыте трудности изменения своей личности, человек становится терпимее и мудрее в отношении другим. Следовательно, важно, чтобы каждый относился к себе как к субъекту собственных изменений, понимал и принял ответственность за развитие и личный рост.

Преподаватель арт-терапии разделяет эту ответственность в аспекте педагогической поддержки, создания необходимых условий для самовыражения и самопознания. Самую большую помощь, как тонко подметила Н. Роджерс, мы оказываем человеку тогда, когда искренне «вслушиваемся» и проявляем уважение к его способности найти свой собственный ответ.

Говоря языком метафоры, арт-терапия придает педагогической реальности «человеческое измерение». Причем, как показали наши многолетние исследования, результаты и эффекты арт-терапевтического процесса имеют тенденцию к иррадиации на всю систему взаимоотношений в образовательном учреждении.

Вместе с тем широкое внедрение арт-терапии в практику работы специалистов разных профессий актуализировало проблему профессиональной идентичности: «арт-терапевт — это кто? В чем заключается его роль и функционал; каковы содержание и возможности

применения арт-терапии в социально-педагогическом пространстве?

СОДЕРЖАНИЕ ПОНЯТИЯ

*Кто не знает, куда направляется,
очень удивится, что попал не туда.*

Марк Твен

В определениях понятия «арт-терапия» наблюдается тенденция к мультидисциплинарности, интеграции различных теоретических влияний. Однако это порождает появление многообразных, порой противоречивых, отрицающих друг друга определений в отечественных публикациях по данной проблеме. Категория арт-терапии трактуется авторами в широком спектре понятий: от приема и технологии до самостоятельной области научного знания.

Иногда приемы арт-терапии рассматриваются в качестве частных, прикладных методик, дополняющих привычные формы работы тех или иных специалистов. Например, изобразительная работа может использоваться психологом с целью дополнительного диагностического средства. Отдельные арт-терапевтические приемы и методы используются в семейном консультировании и пр.

Однако совершенно очевидно, что арт-терапия — самостоятельный феномен, не сводимый к психотерапии или художественной практике, искусству.

При этом признано, что арт-терапия — явление междисциплинарное, основанное на достижениях разных направлений психотерапии, педагогики, психологии, культурологии, социологии и других наук. Арт-терапия к тому же отражает особенности тех национальных образовательных традиций, которые соответствуют исторической и культурной специфике каждой страны.

По названным причинам стандартизация понятия весьма затруднительна и далеко не бесспорна.

МОДЕЛИ И ПРОФЕССИЯ

*Отстаивая свои ограничения,
ты лишаешь себя всемогущества.*

Ричард Бах

Согласно концепции Н. Роджерс, гуманистическая терапия на основе экспрессивных искусств принципиально отличается от аналитической или медицинской модели арт-терапии, в которой искусство используется для того, чтобы продиагностировать, проанализировать и «пролечить» людей. «Использовать искусство экспрессивно — это значит войти в наш внутренний мир для того, чтобы обнаружить находящиеся в нем переживания и затем выразить эти переживания посредством художественных форм, движения, звука, письма или драматизации», — подчеркивает Н. Роджерс.

В настоящее время существуют психотерапевтическая модель и гуманитарная модель арт-терапии. Соответственно разными оказываются базовая подготовка специалистов и границы применения метода. Профессиональная самоидентификация специалиста в той или иной модели арт-терапии определяет круг его ответственности.

Как известно, в «Государственном реестре профессий РФ» профессия «арт-терапевт» не зарегистрирована как самостоятельная. Следовательно, нет такой

должности в государственных учреждениях и записи в трудовой книжке.

Безусловно, пока не определены на государственном уровне и не приняты стандарты специальности «арт-терапия» и квалификации «арт-терапевт», вопрос о профессиональной компетенции в области арт-терапии остается дискуссионным. Очевидно, что педагоги и психологи образования без специальной подготовки и официального документа государственного образца, удостоверяющего качество этой подготовки, не вправе позиционировать себя как арт-терапевты или специалисты по арт-терапии.

Пока же логично говорить лишь о квалифицированных специалистах других базовых специальностей, практикующих арт-терапию. Сказанное относится и к постдипломному образованию: невозможно повысить квалификацию, не имея квалификации базовой по не легализованной до настоящего времени в российском образовании специальности «арт-терапия».

Вот почему на современном этапе становления этой прогрессивной области знания целесообразно включение системы спецкурсов и спецпрактикумов в стандарты базовой подготовки студентов и открытие программ специализированной подготовки.

Еще одним перспективным подходом к разрешению означенной проблемы видится разработка инновационной модели образования бакалавров и магистров по направлению «Арт-терапия».

АРТ-ТЕРАПИЯ В ОБРАЗОВАНИИ

*Любить детей —
значит гарантировать каждому
обстановку защищенности:
в школе, семье, среди сверстников.*

Ю.П. Азаров

Педагогика Любви и Свободы

Дискуссионными являются нетождественные категории: арт-терапия и арт-педагогика; арт-терапевт и художественный педагог; арт-терапевтическая сессия и урок изобразительного искусства.

Размышляя о роли искусства и художественного творчества в педагогическом контексте, логично обсудить проблему дуальности феноменов «арт-терапия» и «арт-педагогика». Но, несмотря на противоположность подходов, их нельзя представлять как два независимо заданных ряда явлений, скорее дуальность — это путь развития. Полярность арт-педагогика и арт-терапии видится в принципиальном отличии целей, содержания, методов профессиональной деятельности. Преподаватель изобразительного искусства, несомненно, решает задачи обучения и художественного воспитания, контролируя и оценивая при этом знания, умения и навыки учеников в соответствии с общепринятыми стандартами.

Вместе с тем рисование связывает между собой важнейшие психофизиологические функции организма (зрение, двигательную координацию, речь, мышление). И хотя обучить творческому акту искусства нельзя, это вовсе не значит, что нельзя содействовать его образованию и проявлению, как считал Л.С. Выготский.

Арт-терапевтическая работа способствует лучшему пониманию потребностей учащихся педагогами. ●

Терапия искусством в системе образования



Александр КОПЫТИН
кандидат
медицинских наук,
Санкт-Петербург

ВВЕДЕНИЕ

Использование разных форм творческого самовыражения учащихся школ и других образовательных учреждений может являться одним из существенных факторов сохранения их психического здоровья, более успешного решения образовательных и воспитательных задач. В зависимости от профессионального контекста творческой самореализации учащихся можно в одних случаях говорить о применении арт-методов и в других — методов терапии искусством, включая арт-терапию, музыкальную терапию, драматерапию и танцевально-двигательную терапию.

Согласно международному определению (*European Consortium of Arts Therapies Education*, 1999, 2002, 2005), терапия искусством (англ. *creative arts therapies*) представляет собой группу методов лечебно-коррекционного воздействия, применяемых специалистами с соответствующей клинической подготовкой и, как правило, на основе одной из экспрессивных модальностей — визуальных искусств, музыки, искусства театра и танца. Применением визуальных искусств с целью лечения (психокоррекции) занимаются арт-терапевты, музыки — музыкальные терапевты, театральных форм — драматерапевты, а танца — танцевально-двигательные терапевты.

Интегрированные формы терапии искусством, связанные с использованием разных модальностей одним специалистом, в зарубежной практике используются редко. В ряде стран (США, Великобритания и другие) разные формы терапии искусством рассматриваются как парамедицинские специальности и соответственно предполагают клиническую ответственность специалиста. Это означает, что специалист несет ответственность за состояние здоровья клиента, с которым он проводит ту ли иную форму терапии искусством.

Правовой и профессиональный контекст использования методов терапии искусством в Российской Федерации пока не урегулирован. Терапия искусством

включена в перечень психотерапевтических методов, официально разрешенных к применению с целью лечения врачами-психотерапевтами. В то же время возможно психокоррекционное использование данных методов в процессе консультирования практическими психологами. Применение терапии искусством другими специалистами, в частности педагогами, в настоящее время оспаривается.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА АРТ-ТЕРАПИИ

Слово «арт-терапия» (*art therapy*) стало впервые использоваться в 1940-е гг. в Соединенных Штатах Америки и Великобритании такими авторами, как М. Наумбург (Naumburg M., 1947) и А. Хилл (Hill A., 1945) для обозначения разных форм психосоциальной поддержки пациентов с психическими и соматическими заболеваниями, основанной на их занятиях изобразительной деятельностью. Среди пионеров арт-терапии на Западе было немало художников, хотя интерес к использованию изобразительных средств с целью лечения проявляли также врачи-психиатры и психоаналитики.

Как написано в информационном бюллетене Американской арт-терапевтической ассоциации (ААТА, 1998), «арт-терапия — это профессия, связанная с использованием пациентом (клиентом) различных изобразительных материалов и созданием визуальных образов, процессом изобразительного творчества и реакциями пациента (клиента) на создаваемые им продукты творческой деятельности, отражающие особенности его психического развития, способности, личностные характеристики, интересы, проблемы и конфликты».

Согласно Резолюции Российской арт-терапевтической ассоциации, принятой 16 мая 2009 г. на 12-й ежегодной конференции (Исцеляющее искусство: международный журнал арт-терапии, 2009, Том 11, № 1), арт-терапия характеризуется как «...система психологических и пси-

хофизических лечебно-коррекционных воздействий, основанных на занятиях клиента изобразительной деятельностью, построении и развитии психотерапевтических отношений. Она может применяться с целью лечения и предупреждения различных состояний болезни, коррекции нарушенного поведения и психосоциальной дезадаптации, реабилитации лиц с психическими и физическими заболеваниями и психосоциальными ограничениями, достижения более высокого качества жизни и развития человеческого потенциала».

И далее: «Арт-терапия тесно связана с клинической практикой. Это определяет приоритетную роль клинических знаний, опору на концепцию биопсихосоциогенеза болезней и состояний психосоциальной дезадаптации при разработке и реализации арт-терапевтических вмешательств. Попытки использовать техники арт-терапии без достаточной клинической подготовки или при отсутствии тесного контакта со специалистами в области психического здоровья медицинскими работниками во многих случаях могут быть признаны неэтичными и чреватými причинением клиентам морального и физического ущерба. Арт-терапия также связана с художественной практикой. Хорошее знание специалистом в области арт-терапии возможностей различных художественных материалов и форм художественной практики может способствовать повышению эффективности арт-терапевтических воздействий».

ОПЫТ ПРИМЕНЕНИЯ АРТ-ТЕРАПИИ С ДЕТЬМИ И ПОДРОСТКАМИ

Пионеры психотерапии детей и подростков (В. Винникотт, В. Ловенфельд, А. Фрейд и другие) подчеркивали важную роль изобразительных и игровых средств в процессе оказания психологической помощи. Ряд передовых художников и арт-педагогов на Западе (Е. Кейн, Д. Барух, Г. Рид, М. Петри) еще в первой половине XX века также обратили внимание на значительный здоровьесберегающий потенциал занятий детей изобразительным творчеством, верили в возможность осуществления коррекционных воздействий, опирающихся на внутренние ресурсы психики ребенка.

Изобразительная деятельность сама по себе может являться мощным терапевтическим фактором. Она допускает самые разные способы обращения с художественными материалами. Одни из них позволяют оказывать седативный эффект, снимать эмоциональное напряжение. Другие — отреагировать сложные переживания и достичь над ними контроля. Выражение чувств и представлений ребенка в процессе изобразительного творчества и игры также делает более наглядным и доступным для осознания содержание его внутреннего мира и позволяет развивать с ним психотерапевтическое взаимодействие.

Очень ценным при работе с детьми с различными психическими расстройствами является то, что в своих отношениях со специалистом ребенок может установить оптимальную для себя дистанцию, используя художественные материалы в качестве посредников в отношениях со специалистом. Нередко процесс изобразительной деятельности помогает психически травмированному ребенку восстановить чувство собственного достоинства и реализовать более широ-

кий репертуар защитно-приспособительных реакций. Большую ценность также имеет физический контакт с различными художественными материалами, что позволяет не только отреагировать переживания, но и оживить сферу физических ощущений и развивать практические навыки.

Родоначальники детско-подростковой арт-терапии рассматривали изобразительную деятельность ребенка в неразрывной связи с развитием его психики и овладением навыками, необходимыми для его взаимодействия с окружающими. Классическими работами в области детской арт-терапии стали публикации Э. Крамер — «Арт-терапия в сообществе детей», «Арт-терапия с детьми» и «Детство и арт-терапия». Эти книги отражают взгляды автора на природу детского художественного творчества и его психотерапевтические возможности. Э. Крамер подчеркивала, что изобразительную деятельность ребенка невозможно рассматривать в отрыве от его потребностей в общении и укреплении значимых для него внешних связей. Во многих случаях такая деятельность выступает важнейшим инструментом коммуникации. Присутствие специалиста рядом с ребенком в ходе его занятий изобразительной деятельностью позволяет полнее раскрыть ее коммуникативный потенциал.

Зарубежные арт-терапевты, работавшие с детьми и подростками, поначалу обосновывали свою практику с психоаналитических позиций. Обращение к психоаналитической теории и методологии позволило зарубежным арт-терапевтам обосновать механизмы и факторы терапевтической художественной экспрессии, а также природу и роль отношений клиента со специалистом.

В последние годы в арт-терапевтической работе с детьми и подростками начинают все более активно использоваться не связанные с психоанализом теоретические подходы, что продиктовано пониманием ограничений и недостатков традиционных психодинамических моделей. Получают распространение такие подходы в детско-подростковой арт-терапии, которые в большей мере, чем психоанализ, учитывают влияние культуры, социума и иных факторов среды на психическое развитие ребенка. Они ориентированы на осуществление системных профилактических и коррекционных воздействий с привлечением более широкого, чем в психоанализе, набора внешних и внутренних ресурсов, характеризуются более короткими сроками терапии и фокусировкой на конкретных «мишенях».

К таким сравнительно новым подходам в арт-терапии детей и подростков можно отнести когнитивно-поведенческий, проблемно-ориентированный, социально-конструкционистский, нарративный и визуально-нарративный подходы, а также семейную арт-терапию.

ЗАДАЧИ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ И КОРРЕКЦИИ

Внедрение арт-терапии в различные образовательные учреждения позволяет решать задачи предупреждения и коррекции поведенческих и эмоциональных расстройств у детей и подростков, развития у них комплекса психологических навыков, необходимых для успешной психосоциальной адаптации, проводить работу с семьями учащихся, а также педагогами в целях профилактики синдрома эмоционального выгорания.

Наряду с другими мероприятиями, осуществляемыми в соответствии с концепцией психолого-педагогического сопровождения воспитательно-образовательного процесса, применение арт-терапии в учреждениях образования может повышать оперативность психологических вмешательств и тем самым усиливать профилактическую направленность работы с подрастающим поколением.

Имеются значительные возможности для внедрения арт-терапии не только в массовые и специализированные школы, но и в дошкольные образовательные учреждения, учреждения дополнительного образования, а также в высшую школу, в том числе в качестве одного из методов психологического сопровождения студентов.

В качестве приоритетных задач применения арт-терапии при этом могут выступать:

- коррекция девиантного поведения и эмоциональных расстройств у детей и подростков;
 - профилактика поведенческих и эмоциональных нарушений, аддикций и нарушений школьной адаптации;
 - содействие более гармоничному, всестороннему развитию личности учащихся, тесно связанное с задачами психопрофилактики, а также профилактики экстремизма и насилия в обществе, достижения более высокого уровня их психосоциальной адаптации;
 - реабилитация/ресоциализация детей и подростков с «особыми потребностями», то есть имеющими те или иные системные нарушения (речи, слуха, зрения, двигательных функций), отклонения в поведении, пребывающих в аномальных психосоциальных условиях и т.д.;
 - профилактика и коррекция эмоциональных и поведенческих расстройств у членов педагогического коллектива (в частности, профилактика и коррекция синдрома эмоционального выгорания у педагогов).
- Арт-терапия сама по себе не призвана решать задачи воспитательно-образовательные, но может содействовать их решению путем устранения либо смягчения психологических, личностных отклонений у учащихся и членов педагогического коллектива, а также нейтрализации и коррекции некоторых патогенных внутрисемейных влияний на личность учащихся.

Выдвижение вышеперечисленных задач в качестве приоритетных отличает арт-терапию как систему лечебно-коррекционных и профилактических воздействий от художественной педагогики, с одной стороны, и различных инновационных образовательных технологий, использующих творческое самовыражение учащихся в качестве средства повышения эффективности образовательного и воспитательного процесса, с другой стороны.

Несмотря на то что форма и даже содержание творческой деятельности во время арт-терапевтических занятий и в процессе обучения нередко характеризуются значительным сходством, условия и направленность арт-терапевтического и образовательного процессов

все же различны. Они по-разному влияют на психологические структуры учащихся и обуславливают разную психическую динамику.

УСЛОВИЯ И ФОРМЫ ПРОВЕДЕНИЯ

При проведении арт-терапевтических занятий обычно обязательными являются такие условия, как:

- психологическая безопасность участников процесса;
- отказ от оценивания процесса и результатов творческой деятельности с точки зрения художественно-эстетической и даже морально-нравственной;
- приватность и конфиденциальность;
- партнерство в отношениях клиента и специалиста;
- неограниченная свобода выбора клиентом изобразительных материалов и способов работы с ними, тем и сюжетов для творчества, допустимость нарушения традиционных изобразительных форм;
- делегирование клиенту ответственности за процесс и результаты деятельности, связанное с использованием так называемого недирективного подхода.

Различия в условиях и направленности арт-терапии и образовательного процесса могут в некоторых случаях создавать трудности в понимании членами педагогического

Арт-терапия по своей сути конгруэнтна педагогике, поскольку в качестве стратегической цели она, так же как и педагогика, имеет социально успешную, здоровую личность учащегося.

коллектива арт-терапевтической работы и даже ее восприятия как «угрозы» традиционной системе институциональных, педагогических отношений. В то же время арт-терапия по своей сути конгруэнтна педагогике, поскольку в качестве стратегической цели она, так же как и педагогика, имеет социально успешную, здоровую личность учащегося, характеризующуюся высоким уровнем самореализации и качества жизни.

Можно также рассматривать арт-терапию в качестве средства, способствующего смягчению влияния на организм и психику учащихся и педагогов определенных факторов, связанных с системой образования и характерными для нее психологическими нагрузками и институциональными отношениями.

Организационными формами арт-терапии в системе образования могут выступать:

- индивидуальное арт-терапевтическое консультирование, то есть такой вариант психологического консультирования, при котором на протяжении всего процесса или на его определенных этапах активно применяются средства визуальной, проективно-символической коммуникации консультируемого и специалиста: рисунок, лепка, создание композиций из песка, работа с разным проективным материалом (фотографиями, стимульными рисунками и др.);
- групповая арт-терапия (групповой арт-терапевтический тренинг) в форме интерактивной закрытой или полуоткрытой тематической группы либо открытой студии;
- семейная арт-терапия (семейное арт-терапевтическое консультирование); в отличие от обычного семейного консультирования и семейной психотерапии данная форма работы с семьей характеризуется активным применением изобразительных средств,

которые служат основой для диагностики и коррекции семейных отношений.

В некоторых случаях на базе образовательных учреждений могут также реализовываться такие формы работы арт-терапевта, как выставки, художественные инсталляции и ландшафтные проекты, связанные с художественным оформлением внутреннего пространства учреждения и прилегающей к нему территории. В то же время они требуют ясного понимания специалистом задач подобных мероприятий и сопряженных с ними психологических и этических рисков.

Очевидно, что реализация подобных «открытых» арт-терапевтических проектов, связанных с нарушением границ «рабочего» (терапевтического) пространства и проявлением свободной творческой инициативы учащихся в среде образовательного учреждения, может являться катализатором весьма сложной институциональной динамики и даже приводить к перестройке сложившихся властных отношений.

Можно также говорить о специфике форм и видов арт-терапевтической работы, а также способов психологического сопровождения участников арт-терапевтического процесса, в зависимости от особенностей учреждения и контингента учащихся, сроков арт-терапии, финансовых и организационных условий проведения занятий.

ВОЗМОЖНОСТИ ДЛЯ НОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

Имеются значительные возможности для организации системы арт-терапевтических занятий и внедрения ее отдельных элементов в деятельность учреждений дополнительного образования. При этом виды и формы арт-терапевтической работы могут предполагать большую дифференцированность по сравнению с массовыми школами.

У работающих на базе таких учреждений специалистов, как правило, имеются значительные возможности для реализации инновационных здоровьесберегающих технологий, создания таких программ, которые обладают значительной привлекательностью для потребителей услуг. При этом правомерно говорить о проведении не столько традиционных арт-терапевтических консультаций или групповых тренингов коррекционной направленности, сколько о реализации интегрированных программ, ориентированных на решение комплекса развивающих и здоровьесберегающих задач на основе объединения художественно-образовательного, культурологического, рекреационного и арт-терапевтического направлений в деятельности учреждения.

Программы такого рода могут быть рассчитаны на участие детей, молодежи (а иногда и взрослых) с разным уровнем художественных способностей, социальным опытом и состоянием здоровья. Хотя в некоторых случаях можно говорить о проведении специальных программ, рассчитанных на участников «с особыми потребностями», в большинстве случаев программы не будут связаны с акцентировкой внимания на «проблемах». При этом наличие в группе отдельных лиц с психологическими особенностями может потребовать от ведущего использования дифференцированного подхода к их психологическому сопровождению, а также отдельных приемов, позволяющих сгладить напряжение и способствующих скорейшей интеграции таких лиц в процесс групповой работы.

Интегрированные программы с использованием арт-терапевтических технологий в учреждениях дополнительного образования могут быть связаны с творческой переработкой традиционных художественных форм и фольклора, с одной стороны, и новых жанров визуального и паратеатрального искусства, таких, как работа с объектами, фотография, художественная анимация и компьютерная графика, с другой стороны. При этом создаются значительные возможности для применения полимодальной терапии искусством, сочетающей разные формы творческого самовыражения, включая визуально-пластические искусства, музыку, танец, театр, повествование и элементы литературного творчества.

Значительные возможности у учреждений дополнительного образования имеются также для реализации программ, ориентированных на раскрытие ресурсов местных сообществ, развитие сети социально-психологической поддержки уязвимых категорий населения, для повышения общего уровня социальной и культурной активности населения и его правовой культуры, развития толерантности, социальной ответственности, экологического сознания. Важную роль при этом могут сыграть такие виды работы, которые связаны с совместным участием людей разного возраста и социального положения, культурной и конфессиональной принадлежности, в том числе представителей молодежных субкультур.

Представляются весьма перспективными программы, связанные с художественной организацией природной и культурной среды обитания, — проекты по созданию фресок на фасадах домов, граффити, плакатов, художественной инсталляции, произведений лэнд-арта (ландшафтной скульптуры) и ландшафтного театра, целенаправленной и согласованной с местной администрацией работой в среде города или поселка (парки, детские площадки и др.).

Представляются весьма перспективными программы, связанные с художественной организацией природной и культурной среды обитания, — проекты по созданию фресок на фасадах домов, граффити, плакатов, художественной инсталляции, произведений лэнд-арта (ландшафтной скульптуры) и ландшафтного театра, целенаправленной и согласованной с местной администрацией работой в среде города или поселка (парки, детские площадки и др.).



ПРОБЛЕМЫ И ПЕРСПЕКТИВЫ РАЗВИТИЯ

Изучение опыта применения арт-терапии в образовании позволяет говорить о ряде существенных различий в ее использовании в нашей стране и за рубежом. Это касается не только понятийного аппарата (включая и сам термин «арт-терапия», зачастую трактуемый в нашей стране совершенно не так, как в других странах), но и организационных форм и условий ее применения, методологических основ и процессуально-технологической стороны работы специалистов. Имеется также целый ряд общих проблем, связанных с применением арт-терапии в образовании в разных странах. Некоторые принципиальные различия и общие проблемы заключаются в следующем.

1. Методы арт-терапии за рубежом, в странах, где арт-терапия и другие формы терапии искусством зарегистрированы в качестве самостоятельных парамедицинских специальностей, используются в основном профессиональными арт-терапевтами. Такие специалисты применяют исключительно методы арт-терапии, работаю в соответствии с существующими в этих странах стандартами и нагрузками, осуществляя главным образом вмешательство коррекционной направленности в отношении ограниченного числа учащихся. В некоторых случаях эти специалисты также проводят профилактическую работу в образовательной среде.

В Российской Федерации методы арт-терапии в образовательных учреждениях применяются в основном психологами (педагогами-психологами) и, в отдельных случаях, педагогами. Уровень их владения данными методами варьируется в широком диапазоне. Несмотря на развитие в нашей стране программ дополнительного образования и профессиональной переподготовки в области арт-терапии, большинство практических психологов, работающих в системе образования, пока характеризуется сравнительно низким уровнем владения профессиональным арт-терапевтическим инструментарием и общей осведомленности о методах арт-терапии и терапии искусством.

2. Применение методов арт-терапии в образовательных учреждениях в России и за рубежом пока не носит массового характера. Несмотря на ее значительные возможности и отмечаемые положительные эффекты в работе с детьми и подростками, широкому внедрению методов арт-терапии в систему образования препятствует ряд факторов: относительная новизна данных методов, недостаточная разработанность теоретико-методологических, технологических и организационных аспектов, ограниченный объем научных доказательств ее коррекционных и развивающих эффектов.

Более активному применению арт-терапии в школах за рубежом также препятствуют ограниченность финансирования арт-терапевтических услуг в учреждениях образования (дефицит рабочих мест для арт-терапевтов с гарантированной оплатой их труда). Арт-терапия даже в развитых странах (США, Великобритания) не является массовой специальностью; во многих регионах профессиональные арт-терапевты пока вовсе отсутствуют, большинство из них работают

по временным контрактам или с неполной занятостью, часто совмещают работу в нескольких учреждениях.

Поскольку в Российской Федерации арт-терапию в образовательных учреждениях применяют в основном психологи, это создает потенциальную возможность для ее гораздо более широкого использования. Однако для этого требуется существенное повышение уровня знаний и навыков в области арт-терапии у значительного числа психологов за счет прохождения ими соответствующих программ дополнительного образования или профессиональной переподготовки. При получении такого образования практические психологи системы образования могут использовать методы арт-терапии для решения широкого круга задач, опираясь на имеющиеся у них знания и практические навыки в области психологии.

3. Развитие системы арт-терапевтических услуг в учреждениях образования в нашей стране и за рубежом требует всесторонне разработанной методической базы и расширения объема исследований, направленных на доказательство ее эффектов. В целях оптимизации работы специалистов, использующих методы арт-терапии в системе образования, требуется дальнейшее уточнение основного содержания и границ арт-терапевтической деятельности и ее отличий от деятельности педагогов, в том числе специалистов в области художественного образования, арт-педагогике, коррекционного обучения. Это не исключает использования педагогами инновационных технологий, связанных с творческим самовыражением учащихся.

Однако во избежание смешивания терапевтических и образовательных компонентов в работе педагогов вместо слов «арт-терапия» и «арт-терапевтический» (метод, прием, подход) при характеристике таких технологий им следует использовать понятия «арт-методы», «методы творческого самовыражения» и иные близкие им по содержанию определения, избегать использования таких терминов, в состав которых входит слово «терапия».

Это связано с тем, что применение методов арт-терапии имеет, прежде всего, лечебно-коррекционную направленность и требует достаточных знаний не только в области общей, возрастной психологии и психологии развития, но и клинической психологии, владения приемами психологического консультирования и иных специальных знаний и навыков.

4. Многообразие существующих форм образовательных учреждений (ДОУ, массовые и коррекционные школы, учреждения дополнительного образования и др.) создает практически неограниченные возможности для разработки и внедрения дифференцированных форм арт-терапевтической работы.

Некоторые из них могут иметь преимущественно коррекционную направленность, другие — быть ориентированы на решение комплекса задач и допускать объединение художественно-образовательного, культурологического, рекреационного и арт-терапевтического направлений в деятельности учреждения. Такие формы могут, в частности, активно развиваться на базе учреждений дополнительного образования. Реализуемые в ней в последние годы инициативы создают значительные возможности для внедрения арт-терапии и использования ее здоровьесберегающего потенциала. ●

«Моя тревога уползла!»

Коррекция негативных эмоций у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста



Негативные эмоции — это серьезная проблема для современных детей. Они, к сожалению, не исчезают вместе с взрослением ребенка. Напротив, если целенаправленно их не снимать, не помогать ребенку с ними справиться, они могут накапливаться, наслаиваться и уходить в глубины подсознания. Большинство детей не склонны делиться своими эмоциональными переживаниями, поэтому возникла необходимость разработать специальные занятия по развитию эмоций у детей. Одним из аспектов цикла стали занятия по работе со страхами и обидами.



Вера ДАВИДОВИЧ

кандидат педагогических наук,
Москва

Диапазон детских страхов велик: от сказочных героев до реальных природных явлений, таких как землетрясение или гроза. Дети боятся, что их украдут, что они погибнут в авиакатастрофе; ребенку страшно спать одному, потому что ночью видятся чудовища; они боятся родительского наказания, животных, им страшно потерять родителей и многое другое. Фильмы, компьютерные игры, телепередачи, тревога и страхи родителей дают реальную пищу для фантазий и усиления собственного страха.

Общеизвестно, что страх — это чувство беспокойства в ответ на настоящую или воображаемую угрозу. В одном случае страх бывает подсознательным, в другом обусловлен жизненным опытом или разговорами взрослых. Но какой бы ни была основа страха, ребенку надо помочь и научить его самостоятельно справ-

ляться со своим эмоциональным состоянием.

Занятия с детьми проводятся как индивидуально, так и в группе. На первом общем занятии психолог объясняет детям, что страхи выполняют защитную функцию и бояться чего-либо — это нормально. Но все же страхи имеют особенность накапливаться и мешать жить, поэтому важно научиться не бороться с ними, а сотрудничать. **ПСИХОЛОГ ПРЕДЛАГАЕТ ДЕТЯМ ВСПОМНИТЬ СИТУАЦИЮ, КОГДА ОНИ БОЯЛИСЬ**, и рассказать, что они чувствовали в тот момент, что произошло с телом.

ПРИМЕРЫ ИЗ ПРАКТИКИ

Таня, 3-й класс, 9 лет: «Я боюсь очень многого: боюсь остаться одна дома, боюсь, что упадет самолет, что мы все задохнемся, боюсь, что на нас упадет метеорит, боюсь, что меня изнасилуют и убьют. Когда я остаюсь

одна, меня охватывает ужас и даже паника, мне очень страшно. Мне до того страшно, что я даже не могу себя ничем отвлечь. Все мое тело сжимается, и я ничего не чувствую».

Катя, 3-й класс, 9 лет: «Я боюсь выходить из подъезда — там собаки. А еще мне страшно отвечать у доски, я боюсь опоздать на автобус, боюсь ошибиться, боюсь темноты, боюсь оставаться одна дома. Вспоминая все свои страхи, я чувствую, как у меня выпрыгивает сердце, тело становится напряженным, хочется спрятаться».

После того как все дети выскажутся, включается спокойная релаксационная музыка. Детям предлагается закрыть глаза, погрузиться внутрь себя и посмотреть, где же именно в теле поселился страх. Психолог предлагает посмотреть на свой страх, попробовать увидеть, какой он формы, какого цвета, на что похож, и даже поговорить с ним, например



2



1



3



5



6



7



4

спросить, хорошо ему или плохо сидеть взаперти. Если плохо, психолог рекомендует попробовать открыть задвижку клетки и выпустить свой страх на волю. С этим заданием легко справляются и дошкольники и учащиеся начальной школы. А затем детям предлагается нарисовать свой страх.

Для Кати на тот момент самым актуальным было перестать бояться собак. Девочка нарисовала собаку (1). Психолог посоветовала представить, что она, Катя, и есть та самая собака, и попробовать поговорить от ее имени.

— Как мне холодно и очень хочется есть. Вот если бы эта девочка, выходящая из подъезда, была моей хозяйкой, я точно была бы в тепле и сытости!

Девочка дорисовала будку, приговаривая:

— И тебе тепло, и мне не страшно!

Катя с облегчением вздохнула.

Соня, 6 лет. У девочки ДЦП. Сонечка боится спать одна. Она очень легко нашла в теле свой страх в области живота в виде кляксы и треугольника. Затем стала разговаривать с увиденным образом:

— Хочешь, я тебя освобожу из клетки?

— Нет, не хочу! Мне и так хорошо. Ты думаешь, меня легко выгнать? Нет! И не думай!

— Я хочу с тобой дружить!

— Я злой и дружить не умею. И не думай со мной дружить. Я не уйду, мне хорошо жить у тебя.

— И все-таки я хочу тебя выпустить! Я сейчас подхожу к двери, открываю дверь. Ой, какая она тяжелая! Ох, еле открыла. Видишь, как я стараюсь для тебя? Выходи!

— Ушел наконец-то, — со вздохом произносит Соня.

Соня нарисовала две картинки: на первой — большой дом и радостный, улыбающийся треугольник красного цвета — страх, который никак не хотел уходить (2).

На второй картинке (3) треугольник меняет свой цвет на более спокойный — бледно-розовый, рядом клякса, перо и квадрат. Девочка так комментирует свой рисунок:

— У страха, как только я его освободила, сразу же появились друзья: у кляксы — друг перо, чтобы его макать в чернила и красиво писать. У треугольника — друг квадрат. Они смеются, веселятся и идут на вечеринку! Мне тоже стало весело!

После освобождения страха психолог обычно просит еще раз посмотреть внутрь себя: не осталось ли там еще капельки страха. Соня ответила, что весь страх ушел. Это подтвердила и мама девочки. Соня стала спокойно спать одна.

Ян, 6 лет. У него большая тревога, что вечером его не заберут из детского сада. Еще с самого утра он начинает плакать и сомневаться, что за ним придут вовремя. Какие уж тут занятия, если ребенок погружен в неконструктивные переживания! Психолог предложила ему войти в свое состояние тревоги, ощутить ее телом, рассмотреть образ своей тревоги, а потом открыть глаза и вылепить то, что увидел. Ребенок открыл глаза и слепил змею (4), сказав:

— Мой страх и тревога, что забудут забрать, уползла!

И уже на следующий день представилась возможность увидеть, что ситуация действительно изменилась: Ян успокаивал новенькую девочку из своей группы, которая плакала, тревожась, что ее поздно заберут из детского сада.

Прорисовывая свою негативную эмоцию тревоги, страха или обиды, ребенок всегда в какой-то мере высвобождается и ему становится легче.

Миша, 7 лет, так рассказал о своем страхе: «Мне страшно ночью спать одному. Кажется, что через балкон войдут темно-фиолетовые силы и меня унесут. Я просто цепенею от ужаса!» Миша нарисовал себя в кровати и темно-фиолетовые силы в образе страшной птицы с острыми зубами и черной накидке-плаще (5).

— Миша, а что если придумать что-то смешное в этой ситуации и нарисовать, может, тогда страх уйдет? Попробуешь?

— Если я нарисую смешных танцующих лягушек, это будет смешно.

Мальчик рисует новый рисунок: себя в кровати и смешную лягушку (6).

Психолог в конце занятия предлагает вспомнить этот смешной рисунок, если вдруг ночью снова станет страшно. Позже в общении с мамой выясняется, что ребенок спокойно засыпает один.

Страхи, обиды, тревогу и другие отрицательные эмоции дети рисовали, лепили и даже вытанцовывали, прокрикивали, закрывали в клетки. Все то, что дети лепят, рисуют, всегда имеет к ним отношение, и, прорисовывая или вылепливая свой страх, обиду или тревогу, ребенок обязательно освобождается и ему становится легче.

ОСОБОЕ ВНИМАНИЕ В АРТ-ТЕРАПИИ БЫЛО ОТВЕДЕНО РАБОТЕ С ПЛАСТИЛИНОМ

Такая работа способствует снятию мышечных зажимов, развитию пространственного и творческого воображения, спонтанности в выражении чувств, располагает к двигательному и эмоциональному раскрепощению. Пластические материалы — действенное средство в арт-терапии гнева, агрессии, тревожности, замкнутости.

Цель совместной творческой работы заключается в достижении взаимопонимания и сотворчества «скульпторов».

Преимущества пластилина очевидны: можно многократно использовать создаваемый образ. Работа с пластилином и глиной облегчает отреагирование гнева, агрессии и тем самым снижает вероятность насильственных действий в реальной ситуации. Размазывание пластилина по поверхности мы использовали с теми детьми, которые пережили травматические ситуации с целью восстановления их психической чувствительности. Выражая таким образом свои чувства, ребенок постепенно освобождается от страхов, обид, гнева, и пережитое не развивается в психическую травму.

Прорисовывая свою негативную эмоцию тревоги, страха или обиды, ребенок всегда в какой-то мере высвобождается, и ему становится легче.

ПРИМЕРЫ ИЗ ПРАКТИКИ

САША, 6 ЛЕТ: «Я вылепил свою злость в человеке-динозавре и почувствовал, что мое тело стало легким — злость ушла» (7).

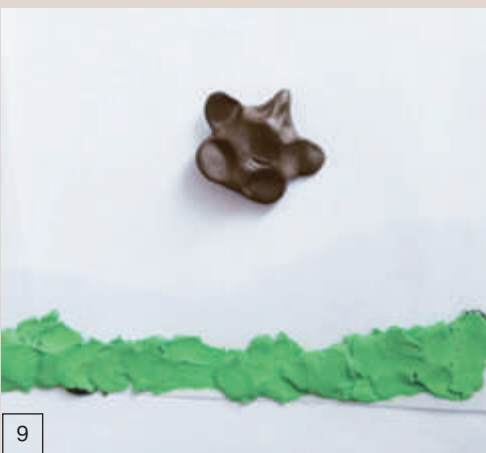
ВАНЯ, 5 ЛЕТ: «Когда я закрыл глаза и вспомнил, как я разозлился на маму, то увидел скелет. Мне даже не по себе стало. Я быстро открыл глаза и слепил этот скелет» (8).

ВИТАЛИНА, 6 ЛЕТ: «Я обиделась на маму. Когда я стала лепить свою обиду, у меня само собой получилась черепаха. Я сама себя почувствовала той черепахой, которая прячет тело в панцире, — так мне было обидно!» (9)

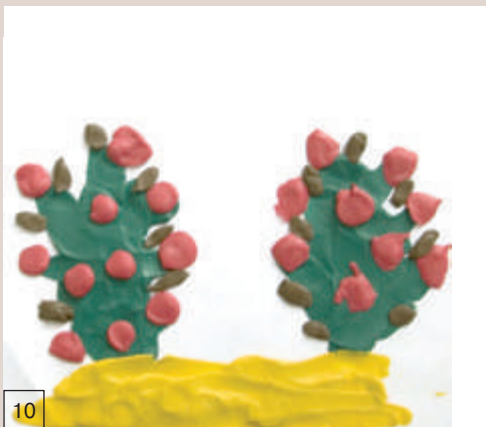
Дети лепили свою обиду, и каждый видел свой образ, каждый переживал свой опыт: обида на папу в виде колючих кактусов у Оли, крокодил с красным языком у Паши, обида на мальчиков в виде жабы у Вики, заяц — обида на дедушку у Вероники... (10, 11)



8



9



10



11

В нашей работе по арт-терапии мы широко применяли игродраматизацию по сказкам. Дети играют роль героя, поют, сами сочиняют танцы цветов и деревьев. Эта работа увлекает ребят и приносит видимый результат. Так, Настя — девочка четырех лет, с компонентами аутизма в поведении за период участия в арт-терапевтической группе стала общаться с другими детьми, делать попытки брать на себя роль и произносить слова, обращаясь к другим детям. У Паши, 6 лет, синдром дефицита внимания с гиперактивностью. В силу его особенностей у мальчика был утрачен самоконтроль в поведении, и он не мог постоять за себя. Нашими усилиями ребенок научился преодолевать свою стеснительность и смог попросить вернуть его игрушку. Для этого ребенка такие действия можно приравнять к большим достижениям.

Олег преодолел свою застенчивость. Дима из драчуна и забияки превратился в положительного лидера в группе.

А теперь несколько слов о детских высказываниях. Прежде всего, психолог на занятиях выступает как равноправный партнер. Арт-терапевтические техники были направлены на достижение желаемых изменений в психологическом самоощущении, на эмоциональную поддержку, выработку гуманно ориентированных моделей поведения. При гуманистической позиции быстрее устанавливаются отношения доверия, взаимного принятия.

Дети рисовали по теме: «**МОЕ НАСТРОЕНИЕ В КРАСКАХ И ОБРАЗАХ**». Они получили один лист бумаги на семь человек.

Инструкция: «Перед вами краски, кисточки, фломастеры и лист бумаги. Передайте свое настроение, свои чувства так, как вы это ощущаете, видите, слышите и чувствуете. Старайтесь рисовать таким образом, чтобы не мешать своим друзьям».

Когда дети закончили рисовать, каждый мог продемонстрировать результаты своего труда и рассказать об эмоциональном состоянии.

ПРИМЕРЫ ИЗ ПРАКТИКИ

МАКСИМ: «Мое настроение хорошее и разное. Оно похоже на радугу».

ГОША: «Мое настроение зеленого цвета. Я его нарисовал в виде звезды на небе».

САША: «У меня сегодня фиолетовое настроение. Я нарисовал фиолетовую машину. Если бы по улице ездил такие машины, то у всех людей была бы радость».



12

Аня: «Я нарисовала коричневые лапки, и мое настроение — коричневого цвета. Будет тут коричневым настроение и даже черным, если не высыпашься!»

Мариам нарисовала милое сердечко и так рассказала о своем настроении: «Мое настроение розового цвета. Я нарисовала сердечко, потому что всех люблю!»

Делиса нарисовала красивый цветок: «Мое настроение сегодня как солнечный цветок».

Вова: «Мое настроение как радуга — хорошее» (12–15).

В целом, разнообразные виды деятельности в арт-терапии развивают фантазию и воображение, помогают ориентироваться в мире вещей посредством их моделирования в ином материале, формируют у детей умения действовать во внутреннем плане, способствуют развитию моторики, становлению произвольной регуляции деятельности. ●



13



14



15

Педагогический университет «ПЕРВОЕ СЕНТЯБРЯ» предлагает

Лицензия Департамента образования
г. Москвы 77 № 000349,
рег. № 027477 от 15.09.2010

для жителей Москвы и Московской области

ОЧНО-ЗАОЧНЫЕ КУРСЫ ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

Курсы организованы совместно с Московским институтом открытого образования. По окончании обучения слушатели получают удостоверение государственного образца о повышении квалификации (с нормативным сроком освоения 72 часа).

Занятия начинаются: на втором потоке – с **7 февраля 2011 г.**, в летних интенсивных группах – с **1 июня 2011 г.** Стоимость обучения – 5400 рублей за один курс. Членам педагогического клуба «Первое сентября» и выпускникам наших курсов предоставляется скидка 10%.

Количество мест в группах ограничено! Прием заявок заканчивается по мере формирования групп.

Обращаем ваше внимание на то, что мы предлагаем пройти обучение на курсах повышения квалификации еще в этом учебном году!

Перечень курсов второго потока 2010/2011 учебного года (февраль – апрель)

АВТОР	НАЗВАНИЕ КУРСА	ДЛЯ КОГО ПРЕДНАЗНАЧЕН КУРС
Калуцкая Е.К.	Современные образовательные технологии преподавания обществознания в школе	Для учителей истории и обществознания
Копина С.А.	Недирективные методы в работе школьного психолога	Для школьных психологов
Круглова Т.А., Щеглова И.В., Ильяченко Л.А.	Актуальные вопросы методики преподавания в начальной школе (в условиях введения Федеральных государственных образовательных стандартов)	Для учителей начальной школы
Леонтьева Т.Н.	Построение курса русского языка в старших классах и приемы работы с текстом	Для учителей русского языка и литературы
Мейстер Н.Г.	Творческое развитие детей средствами художественного моделирования из бумаги	Для педагогов дошкольных образовательных учреждений, педагогов дополнительного образования
Николаева В.В.	Подготовка учащихся к государственной аттестации по французскому языку: французские сертификационные экзамены, олимпиады и конкурсы	Для учителей французского языка
Панфилова М.А.	Современные психолого-педагогические технологии использования сказок и игр в работе с детьми и подростками	Для педагогов, классных руководителей, представителей администрации школ, школьных психологов
Парамонова Н.В.	Социально-психологический тренинг в школе (подготовка ведущих тренинговых групп)	Для школьных психологов
Пинская М.А.	Оценивание в условиях нового Федерального государственного образовательного стандарта	Для директоров, заместителей директоров школ, педагогов, классных руководителей
Резапкина Г.В.	Организация профориентационной работы в школе	Для педагогов, классных руководителей, школьных психологов
Рокитянская Т.А.	Музыкальная грамота в образах и движениях	Для учителей музыки, учителей начальных классов, педагогов дошкольных образовательных учреждений, педагогов дополнительного образования
Садовничий Ю.В.	Подготовка старшеклассников к ЕГЭ и вступительным экзаменам по математике	Для учителей математики
Сальтина М.Г.	Мастерство режиссера школьного театрального коллектива	Для классных руководителей, руководителей школьных театров и театральных студий
Сапожникова Т.Б., Полякова И.Б.	Современные методы и приемы преподавания изобразительного искусства детям	Для педагогов изобразительного искусства, педагогов дополнительного образования, учителей начальных классов
Смирнова О.В.	Методика обучения школьников 8–11-х классов работе с теоретико-литературными понятиями в процессе анализа художественных текстов	Для учителей русского языка и литературы
Соболева А.Е., Савицкая Н.С.	Игровые методы эффективного обучения младших школьников правописанию и чтению	Для учителей начальных классов, логопедов, детских психологов
Струкова Л.Н.	Информационно-компьютерные технологии на уроках английского языка (на основе курса Британского Совета Learning Technologies)	Для учителей английского языка
Струкова Л.Н.	Методика обучения английскому языку детей младшего школьного возраста (на основе курса Британского Совета Primary Essentials)	Для учителей английского языка
Цикина Т.И.	Технологии использования компьютерных средств при подготовке и проведении уроков и внеклассных мероприятий	Для всех педагогов

ЗАЯВКИ МОЖНО ПОДАТЬ по телефону (499) 240-02-24 (с 15-00 до 19-00 по рабочим дням)
или на сайте Педагогического университета «Первое сентября» <http://edu.1september.ru>
(последнее предпочтительнее, после подачи заявки с вами свяжется сотрудник Педуниверситета)

Арт-терапевтические техники в коррекции детско-родительских отношений

Екатерина МЕЛЬНИКОВА

педагог-психолог,
аспирантка МПГУ

**ПРОГРАММА РАССЧИТАНА
НА ДЕТЕЙ 6–7 ЛЕТ
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ**

Цель программы:

создание позитивных эмоциональных отношений между
взрослым и ребенком путем формирования
позитивных аттракций.







Количество занятий:

7 (1 раз в неделю).

Время:

60 минут.

Применяемые в тексте символы:

-  — обсуждения, игры, главным образом словесные;
-  — слушание музыки, исполнение песен и упражнений;
-  — задания на наблюдение, создание композиций
в живописной или графической технике,
а также с привлечением нетрадиционных техник
изобразительной деятельности;
-  — с артикуляционная гимнастика;
-  — музыкально-ритмические упражнения,
игры, основанные на движении;
-  — информация для ведущего, пояснения,
дополнительная информация.

Программа прошла проверку
в ЦППРК «Рублево» и ЦПМСС «Фили»





Рисуем музыку

Занятие 1 ЦВЕТНОЙ ВОЗДУХ

Цели: познакомить участников группы; создать в группе доверительную атмосферу, позволяющую детям выразить в творческой деятельности свои чувства; развивать внимательность и чуткость к восприятию выразительных средств изобразительного искусства и музыки; развивать у детей способность к передаче разного настроения и разных музыкальных образов с помощью живописных изобразительных средств.

Материалы: гуашь (одна пачка на пару родитель-ребенок); кисть плоская на каждого; ватман формата А3, два листа на каждого участника.

Зрительный ряд: репродукции из наглядного материала Е.И. Коротеевой (№ 16, 18, 22).

Музыкальный ряд: фрагмент из мюзикла «Кошки» Л. Уэббера;

«Утро» из музыки Э. Грига к драме Ибсена «Пер Гюнт»; пьеса «Viva El Paraguau».

выдох. Упражнение выполняется не менее пяти раз.)

ХОД ЗАНЯТИЯ

Психолог. Я рада видеть всех вас!

(Детям и родителям предлагается встать в круг.)

👁️ Давайте начнем наше занятие с упражнения, в котором нам понадобится воображение. Мальчики и девочки, мамы, папы, бабушки и дедушки! Берите своего соседа за руку, и все вместе вдохнем-выдохнем, вдохнем-выдохнем.

(Дыхательное упражнение направлено на снятие излишнего волнения и напряжения при вхождении в незнакомую группу. Правильное выполнение упражнения: короткий вдох через нос и медленный, долгий

👤 А теперь, не отпуская рук, представим, что наш круг — это большой и добрый мишка. Давайте прислушаемся к его дыханию. Послушаем, как бьется его сердце. Тук — делаем шаг вперед, тук — шаг назад. И еще раз тук — шаг вперед, тук — шаг назад.

А теперь пусть каждый из вас по очереди сделает шаг в круг, назовет себя по имени, выполнит какое-нибудь движение или действие, сделает шаг назад и вернется в общий круг. Все остальные «связываются» глазами, одновременно делают шаг в круг, повторяют за автором его имя точно так, как он его произнес, и то движение, которое выполнил, и, делая шаг назад, возвращаются в общий круг.

Можно топтать ногами, крутить головой, поднимать руки вверх или

делать какие-нибудь еще движения, но такого уровня сложности, чтобы все стоящие в кругу смогли повторить ваши действия. Итак, я называю свое имя и хлопаю в ладоши, а все остальные повторяют за мной. Отлично! Продолжит тот, кто стоит справа от меня...

→ В любой групповой работе важно уметь внимательно и спокойно общаться друг с другом. Следя за движениями «солирующего», ребенок развивает произвольность внимания, улучшаются коммуникативные навыки. Дружно повторить движения «автора» удастся только в том случае, если все присутствующие не замкнуты на себе, а открыты для работы с другими. Исполняющий же главную роль ребенок учится адекватно реагировать на направленное на него внимание группы.

☺ Постарайтесь вспомнить и потом по очереди рассказать друг другу, как шли на занятие, что видели, какая была погода? А теперь перейдем в другую часть зала.

→ Надо дать детям возможность подвигаться за счет смены положения в пространстве. Ходьба (а кто-то, может быть, и пробежится кружок-другой) снимет двигательное напряжение, и школьники смогут дальше работать активно и радостно.

🗨 Может быть, кто-то из вас после такой длинной и интересной дороги, которую вы проделали, идя на занятие, проголодался? Так давайте сейчас устроим необычный, музыкальный завтрак. Берем воображаемый стакан сока, ставим в него трубочку и начинаем его пить, потягивая через соломинку воздух короткими порциями, потом берем яблоко и начинаем его откусывать, широко открывая рот, берем блинчик и едим его, то растягивая уголки губ в стороны, то собирая их в трубочку, берем жвачку и начинаем ее жевать (губы надо вытянуть вперед и начать движение по кругу, сначала в правую, а потом в левую сторону), а теперь все запиваем соком.

→ «Музыкальный завтрак» — важная часть занятия, так как артикуляционная гимнастика, кроме

того что работает над подвижностью органов речи и способствует четкой артикуляции, подспудно развивает речь ребенка, так как, пытаясь выразить свое впечатление от картины или от прозвучавшего музыкального произведения, ребенок не будет бороться с «техническими» трудностями, создаваемыми губами и языком, а только следить за точностью словесного выражения. Кроме того, эта работа помогает подготовить речевой аппарат детей к пению.

👁 Подойдем к нашему рабочему месту. Здесь мы будем рисовать. Вы принесли все необходимое для занятия. Вытаскиваем баночки с красками из коробки. Сейчас посмотрите на краски, и пусть каждый покажет злую/грустную краску, а потом подумайте и покажите добрую/веселую краску.

→ На этом этапе мы обговариваем с детьми, что если музыка будет злая, то на листе бумаге мы нарисуем воздух темного цвета, может быть страшную ночь, а если музыка светлая, то и краску мы возьмем радостную. Детям можно предложить еще раз посмотреть на воздух на улице, понять какого он настроения.

👁 Ребята и взрослые, предлагаю вам посмотреть репродукции из наглядного материала Е.И. Коротеевой, где главный герой — небо и оно разного цвета, определить настроение каждого изображения и поделиться своими мыслями об увиденном.

→ Богатый наглядный материал подобран по принципу контраста и тождества, он стимулирует самостоятельность детского и в не меньшей степени родительского творчества. «Насмотренность» глаза позволяет школьникам найти свой вариант решения задачи с применением в него своего собственного индивидуального видения.

🎵 А теперь послушайте специально отобранные музыкальные фрагменты. Когда начнет звучать первый фрагмент, возьмите кисточку, лист ватмана и краски того настроения, которое больше всего подходит для изображения воздуха, наполняюще-



И.К. Айвазовский.
Восход солнца в Феодосии



И.К. Айвазовский.
Вид Константинополя ночью.
Фрагмент



Рассвет

го этот музыкальный отрывок. Родители и дети работают рядом, но каждый на своем листе. Работаем быстро, после каждого мазка давая кисточке вздохнуть, то есть отрывая кисть от бумаги.

🔊 Звучит фрагмент из мюзикла «Кошки» Л. Уэббера. Звуки падающие, как капли дождя, темная палитра. В этом фрагменте использовано наложение дорожки звука льющегося дождя на оркестровое звучание. Оркестровыми средствами создаются раскаты грома. Музыка очень изобразительна.

👁 Молодцы! Кладите свои работы на подоконник сохнуть и возвращайтесь на свои места создавать следующую картину.

🎵 Сейчас начнет звучать второй фрагмент. Пододвиньте к себе поближе краски того цвета, которые по колориту больше всего подходят для изображения воздуха, наполняющего это музыкальное произведение, и начинайте работать (1). (Звучит «Утро» Э. Грига из музыки к драме Ибсена «Пер Гюнт»). Звуки мягкие, передают светлое настроение при восходе солнца, теплоту летнего воздуха.)

🔊 Педагог-психолог тоже может рисовать и, демонстрируя детям различные приемы изображения, приглашать их к поиску различных способов выражения чувств, пробуждаемых музыкой. Например, спросить детей, правильно ли колоть резким мазком мягкие звуки или мазать их темной краской. Как показывает практика, дети с удовольствием гладят мягкие звуки кисточкой, взмахивают кисточкой под восходящее движение мелодии.

🔊 Это музыкальное невербальное погружение в собственное самоощущение, дополнительное возможность живописно-графического самовыражения, открывает ребенку путь к высказыванию о себе, затем к высказыванию о себе для другого (педагога-психолога, родителя, одноклассника).

👆 Предлагаю всем участникам группы подвигаться под звучащую музыку, потанцевать (звучит пьеса «Viva El Paraguai» неизвестного юж-

ноамериканского композитора). Можете импровизировать движения, а потом соберитесь в круг и выполните такие движения танца: 1) перекрестные шаги — встречаются разноименные коленка и локоть; 2) наклоняем голову в сторону и тянем к потолку то одно ухо, то другое; 3) подпрыгиваем и кружимся; 4) беремся за руки и идем к центру круга, поднимая руки вверх; 5) идем от центра круга, опускаем руки; 6) подскоки по кругу; 7) делаем круговые движения ступнями; 8) махи руками; 9) боковой галоп по кругу; 10) поклон с одновременным восстановлением дыхания — при наклоне «выдыхаем в коленки».

🎵 А теперь подходим к фортепиано и играем на тему своих рисунков: где мазок мягкий, плавный — там и звуки на фортепиано будем соединять, а где мазки-точки, там будем играть на фортепиано отрывисто (стаккато).

🔊 Происходит развитие мышления детей, так как при переводе художественного образа из одной модальности (например, визуальной) в другую (аудиальную, кинестетическую) задействуются все мыслительные операции: анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстрагирование, конкретизация. Формируется целостность восприятия художественного образа через различные виды искусства.

👆 Предлагаю вам походить по залу в задаваемом мной ритме, превратившись в персонажа, которого я называю. Самая медленная скорость — это цифра 1, а самая быстрая (бег) — это цифра 10, между ними средняя скорость. Итак, скорость 4 — вы изображаете крадущегося тигра; на скорости 9 летите, как орел, на скорости 7 прыгаете, как заяц по горячему песку, и т.д. Теперь в тех изображениях воздуха, которые вы сделали, найдите наиболее подходящий фон для одного из персонажей, в которых мы с вами превращались. Почему ему подходит именно этот рисунок?

🔊 На следующих занятиях изображаемого персонажа можно будет нарисовать на том фоне, который создали на этом занятии. Усилия по созданию беспредметной картины «Цветной воздух», допол-

ненные на следующем занятии работой по добавлению в этот пейзаж какого-либо предмета, складываясь вместе, дают яркую и целостную картину. Такой сильный положительный результат создает стимул для дальнейшего творчества и уверенности в своих силах.

🎵 Наше занятие подошло к концу, и настала пора прощаться. Давайте представим, что мы разучились говорить, а можем только петь. Сейчас каждый из нас пропоет свое имя и слова прощания, а мы все будем его слушать. Потом следующий за ним по кругу человек тоже пропоет свое имя, и так, пока все не попрощаются.

Итак, я начинаю: «Я, Екатерина Геннадьевна, всем говорю до свидания, всем говорю пока!»

(Введение ритуала прощания. Завершение занятия.)

🔊 Педагогам-психологам, не имеющим в своем аудиофонде рекомендованных записей, можно рекомендовать достаточно упрощенную схему, помогающую подобрать музыкальные произведения для занятия. Автор работы «Музыкальная психотерапия» В. Петрушин, предлагает матрицу для расшифровки различных эмоциональных состояний в музыке. Опираясь на эту матрицу, мы получаем следующие построения, выражаемые различной по характеру музыкой:

I. Медленный темп + минорная окраска = настроения задумчивые, печальные, грустные, унылые, скорбные, трагичные.

II. Медленный темп + мажорная окраска = характер музыкальных произведений созерцательный, спокойный, уравновешенный.

III. Быстрый темп + минорная окраска = характер музыкальных произведений напряженно-драматический, взволнованный, страстный, протестующий, мятежный, наступательно-волевой.

IV. Быстрый темп + мажорная окраска = музыка радостная, жизнеутверждающая, веселая, ликующая.

Такая классификация, естественно, не претендует на то, что с ее помощью можно расшифровать всю глубину содержания музыкального произведения, но все же она имеет практическую ценность.



И.К. Айвазовский. Среди волн

Занятие 2 МОРСКИЕ НАСТРОЕНИЯ

Цели: формировать позитивные взаимоотношения между родителями и детьми; развивать творческую активность и самостоятельность детей; продолжить с детьми освоение красочной палитры; учить накладывать краски на бумагу в соответствии с замыслом более или менее густым красочным слоем; дать возможность детям приобрести опыт музицирования.

Материалы: гуашь; кисти плоские №14; ватман формата А3, 2 листа на пару.

Зрительный ряд: репродукции из наглядного материала Е.И. Коротеевой (№ 23, 62, 19 — море)

Музыкальный ряд: С. Рахманинов. Прелюдия, соч. 23 № 5; песня про солнышко.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Психолог. Здравствуйте!

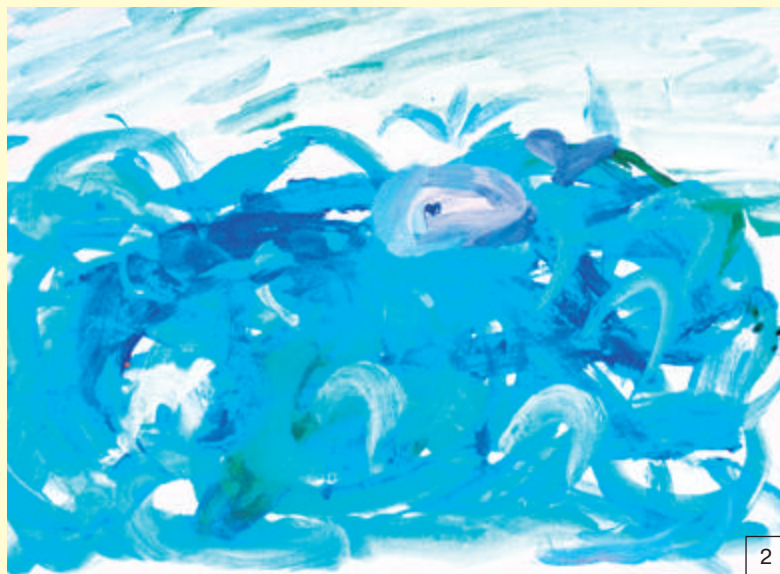
Давайте встанем в круг, возьмемся за руки и представим, что наш круг — это большой и добрый мишка. Давайте прислушаемся к его дыханию. Послушаем, как бьется

его сердце. Тук — делаем шаг вперед, тук — шаг назад. И еще раз тук — шаг вперед, тук — шаг назад. (Цель данного упражнения — сплочение группы.)

Предлагаю вам посмотреть репродукции из наглядного материала Е.И. Коротеевой, где море — главный герой и оно разного цвета. Давайте обсудим, какое море

бурное, какое спокойное, какое теплое, какое холодное. Может быть, кто-то заметил еще какие-либо особенности. Поделитесь мыслями со всеми.

Включаю музыкальный фрагмент, бурную Прелюдию Рахманинова, и мы будем двигаться по залу, превратившись в стремительные волны.



2

Море



Кашалот

Каждый из вас побыл морской волной. Изобразите настроение того моря, которое было в прослушанной музыке. Садитесь за свои столы и рисуйте.

Я снова включу это произведение, и, пока оно звучит, создавайте свои работы. Обратите внимание, что в этой музыке средняя часть спокойная. Решите, где у вас будет спокойное море — ближе к горизонту или к берегу?

Эту часть листа, где у вас спокойное море, покрывайте краской глянющими движениями кисточки. В бурных частях учимся широким мазком покрывать весь лист густой краской (2).

Родители работают на своих листах, а вы на своих. Работаете рядом, можете обмениваться впечатлениями.

Критические замечания давать не следует, а вот положительные отзывы приветствуются.

Подходим к фортепиано. Из морских глубин у нас начинает подниматься кашалот. Приготовили свои руки к игре на инструменте. Окружим ладошку, как будто держим яблоко. И сейчас по очереди к фортепиано подойдет каждый из присутствующих здесь взрослых и детей и по черным клавишам станет подниматься вверх, от самых низких звуков к самым высоким, желательным третьим пальцем. Кто знает, где расположена первая октава, поменяет там играющую руку с левой на правую.

Первый играющий поднимается к высоким нотам, второй спускается к морским глубинам низких нот. Следующий будет снова подниматься к поверхности воды, а тот, который его сменит, спускаться вниз.

Игра на инструменте сопровождается стихотворением Л. Хереско «Море и небо».

Вот

из темных вод

Поднимается с волною кашалот...

А вокруг тепло, светит солнышко, стайки птичек летят в высоту...

Ночь звездочки, днем ни облачка, ветерок чуть колышет волну...

Но кашалоту все равно, он уплывет опять на дно...

Возвращаемся к своим рисункам и рисуем в море кашалота. Подумайте, в какой части моря он будет плыть. Рисуя кашалота, учитывайте, что он не надувной, поэтому брюхо у него погружено в воду и его не видно. Над поверхностью воды можно увидеть только спинку и хвостик (3).

«Музыкальный завтрак» (см. занятие 1).

Разучиваем песню про солнышко.

Психолог может разучить любую имеющуюся в его распоряжении песенку про солнышко, к которой есть минусовая фонограмма. Мелодическая и ритмическая простота песенки позволят каждому быть успешным в вокально-исполнительской деятельности, что будет способствовать повышению самооценки и уверенности в своих силах.

Участники группы сидят на корточках по кругу. Звучит песня, все медленно поднимаются, одновременно поднимая все выше и выше обе руки (смотря на руки).

Вот как солнышко встает — выше, выше, выше.

Все стоят, приподнимаясь на носках, руки вытянуты вверх.

К ночи солнышко зайдет — ниже, ниже, ниже.

Медленно опускают руки вдоль туловища и встают на полную ступню.

Прпев:

Хорошо, хорошо
солнышко смеется,
а под солнышком всем
весело поется.

Повторить 2 раза.

Хлопая в ладошки, участники группы исполняют импровизационные движения на месте.

Прощание (см. занятие 1).

Занятие 3 МУЗЫКАЛЬНЫЕ ПЕРСОНАЖИ

Цели: развивать образное мышление и эмпатию; формировать способность к созданию персонажей, различных по пластике, характеру, настроению; продолжить учить детей пользоваться свойствами материала (гуаши) для создания задуманного образа.

Материалы: гуашь; кисти плоские (№ 7 и 14); бумага формата А4, 4 листа на пару; ватман формата А3, 4 листа на пару.

Зрительный ряд: репродукции из наглядного материала Е.И. Коротеевой (№ 13 — бабочки); учебник для 1-го класса по изо под ред. Б.М. Немского «Искусство и ты. Ты изображаешь, украшаешь и строишь» (с. 21, 50–53, 88–89).

Музыкальный ряд: Э. Григ. «В пещере горного Короля»; Кларк. Соло на трубе; И. Штраус. Палькапищикато; пьеса И. Манукяна «Джидик»; В. Золотарева. «Цветы и бабочки»; «Лебедь» К. Сен-Санса.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Психолог. Здравствуйте!

Давайте встанем в круг и поиграем в игру «волшебная палочка». Сначала внимательно осмотрите все имеющиеся в зале вещи и запомните их цвет. Теперь выберем первого водящего.

Он берет «волшебную палочку» (это может быть кисточка, карандаш, палочка и пр.) и называет цвет, например желтый, а получающий называет предмет именно такого цвета из имеющихся в зале, например занавески. Если получающий не ответил, палочка возвращается к водящему и меняет «адрес». Если тот, кому передали палочку, удачно ответил, то он становится водящим, и т.д.

Разных по настроению персонажей (человечков) нам сейчас загадает музыка.

Сначала мы с вами подготовимся к музыкальной загадке — нарисуем двумя мазками туловище (педагог рисует на доске мокрой кисточкой одновременно с детьми), голову, потом мазки — руки и ноги (формат бумаги А3).

→ Педагогу цвет желательно не использовать, пусть родители и дети действуют творчески и свободно, самостоятельно экспериментируя с цветом.

👁 Сейчас зазвучит музыка. Ваша задача: понять настроение музыки и музыкального персонажа этого произведения и одеть своего схематичного человечка в соответствии с услышанным. Если музыка злая, неистовая, то краски вы возьмете мрачные, темные (звучит «В пещере горного Короля» Грига) (4). Если музыка светлая, торжественная, то используемая вами палитра, скорее всего, будет яркая, солнечная (звучит «Соло на трубе» Кларка) (5, 6).

↑ Выходим на центр зала (я к фортепиано) и «садимся» в поезд, который будет останавливаться на разных станциях, где живут жучки, зайчики, дождинки, цветы, бабочки. Движения поезда мы изображаем следующим образом: все стоят друг за другом, руки согнуты в локтях. Двигаемся топающим шагом, вращая согнутыми в локтях руками — как «поезд». Окончание звучания музыки означает, что мы приехали на лесную поляну.

Послушайте, какие движения вам понадобятся. Жучки — свободно бегут по залу, а по хлопку ведущего ложатся на спинки и двигают ногами и кистями рук. Танец лесных зайчиков: кисти рук у груди, пальцы опущены, локти отведены. Свободно передвигаемся по залу прыжками. Необходимо заполнять равномерно все пространство, следить за тем, чтобы в зале не было пустых или переполненных мест. Дождинки — легкий бег на носочках. Цветы — плавные движения руками и головой (цветок колышется на ветру и поворачивает головку за солнцем). Бабочки — бег на носочках с движениями рук-крыльев. Между каждым музыкальным фрагментом мы будем собираться на поезд и ехать в гости к следующему персонажу.

→ Для поезда все время звучит один и тот же музыкальный фрагмент (Н. Метлов. «Поезд»), для остальных фрагментов используются следующие пьесы: Гавот из балета «Пустячки» В. Мо-



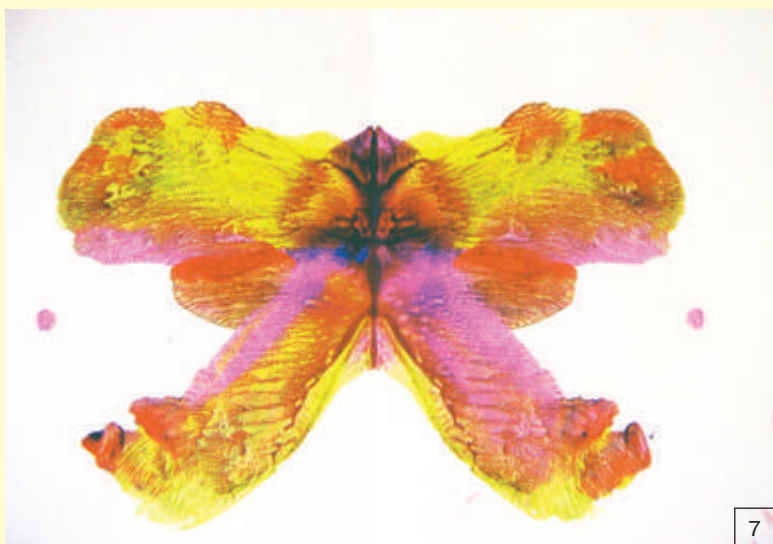
Герои музыкального произведения



Герой музыкального произведения



Герой музыкального произведения



7

Бабочка



8

Встреча пятен

царта (жучки), «Полька-пицикато» И. Штрауса (зайцы), пьеса И. Мамуляна «Дождик», «Цветы и бабочки» В. Золотарева.

Психолог, не владеющий игрой на фортепиано, может воспользоваться музыкальными фрагментами с дисков.

👁 Мы с вами порхали, как бабочки, а теперь нарисуем ее. Бабочку мы сделаем с помощью монотипии. Для рисования бабочки приготовьте 3 основных цвета: красный, желтый и синий. Разделите лист бумаги формата А4 на две равные части, сложив его пополам. На одной части нарисуйте половину бабочки (крыло). Пока краска не высохла, наложите чистую половину листа на изображение и прогладьте ладонью. Раскройте лист и при необходимости дорисуйте бабочку (7). Пока

вы рисуете, будет звучать музыка («Лебедь» К. Сен-Санса из «Карнавала животных»).

👤 Перед тем как мы начнем создавать следующее изображение, я предлагаю поиграть. Мне нужны пары: родитель–родитель, родитель–ребенок, ребенок–ребенок. Два человека встают друг напротив друга и по хлопку ведущего начинают движение навстречу. Партнеры могут встретиться, обняться, подружиться, а могут не встретиться (например, остановиться и разойтись). А мы с вами с интересом наблюдаем, что же будет между ними происходить.

👁 Теперь мы изобразим то, что увидели. Главными персонажами будут черное и белое пятна, которые мы создадим на листе бумаги

напротив друг друга. Я предлагаю вам поруководить этим пятнами. Пусть они с помощью кисточки начнут движение друг к другу (8). При их встрече получится живое, пульсирующее пятно. Дорисуйте получившийся образ, например создав сказочное животное. Дружить ведь всегда лучше, чем ссориться, поэтому наши с вами два пятна, такие разные, встретившись, способствовали созданию чего-то интересного и нового (формат бумаги А4).

👉 Можно показать участникам иллюстрации из учебника по изо для 2-го класса под ред. Б.М. Неменского, с. 32–33.

🎵 Прощание (см. занятие 1).

Занятие 4 Я ЛЮБЮЮСЬ ПРИРОДОЙ

Цели: работать с эмоционально-поведенческими проблемами детей и отношением родителей к ним; познакомить детей с различными техниками изображения; продолжать развивать воображение и художественные способности.

Материалы: гуашь, плоские кисти, ватман А3, 6 листов на пару, толстые нитки, блюдечки для разведения гуашевой краски, цветные карандаши.

Зрительный ряд: репродукции из наглядного материала Е.И. Коротеевой (№ 4, 8, 15, 22, 29, 30, 41, 51); учебник для 2-го класса по изо «Искусство и ты» под ред. Б.М. Неменского (с. 41 и 69 — паутинка).

Музыкальный ряд: песня «Паучок» (муз. Е. Попляновой, стихи Н. Пикулевой); Ф. Мендельсон. «Песня венецианского гондольера»; фрагмент из 1-й части Концента № 2 С.В. Рахманинова; фрагмент из 2-й части Симфонии № 10 Д.Д. Шостаковича.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Психолог. Здравствуйте! Я рада вас видеть!

👤 Приветствие в кругу (см. занятие 1).

👁 К сегодняшнему занятию я приготовила клубок ниток. Предлагаю прикрепить к этой ниточке наши имена. Я даю основной тон, пропевая свое имя, и передаю стоя-

шему в кругу справа от меня участнику группы ниточку. Он должен взять ее и, «прикрепив» к ней свое имя, то есть пропев его, передать ниточку стоящему рядом с ним ребенку.

🎵 Как вы думаете, кто из лесных жителей чаще всего занимается ткачеством? Я думаю, что вы все догадались, о ком идет речь. Предлагаю послушать и выучить песню «Паучок».

Пау-пау-паучок,
Паутиновый жучок
Семь ночей не спал,
Сон про лето ткал.
Сон про солнышко-
Колоколнышко
И про дождь грибной,
И про нас с тобой,
И про нас с тобой...

👁 Давайте соткем «сон про лето», то есть нарисуем паутинку нитками. Нам для этого понадобится обмакнуть кончик нитки в краску и поставить в центре листа точку. От этой точки проводим к краям листа линии. Стараемся доводить до края листа, как будто бы тем самым мы зацепляем паутинку за веточку. Теперь соединим получившиеся радиусы. Следим, чтобы паутинки цеплялись друг за друга и муха не могла вырваться. Работаем под музыку (звучит «Песня венецианского гондольера» Ф. Мендельсона). Обратите внимание, что спокойная, немного грустная мелодия движется беспрерывно, как паутинка.

🎵 Встанем на середину зала и постараемся увидеть в углу потолка воображаемого паучка — начнем укачивать его взглядом, делая глазами движения из стороны в сторону, как в упражнениях, рекомендуемых для снятия усталости глаз. Поем следующие слова:

У кога-воркота
колыбелька хороша.
У дитяти мово
есть получше его.

👉 Мелодия движется постепенно, то в восходящем, то в нисходящем направлении в диапазоне терции.

🎵 Теперь укачиваем муравья на кончике пальца; теперь слона — руки вверх высоко поднимаем и рас-

качиваемся всем корпусом вперед-назад, поем громко — forte.

👁 Предлагаю вам посмотреть различные пейзажи. Определите, кто главный герой в каждом из них: небо или земля. Обратите внимание, что линия их встречи может быть неровная, с ямками и горочками.

🎵 Послушайте музыкальный фрагмент (звучит фрагмент из 1-й части Концерта № 2 Рахманинова) и определите по настроению, пейзажу какой страны это больше всего подходит: жарким тропическим странам с их вечнозелеными деревьями и пальмами или пейзажам

России с ее суровыми зимами и тянущимися к небу зелеными березками летом? Как только вы определили, можете подвигаться в характере звучащей музыки, покружиться, как березки, наклониться под натиском сильного ветра, как могучие дубы.

👁 Переходим к созданию живописных работ. Сначала решите для себя, что у вас в работе будет главным персонажем — небо или земля. Вы можете расположить лист бумаги вертикально или горизонтально. Где у вас будет проходить линия встречи земли и неба, какой она будет? После того как вы сделали фон, добавьте вертикальный ритм стволов. Березку на первом



9

Пейзаж



И.Э. Грабарь. Рябинка



10

Собачка в технике «мятая бумага»



Ю. Васнецов.
Волк и семеро
козлят



11

Бабочки
с паутинками

Ю. Васнецов. Маша и медведь



плане, самую близкую, дотяните до неба (9, с. 25). Закончив свои работы, отложите их на подоконник сушиться.

🎵 А теперь послушайте противоположный по характеру музыкальный фрагмент (*звучит фрагмент из 2-й части Симфонии № 10 Шостаковича*). Предлагаю вам походить по залу в характере этой музыки. Идем стремительно, решительно, зло, в хаотическом порядке, занимая всю комнату.

👁 Давайте подойдем к нашим рабочим местам и создадим на листе бумаги образ темной, колочей, непроходимой чащи. Рисуем деревья близко друг к другу, скрюченные, с резко торчащими ветками.

👉 Психолог может прокомментировать выполнение этого задания следующим образом: мы поразному воспринимаем светлую, спокойную березовую рощу и непроходимую чащу. Конечно же, приятнее находиться в роще. Родители, сохраняющие при любой «погоде в доме» здоровый покой в своем внутреннем мире, тем самым задают спокойный ритм жизни своим отпрыскам. Даже если юную мятежную душу захватит небольшая буря, добрая сила больших деревьев укроет его от слишком сильных порывов ветра, которые могут сломать неокрепший ствол. А вот в мрачной, угрюмой чащобе, с неприятливо нависающими большими деревьями, очень трудно пробиться к солнцу.

👁 Посмотрите, что я вам показываю (психолог показывает из наглядного пособия Е. Коротеевой ветки деревьев в тонких иголочках инея, морозные узоры на стекле, паутину чугунных кружев оград, вологодские кружева). На что из того, что мы с вами в начале занятия рисовали, это похоже? Конечно же, на паутинку. Давайте дорисуем цветными карандашами свои паутинки.

👉 Усилия, приложенные в начале занятия по созданию графической беспредметной работы «Паутинка», дополненные усилиями по превращению этой картины в прекрасное кружево, складываясь вместе,

дают яркую и целостную картину. Такой сильный положительный результат создает стимул для дальнейшего творчества и уверенности в своих силах.

🎵 Прощание (см. занятие 1).

👁 Домашнее задание: сделать дома паутинки нитками и принести их на следующее занятие. Также принести бабочек, которые делали на 3-м занятии.

Занятие 5 ТАКИЕ РАЗНЫЕ ЖИВОТНЫЕ

Цели: познакомить детей со способами выражения эмоционального состояния (радости, грусти, гнева, удивления); познакомить с различными техниками изображения; формировать эстетическое отношение к природе, умение замечать красоту; формировать бережное отношение к живому миру через восприятие произведений музыкального и изобразительного искусства.

Материалы: гуашь, плоские кисти, бумага формата А4 и А3 — по 2 листа на пару; ножницы, клей. Выполненные дома паутинки и бабочки, сделанные на 3-м занятии. Фоны «воздуха», выполненные на занятии № 1.

Зрительный ряд: иллюстрации Л. Токмакова к русским сказкам про зверей; иллюстрации Ю. Васнецова к русским народным сказкам, песенкам, к сказкам В. Бианки; иллюстрации В. Лебедева, Е. Чарушина.

Музыкальный ряд: инструментальная импровизация детей, песни про разных животных, песня «Паучок» (муз. Е. Попляновой, стихи Н. Пикуневой).

ХОД ЗАНЯТИЯ

Психолог. Здравствуйте, я рада вас видеть!

👉 Приветствие (см. занятие 1).

👁 Предлагаю создать на листе в гуашевой технике сегодняшнее небо. Быстро покрываем лист мазками-кирпичиками, обязательно отрывая кисточку от листа бумаги и давая ей «вздохнуть».

👉 Можно фон не создавать, а воспользоваться фоном «цветного

воздуха», который делали на занятии № 1.

👁 Теперь мнем лист бумаги А4, разводим в блюдечке краску. Мятой бумагой делаем отпечатки на имеющемся фоне.

Получившееся животное, если это необходимо, дорисовываем кисточкой. Подумайте, какое настроение у вашего персонажа: он радостный, грустный, злой, удивленный, испуганный?

Добавьте в рисунок необходимые детали (10, с. 26). В качестве «справочного материала» можете использовать пиктограммы, которые я нарисую на доске.

👉 Психолог может рисовать мятой бумагой на доске. Например, сделав пятно-животик, сверху поставить пятно-голову, по бокам и внизу животика сделать более мелкие пятнышки-лапки, а на голове расположить крохотные пятнышки-ушки — получится пушистый медвежонок.

🎵 Разучиваем песню про получившееся животное или импровизируем рассказ о своем животном на фортепиано.

👉 У педагога-психолога специально для этого занятия должна быть составлена подборка детских песенок о различных персонажах. Очень выручают караоке-диски с детскими песнями.

🎵 Я играю песню, а вы вспоминаете, о ком она (психолог исполняет песню «Паучок»). Предлагаю исполнить ее всем вместе.

👁 Сегодня нам предстоит коллективная работа по созданию большой паутинки с пролетающими мимо бабочками. Объединяйтесь в команды по 4 человека и склеиваете скотчем ваши паутинки, которые вы сделали дома.

Затем вырезайте по контуру сделанных на 3-м занятии бабочек. А затем, договорившись между собой, приклейте бабочек на листе с паутинками (11, с. 26). Каждой команде предоставляется право представить свою работу и прокомментировать образ, который они создали.

🎵 Прощание (см. занятие 1).



12

Ручеек



13

Цирк. Лошадка



14

Артистка цирка

Занятие 6 ВЕСЕЛЫЙ ДЕНЬ

Цели: работать с коммуникативной сферой; продолжить учить детей пользоваться конструктивными качествами и свойствами материала при создании живописных произведений и при работе с цветной бума-

гой; развивать тактильное восприятие; познакомить с выразительными возможностями линии; продолжить развивать интонационную выразительность речи, творческую активность и самостоятельность детей.

Материалы: гуашь, кисти, бумага формата А4 (1 лист на каждого), цветная бумага, клей ПВА или клеящий карандаш, ватман А3 (1 лист на пару), ножницы; металлофоны, ксилофоны, колокольчики, тарелочки, бубны, ложки, коробочки, палочки, треугольники, маракасы.

Зрительный ряд: репродукции из наглядного материала Е.И. Коротеевой; фотографии ручейков; учебник для 3-го класса по изо «Искусство вокруг нас» под ред. Б.М. Неменского (с. 78–79, 104–105).

Музыкальный ряд: Прелюдия для фортепиано Дж. Гершвина; Ф. Лист. «Грезы любви»; песня про ручеек М. Скребцовой; Дм. Кабалевский. «Клоуны»; фонограмма песни «Цирк», диск «Звуки природы».

ХОД ЗАНЯТИЯ

Психолог. Я рада вас приветствовать!

🎵 Послушайте и догадайтесь, что за звук наполнил наш зал (звучит фрагмент с диска «Звуки природы»). Правильно, это журчит весенний ручеек.

👁 Сейчас мы сделаем обрывную аппликацию. Для этого нам понадобится белый лист бумаги. На что он похож? Конечно же, на снежное покрывало зимы. Но вот выглянуло солнышко и засверкало на сугробах.

Оторвите от куска желтой бумаги небольшие кусочки и приклейте на белый лист. Солнце прогревает все сильнее и сильнее, и вот появляются проталины. Давайте приклеим коричневые кусочки. Потом появляются голубые ручейки, проклеивается на проталинах трава, то тут, то там загораются яркими огоньками цветы. Отлично! Вы все сейчас были немножко волшебниками, ведь вы превратили белый лист бумаги в сцену, на которой за столь короткое время произошло столько изменений (12).

👉 Пока дети работают, можно включить разные по настроению фрагменты: Прелюдию для фор-

тепиано Гершвина, «Грезы любви» Листа. Кто-то из детей может создавать тихий ручеек, который еле плывет, а кто-то — живой, быстрый, с резкими поворотами. Линия, которая идет плавно, создает один характер, а линия резкая, веселая — другой.

🎵 А теперь, прошу вас подойти к фортепиано, и давайте выучим песню про ручеек.

По лесу бежит ручеек,
Чистый у него голосок,
И запас хрустальной воды,
Чтобы напоить все цветы.

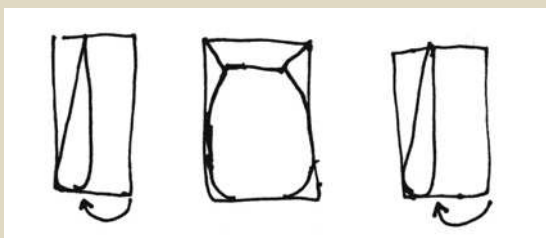
Он не море и не река,
В нем не плавают облака,
Не бывает в нем кораблей,
Но в лесу его нет важней.

Не жалея капель воды,
Ласково он поит цветы,
А еще он дарит мечты,
И цветам снятся сады.

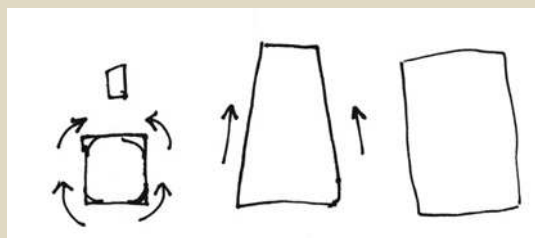
👉 Можно выучить песню А. Варламова и Р. Сефа «Ручеек». На диске этих авторов имеется минусовая фонограмма, что очень удобно.

🎵 Предлагаю каждому озвучить свой шумящий, прыгающий, журчащий ручеек имеющимися у нас музыкальными инструментами. Жили-были ручейки, и что с ними стало? Все вместе, сливаясь в один большой оркестр, мы создали большую, могучую, полноводную реку. Молодцы!

👉 Если педагогу-психологу не удалось собрать необходимые детские музыкальные инструменты, он может предложить участникам группы создать инструменты своими руками. Можно попробовать поиграть, например, бумагой разными способами: ритмично сминать, тереть, рвать, шуршать. Можно использовать связку ключей, металлические палочки, толстые кухонные металлические крышки. Можно дуть в пустую бутылку, водить пальцем по влажному краю бокала, гремять коробочками из различных материалов с насыпанными туда мелкими предметами, хрустеть скорлупой, бить палкой по дну металлического ведра, свистеть в свистульки, хлопнуть в ладоши, шлепать по коленям и топтать ногами.



15



🎵 Представьте, что мы попали в цирк. Я буду играть на фортепиано пьесу Д. Кабалевого «Клоуны», а вы будете играть на бубнах. Где клоун веселый — стучите в бубны, а где грустный — трясите бубнами над головой. Взрослым я предлагаю со сменой характера музыки менять хлопки перед собой на хлопки над головой.

👉 Давайте сделаем театральные этюды. Разделитесь на пары и подготовьте цирковые номера. Кто-то, может быть, покажет дрессированного тигра, прыгающего через обруч, кто-то — пуделя, танцующего

на задних лапках, кто-то подготовит акробатический номер. Посоветайтесь и, когда договоритесь, дружно объявите для всех: «Мы готовы».

Дождавшись, пока зрители займут свои места и отгремят аплодисменты, начинайте показ. В конце номера не забудьте поклониться и насладиться аплодисментами благодарных зрителей.

👁 Прошу вас всех собраться около доски и посмотреть фотографии и рисунки других детей, сделанные непосредственно в цирке или под впечатлением увиденного там.

👉 Педагог-психолог показывает подготовленные наглядные материалы.

👁 Пожалуйста, возвращайтесь к своим рабочим местам и подготовьте ватман формата А3, цветную бумагу и ножницы. Сейчас мы будем делать цирковую аппликацию. Работа эта достаточно сложная, поэтому родители будут работать в паре с детьми. Договоритесь, пожалуйста, как вы расположите лист бумаги — вертикально или горизонтально? Сначала нам надо будет создать контур артиста цирка: жонглера, акробата, факира, клоуна и др., а потом уже





продумать детали костюма выбранного персонажа и одеть его. Для схемы тела артиста я предлагаю взять желто-оранжевую бумагу.

Работа состоит из нескольких этапов:

1. Вырезаем части фигуры и кладем их на лист бумаги, не приклеивая. Детали можно выкладывать по-разному, моделируя наклон головы, корпуса, положение ног и рук. Туловище делаем из прямоугольника, у которого скругляем верх, — это плечи, и обрезаем углы внизу, создавая талию. Для головы надо взять прямоугольник в два раза короче туловища и скруглить углы. Из маленького обрезка вырезаем шею прямоугольной формы.

Ноги делаются из прямоугольника размером с туловище, который разрезается вдоль по вертикали на две одинаковые полоски. Две полоски совмещаются в одну и разрезаются по диагонали. Получаются четыре треугольника, у которых надо скруглить углы у основания, на месте коленного и бедренного сустава. Для рук нужен прямоугольник размером от плеча до талии, чуть уже туловища. Технология изготовления такая же, как и для ног. Ступни и кисти рук выполняются из оставшихся обрезков (15, с. 29).

2. После того как мы собрали фигурку, можно ее приклеить и одеть в костюм: головной убор, штаны или юбку. Не забудьте оформить прическу и дополнить фигуру необходимым реквизитом (14, с. 28).

→ Последовательность выполнения аппликации психолог фиксирует на доске. Пока участники группы работают, звучит фонограмма песни «Цирк».

🎵 Прощание (см. занятие 6).

📌 Домашнее задание: к концерту, который состоится на 7-м занятии, принести свою любимую музыку и все, выполненные на предыдущих занятиях работы.

Занятие 7

МОЯ ЛЮБИМАЯ МУЗЫКА В МОИХ РИСУНКАХ

Цели: закрепить полученные на занятиях навыки и умения; позна-

комить детей с различными техниками изображения как средством, позволяющим реализовать различные замыслы; формировать уважительное и терпимое отношение к разным точкам зрения; закрепить у детей положительный настрой от цикла занятий и настроить родителей на активное участие в развитии детей.

Материалы: гуашь, кисть, бумага формата А4 и А3 по 2 листа на пару; ножницы; резинки для масок; колпачки от ручек, спичечные коробки, крышечки и пр.

Зрительный ряд: репродукции из наглядного материала Е.И. Коротеевой; учебник для 3-го класса по изо «Искусство вокруг нас» под ред. Б.М. Неменского (с. 137) и для 1-го класса (с. 73); работы, выполненные детьми на предыдущих занятиях.

Музыкальный ряд: любимая музыка детей; песня Е. Горшковой «Прошу — не надо»; песни, выученные на предыдущих занятиях.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Психолог. Здравствуйте! Я очень рада встрече с вами!

🎵 Каждый из вас принес на сегодняшнее занятие свою любимую музыку. Давайте ее послушаем, а владелец записи прокомментирует, почему он выбрал именно это произведение.

👤 Педагог-психолог тоже может подготовить свою любимую музыку. Желательно, чтобы это была спокойная мелодия, оптимальная для «вхождения» в атмосферу занятия, на котором дети делятся тем, что им дорого.

👁 Попробуйте представить свою любимую музыку в виде персонажа — это может быть добрая фея или доблестный принц, а может быть игривый малыш. А у любого существа, даже волшебного и невидимого (а музыку, так же как внутренний мир человека, нельзя увидеть и потрогать), должен быть дом. Так как музыка живет в воздухе, то и дом у нее должен быть максимально воздушный. А создать его нам помогут предметы, имеющие контур, но не заполненные внутри: колпачки от ручек и спичечных короб-



Дом для музыки



Маска



Дом для музыки

ков, всевозможные крышечки и пробочки, кубики Лего и т.п.

Итак, делаем дом для любимой музыки, обмакивая перечисленные предметы в краску и печатая на листе стены, крышу, окошки, двери и различные архитектурные украшения вашего дома или дворца музыки (16, 18, с. 31).

✎ *Перед тем как участники группы начнут работу, педагог-психолог может показать работы детей, выполненные в технике печатей и опубликованные в учебнике по изо для 1-го класса под ред. Б.М. Неменского на с. 73.*

↑ Предлагаю сделать упражнение для развития выразительности жестов «Прошу — не надо». Два человека встают друг против друга, вытянувшись в полный рост, одна нога впереди другой, руки внизу. Пропевая «прошу», вытянуть одну руку вперед, кисть продолжает линию руки и повернута ладонью вверх; при этом перенести тяжесть тела на впереди стоящую ногу, потянуться корпусом за рукой. Пропевая «не надо», развернуть кисть вертикально вверх, ладонью от себя; при этом перенести тяжесть тела на отставленную назад ногу, голову повернуть немного в сторону.

Упражнение можно выполнять одной рукой (правой или левой), а также двумя руками одновременно.



👁 На наших занятиях мы рисовали многих персонажей, и сегодня я предлагаю вам сделать себе маску наиболее запомнившегося героя рисунка, песни, упражнения, театрального этюда. Возьмите бумагу формата А4 и сложите четверо.

Теперь разверните лист и приложите к лицу так, чтобы кончик носа совпал с пересечением линий сгиба. Теперь возьмите карандаш и обведите глаза, нос и рот. Отнимаем лист от лица и вырезаем ножницами по получившимся контурам. Скругляем вверх и низ маски. Добавляем бороду и волосы или ушки, усики (если персонаж — животное). Раскрашиваем получившуюся маску. Продеваем резиночку. Маска готова! (17, с. 31).

✎ *Можно показать примеры масок, выполненных школьниками, из учебника по изо для 3-го класса (с. 137).*

😊 Предлагаю всем встать в круг и надеть получившиеся маски. В центр круга мы поставим стул, на который по очереди сядет каждый персонаж. Участники группы могут задавать различные вопросы главному герою: как его зовут, сколько ему лет, где он живет, что любит есть, где гулять, с кем дружит, кого боится, любит ли ходить в школу (если в центре круга родитель — то любит ли ходить на работу), чем бы хотел заниматься, когда вырастет.

✎ *«Спрятавшись» за маской, некоторые дети более охотно раскрывают свои желания, общаются о своих потребностях или проблемах. Это хорошее диагностическое упражнение. Суммируя данные, полученные в ходе наблюдения за взаимодействием ребенка и родителя во время цикла занятий, и материал, полученный в ходе этого упражнения, можно сделать достаточно полные выводы и дать рекомендации родителям.*

🎵 А теперь мне хотелось бы услышать ваши рассказы о том, кто на какой выставке побывал за последнее время, какие музеи посетил. Очень важно выслушать рассказ каждого.

👁 Я предлагаю вам достать свои работы, выполненные в течение семи совместных встреч, и расположить их на полу по периметру нашего выставочного зала. Я превращусь на время в экскурсовода и проведу с вашей помощью экскурсию по этой замечательной выставке. Итак, мы с вами стоим около работы начинающего художника Александра Андреева. Свою картину автор назвал... (участник группы говорит название работы) «Рассвет». Благодаря мастерски подобранному колориту художник смог передать свое впечатление от теплого летнего утра. Давайте похлопаем автору и перейдем к следующей работе...

✎ *Это упражнение создает положительный эмоциональный фон, повышает уверенность в себе участников занятия. Происходит рефлексия проделанной работы.*

🎵 В завершение занятия мне хочется поблагодарить всех участников и предложить собраться в круг. Сегодня последнее занятие, и поэтому поставьте в традиционную песенку вложить те чувства, мысли, переживания, которыми вам хочется поделиться с участниками группы. Огромное всем спасибо! ●

Детские рисунки предоставлены автором

Рисунок семьи в образах цветов



Людмила ЛЕБЕДЕВА

*доктор педагогических наук,
профессор,
Москва*

*(Рисунки
предоставлены автором)*

Проективное рисование в психологической и психотерапевтической работе издавна привлекает внимание практикующих психологов и психотерапевтов. Считается, что человек склонен видеть мир через призму своих потребностей и желаний. По словам К.Г. Юнга, «проекции превращают мир в копию нашего собственного неведомого нам лица индивида».

Согласно механизму проекции, человек склонен приписывать изображенному объектам свои субъективные представления, наделяя образы собственными чертами в соответствии с потребностями, установками, мотивами, структурой личного опыта. Считается, что проекция не

осознается, а проникает в сознание как измененное восприятие внешнего мира. «Все содержания нашего бессознательного оказываются постоянно спроектированными на наше окружение, и только распознавая определенные свойства объектов как проекции или образы (imagos), мы оказываемся в состоянии отделить их от действительных объектных качеств», — писал К.Г. Юнг.

Соответственно, субъективное содержание: мысли, чувства, переживания, особенности своего внутреннего мира — человек неосознанно переносит на художественные образы как внешний объект. Этот процесс в силу бессознательного характера рассматривается в качестве спонтанного, а не волевого акта.

Как отмечает Н. Роджерс, многое в нашем творчестве привносится из бессознательного, из наших переживаний и интуиции. «Бессознательное — глубокий колодец. У многих из нас поверх этого колодца лежит крышка».

Вместе с тем переживания могут быть конструктивно канализованы в креативные занятия искусством.

Именно потому, что результаты спонтанной изобразительной деятельности менее подвержены контролю сознания, в психодиагностике широко применяют проективное тестирование, построенное на создании экспериментальной ситуации, допускающей множественность возможных интерпретаций.

ОБЗОР ЛИТЕРАТУРЫ

Известно, что понятие проекции для обозначения метода исследования ввел Л. Франк. В настоящее время сложились различные классификации проективных методов. В данной статье рассматривается аспект «рисуночных» тестов и методик, относящихся к типу экспрессивных методов, предполагающих изобразительную деятельность на заданную или свободную тему, что по существу сближает их с методом анализа продуктов деятельности субъекта, в терапевтическом контексте — с арт-терапией.

Различные вариации «Рисунка семьи» («Моя семья», «Семья в образах животных», «Семья в образах сказочных героев») издавна применяются в психологической диагностике. Батарейку проективных тестов составили разработчики известных специалистов, в числе которых: К. Аппель, В. Вульф, В. Хьюлс, Р.К. Бернс, С.К. Кауфман, Дж. Дилео, Л. Корман, Г.Т. Хоментаускас и другие.

Отдельные аспекты семейной темы в проективном рисовании встречаются в методиках К. Махвер, Ч. Ширна и К. Рассела, А.И. Захарова, А.А. Бодалева, В.В. Столина.

Известные проективные тесты и методики различаются диагностической целенаправленностью и степенью детализации задания. К примеру, в инструкции Л. Кормана предлагается нарисовать представления о семье: «Нарисуй семью, как ты ее себе представляешь»; другие авторы конкретизируют: «Нарисуй свою семью» (В. Хьюлс), «Нарисуй рисунок, в котором каждый член семьи и ты что-нибудь делают» (Р. Бернс, С. Кауфман).

Усиление проективного акцента достигается благодаря применению группы методик на создание «ассоциативного образа» семьи. Например, испытуемому предлагается нарисовать свою семью в образах животных; сказочных или мифологических героев. Подобная инструкция активизирует воображение и ассоциативное мышление человека. Субъективное содержание образа воспроизводит глубинные, зачастую неосознанные переживания по отношению к каждому нарисованному (и отсутствующему на рисунке) члену семьи, а также представления автора рисунка о семейной ситуации. Важно,

как он воспринимает и оценивает семейные взаимоотношения, какие личностные качества и мотивы приписывает, как характеризует поведение близких людей.

Однако само задание изобразить людей или животных нередко вызывает сопротивление, аргументируемое утверждением: «Я не умею рисовать». В процессе построения опроса авторы рисунков отмечают, к примеру: «Я бы хотел изобразить... львицу, а вышла кошка» или «Я изобразил только тех животных, которых научился рисовать в школе, но это совсем не соответствует образам моих родственников». Очевидно, что диагностический потенциал таких рисунков снижен до минимума, особенно если испытуемый использует выработанные навыки рисования, стереотипные образы и привычные способы изображения (срисовывание, копирование и др.).

Вместе с тем на основе собственного опыта замечаю, что в рисунках

Усиление проективного акцента достигается благодаря применению группы методик на создание «ассоциативного образа» семьи.

участников арт-терапии часто присутствуют цветы, образы которых, как известно, глубоко символичны. В связи с этим возникла идея провести научное исследование «Рисунки семьи в образах цветов» в проективном и арт-терапевтическом контекстах.

В процессе экспресс-опроса респондентам сообщалось, что им предстоит нарисовать семью. Далее был задан вопрос: «В каких образах вы хотели бы выполнить эту работу?»

Наиболее частотной характеристикой оказалось слово «цветок» (73% выборов). Это подтвердило гипотезу, что «цветок» действительно следует рассматривать как стимульное слово для изображения семьи в образах.

Известен опыт драматерапии и символдрамы, в которых используется прием идентификации челове-

ка с образом цветка в качестве метафоры образа «Я». Подтверждением универсальности языка цветов может служить и словесная метафора.

Натали Роджерс, говоря о процессе самоисследования, пишет: «Он подобен раскрывающимся лепесткам лотоса, цветущего летним днем. В теплом, принимающем окружении лепестки открываются, чтобы явить внутреннюю сущность цветка. Как только мы осознаем наши переживания, они становятся источником дальнейшего самопонимания и творчества».

Итак, цветок является универсальным символом, обладает глубокими и разнообразными смысловыми потенциалами на разных уровнях психосемантического пространства. Множественность значений символа цветка объясняется в науке стремлением к иерархии — упорядочиванию различных планов реальности: материального, социального и духовного.

Доказано также, что раскрытие символических значений содействует восстановлению психического равновесия и гармонизации эмоционально-чувственной сферы личности.

Представляется интересным, являются ли образы цветов предикторами осознания клиентом собственной семейной ситуации?

Традиционно в психодиагностике акцентируются формальные элементы художественного материала (размер фигуры, ее расположение на листе бумаги, степень завершенности рисунка, цветовой выбор, особенно стирание, перерисовывание и др.).

В арт-терапии, напротив, первостепенная значимость формального анализа рисунка отрицается. Вместе с тем доказано, что проективные рисунки не только обладают разносторонними возможностями в исследовании индивидуальности личности, но и способствуют адекватному и безопасному выражению человеком негативных, подавляемых, социально неприемлемых чувств (Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д. Кудзилов и другие).

Как показывают наблюдения, процесс рисования семьи в образах цветов с последующей вербализацией опыта также может приводить к спонтанному отреагированию ранее неосознаваемых, вытесненных или



не принимавшихся чувств, а значит, способствует психотерапевтическому эффекту, достижение которого в диагностической работе обычно не планируется как самостоятельная задача.

Известно, что в проективных методиках инструкция к рисованию представляет собой некий посыл бессознательному клиенту и актуализирует определенные пласты его внутренней жизни. К примеру, инструкция «Нарисуйте свою семью» часто актуализирует «внешний», социальный образ конкретной семьи, «портрет семьи художника», приближенный к реальности.

В сравнении с этим содержание «посыла к бессознательному» в методике «Рисунок семьи в образах цветов» имеет метафорический смысл и актуализирует представления автора об эмоционально-чувственных внутрисемейных отношениях.

Согласно «концепции терапевтического расщепления Я» Рихарда Штерба, субъект обладает способностью, которая позволяет одновременно проводить самонаблюдение и предаваться свободным ассоциациям на материал, пробивающийся из сферы бессознательного.

В разработке проективной методики «Рисунок семьи в образах цветов» мы следовали за идеей Л. Кормана предлагать как можно менее структурированную ситуацию, что

соответствует общему принципу проекции. Это расширяет границы спонтанного реагирования и открывает дополнительные диагностические возможности.

В процессе апробации выявлено, что такая работа с легкостью принимается и выполняется испытуемыми любого возраста, начиная с 7 лет. (Дети меньшего возраста в исследовании не участвовали.)

В моем опыте не было случаев, когда взрослый клиент отказывался выполнять эту работу по причинам, что он не умеет рисовать или не имеет собственной семьи. Поскольку инструкция не содержит конкретных разъяснений, каждый находит подходящие для себя образы. Для кого-то это образы родительской семьи, в которой вырос или сейчас живет автор рисунка; идеальной семьи, которую он хотел бы иметь, и др. Встречаются также работы, где изображено поле цветов как состояние жизни в социуме, заменяющем человеку собственную семью.

Взрослые, имеющие неполные семьи, изображают примерно с равной степенью частоты образы прошлого или будущего. Реже — реальные семьи, в которых тем не менее символически присутствуют недостающие члены семьи. Видимо, это вызвано спецификой стимульного слова. Цветок как первообраз, архетипический символ, художественный концепт

является превосходным объектом, на который лучше всего проецируются внутренние психологические конфликты, бессознательный, подавленный или вытесненный психологический опыт.

В современной лингвистике слово «цветок» считается концептом, так как представляет собой значимую единицу словаря, обладает богатым лексическим фоном и ценностным содержанием (О.А. Михайлова, А.И. Молоткова и др.). Такие значимые прототипические признаки концепта «цветок», как красота и хрупкость, часто актуализируются в творческих работах.

Утром расцвела гвоздика
И увянула в обед...

Речь цветочных аллегорий
Подразумевает горе.

*Из пьесы П. Кальдерона
«Стойкий принц»
в переводе Б. Пастернака*

Символы цветов, отражая проявления индивидуального и коллективного бессознательного, отличаются многозначностью и полисемией. Помимо того, что у каждого человека цветы вызывают собственные ассоциации, известны сложившиеся системы значений различных видов цветов. Толкования связи цветов и человеческих взаимоотношений настолько распространились, что даже



возникли выражения — «разговор цветов», «язык цветов». В древности для выражения чувств в турецких гаремах использовался специальный язык цветов — «селама», который в Европе активно популяризировался шведским королем Карлом XII. В России язык цветов стал модным в начале XIX века. Известный поэт, переводчик, фольклорист Дмитрий Петрович Ознобишин перевел с персидского книгу «Селама, или Язык цветов» (С.-Петербург, 1830), в которой упоминалось более 400 растений и каждому соответствовала

какая-либо фраза. В те времена считалось благопристойным говорить о своих чувствах, делать предложение руки и сердца на языке цветов.

В современной литературе упоминается игра «Флирт цветов», популярная в светских салонах XIX века в Европе и России. Образы и значения цветов помогали выстроить коммуникацию, завязать новые знакомства деликатным способом, через опосредованные сообщения на языке цветов выразить разнообразие чувств и притязаний. Каждый из участников вытаскивал картинку с изображением какого-либо цветка и на весь вечер получал игровое имя по названию цветка и соответствующую роль, далее определялись партнеры по флирту на основании случайного выбора по совпадению выбранных карточек. В процессе игры партнеры передавали друг другу картинку с подходящими высказываниями на языке цветов. К примеру, один участник сообщал: «Бегония (Предлагаю сердечную дружбу)», другой мог ответить: «Гиацинт (Вы играете со мной?)» или «Водяная лилия (Чувства в моей душе бушуют)».

Некоторые цветочные ритуалы сохранились и в наши дни. Возможно, поэтому метафора семьи в образах цветов воспринимается и взрослыми, и детьми как аутентичная.

В научной картине мира цветок в качестве понятия характеризуется признаками: «принадлежность к семейству, виду», «является органом размножения», «имеет соцветие», «имеет цикл развития», что ассоциативно связано с семьей и продолжением рода.

На Руси считалось, что в цветах спрятаны души детей, которые выходят оттуда, когда рождается младенец. Славянский фольклор насыщен изображениями цветов: раскрытый цветок руты, колокольчик или другой цветок символически помогал семейной паре избавиться от бесплодия. Барвинок на языке цветов означает влюбленность и брачные узы, а бархатцы — семейную верность. Калина у славянских народов считалась свадебным деревом. Из белых цветов калины плели свадебные венки. В венках молодой жены, мечтающей о ребенке, обязательно присутствовали колосья как древний символ рождения. Много легенд о семейном



родстве, супружестве было сложено славянами про красивый полевой цветок «Иван-да-Марья».

В культурных традициях славянских народов нежный и трепетный цветок мака является аллегорией незабвенной памяти рода, многие другие полевые растения символизируют уважение к семье.

У восточных народов нарциссы, как и орхидеи, обозначают супружеские отношения. Южане почитают виноград, цветы и плоды которого символизируют радость и красоту образования семьи.

В целом, позитивные изображения бутонов и раскрывшихся цветков на рисунках людей различных национальностей и культур расцениваются как символ «здоровой сексуальности». Красота земного цветка порождает образную параллель «цветок — семья» как благо, ценность.

Итак, цветы в рисунках и других продуктах творчества несут особую символическую и эмоциональную нагрузку.

Необходимо подчеркнуть, что рисунок семьи в образах цветов отражает не столько индивидуальные психологические характеристики автора ра-

боты, сколько его эмоциональное самочувствие, представления о месте и роли в семье, самовосприятие семейной ситуации и взаимоотношений между членами семьи. По сути, изображенный объект и сам процесс художественной деятельности отражают базисную потребность человека в невербальной передаче своего психического опыта. Рисунок семьи в образах цветов нацелен на создание ситуации, облегчающей возможность рассказать о семье на языке метафоры, используя символизм «мужских» и «женских» растений. К первым из них относят цветы, имеющие удлинненные, заостренные листья или длинный, выступающий пестик (ирис, нарцисс и др.). Мифологической символикой наполнены такие «мужские» цветы, как адонис, нарцисс, гиацинт.

Наиболее яркие представители «женской» семантической группы — азания, астра, мальва, хризантема.

В архаичных символических системах совершенство приписывается лотосу. Его листья, цветы и плоды образуют круг. К тому же каждое растение имеет бутоны, цветы и семена одновременно, что ассоциируется с единством времени прошло-



го, настоящего, будущего. Именно лотос формирует чашу, символизирующую воспринимающий женский образ. Интересно, что коробочки, наполненные семенами, обозначаются в китайском языке тем же самым иероглифом, что и слово «ребенок». В бутоне лотоса сокрыты все потенциальные возможности: союз дуалистических сил огня и воды, солнца и луны, мужчины и женщины.

Амбивалентность мужского и женского начала иногда приписывается розе, пиону. Так, в Европе пион и роза — женские образы, на Востоке — мужские. Пион в Японии даже называют «мужем» или «царем»



Рис. 1

среди цветов. Помимо этого, роза обладает психологическим и космологическим символизмом: например, по К.Г. Юнгу, она символизирует целостность личности, баланс между сознанием и подсознанием.

Трактовки образов цветов могут варьироваться в разнообразных религиозных, философских, культурологических и пространственно-временных системах, но тем не менее всегда воспринимаются позитивно и отражают уважение людей к истории и ценностям разных культурных традиций.

В силу амбивалентности и многозначности образы цветов легко проецируются и на мужские, и на женские фигуры, без сопротивления используются в рисунке семьи.



Кроме того, образ цветка, являясь архетипическим, соотносится с главными человеческими экзистенциями: рождение, жизнь, смерть.

В процессе исследования мы заметили, что до 20% рисунков метафорически или символически связаны с темой умирания и смерти, в отличие от рисунков семьи, выполненных в рамках других проективных рисуночных тестов (методик). Можно предположить, что такой признак цветка, как «увядание», облегчает изображение физического неблагополучия и возраста, а «недолговечность» спонтанно «провоцирует» на включение в рисунок ушедших из жизни членов семьи и изображение тяжело больных людей (см. рис. 1, 2, 3; которые публикуются с согласия авторов).

При этом изобразительный процесс становится символической экстернизацией переноса (Д. Мэрфи и многие другие). А арт-терапевтический процесс согласуется с проективным самовыражением посредством художественного материала, проявлением наиболее ярких, аффективно окрашенных переживаний как по отношению к внутрисемейной ситуации, так и применительно к восприятию себя и своей роли в семье.



Рис. 2

Сказанное иллюстрирует терапевтический ресурс проективного рисунка семьи в образах цветов.

Итак, если поместить практическое задание «Нарисуй семью в образах цветов» в терапевтический контекст, подобную работу можно рассматривать как тематическую арт-терапию. Открытия, которые совершит автор рисунка вместе со специалистом по арт-терапии, помогут построить гипотезу для следующего шага в логике терапевтического процесса.

Несомненно, данная работа обладает диагностическим потенциалом и может применяться в контексте арт-терапии как мягкий, гуманный способ психодиагностики, а также как проективная методика, если основной задачей исследователя является сбор психосоциальной информации об испытуемом.

ОПИСАНИЕ ПРОЦЕССА И СЛУЧАЕВ ИЗ ПРАКТИКИ

Исследование проводилось в группах взрослых с применением следующей инструкции: «Пожалуйста, нарисуйте семью в образах цветов».

После окончания рисования участникам было предложено рассказать о своей работе.

Представленные в этой статье рисунки, выполненные взрослыми людьми в возрасте от 24 до 36 лет, отображают аффективно окрашенные переживания, связанные с внутрисемейными отношениями, семейной ситуацией, а также взаимодействие авторов с внешним миром.

На всех рисунках в состав семьи включены члены семьи, эмоциональная связь с которыми непосредственно определяла паттерны поведения и взаимоотношений.

На рис. 1 (с. 37) в виде семени присутствует образ погибшего брата, без него маленькому красному цветку (автору) очень трудно жить под излишней опекой родителей, которые теперь боятся потерять единственную дочь.

На рис. 2 сухое растение черного цвета (слева) символизирует образ тяжело больного человека, без которого все отношения в семье «запутались» и утратили равновесие, любовь, гармонию. Автор рисунка чувствует, что растение умирает и ему нечем помочь. Этим печальным событием окрашено существование всех остальных членов семьи.

На рис. 3 изображен рано ушедший из жизни отец в виде черного цветка, заслонившего солнце красному цветку (автору).

Рассматривая свой рисунок, автор (М., 25 лет) была удивлена, что спонтанно нарисовала всю семью, хотя отца с ними нет уже почти год. Она неосознанно выбрала черный цвет для его образа и осознала свой выбор только на этапе вербализации и обратной связи. М. уточнила, что после гибели отца оба оставшихся цветка чувствуют себя плохо.

На этапе трансформации рисунка М. работала над улучшением образа своего цветка. Она записала в своем рефлексивном листе: «Ромашка для меня — символ женственности, то, к чему я сейчас стремлюсь. И мне захотелось укрепить свой символ гармонии, сделать его устойчивее. Я добавила к нему еще несколько лепестков. У меня получилась ромашка, в которой сердцевина символизирует силу — качество, мною любимое, принятое, родное. А весь цветок стал крепче благодаря легким лепесткам женских и женственных проявлений. Вот так я «полечила» саму себя».

В ответ на вопрос: «Что произойдет с живыми цветами в скором будущем?» — девушка не задумываясь ответила, что один цветок даст плоды и пустит корни в новом месте, но, безусловно, будет навещать одинокий материнский цветок.

Происшедшее во время сессии эмоциональное отреагирование психотравмирующей ситуации расставания с дорогим, значимым человеком — отцом постепенно привело к осознанию и отделению от фигуры отца без чувства вины.

Из данного примера видно, как методика проективного рисунка, предложенного в качестве самостоятельной темы в арт-терапевтической сессии, помогла проявить внутреннюю потребность молодой женщины в автономии от родительской семьи, в создании собственной семьи и продолжении рода.

Как видно из текста, спонтанные комментарии автора рисунка чрезвычайно значимы, они проясняют смысл нарисованного, акцентируют наиболее эмоционально «заряженные» места рисунка.

Рис. 4 (с. 40) выполнен студенткой 4-го курса (специальность «Клиническая психология») А.



Рис. 3

В состав семьи в образах цветов она также включила образ умершего отца. Вот история, которую позже рассказала А. (и позволила ее опубликовать вместе с рисунком).

«Жил-были Божий Коров, Божья Корова и маленькая Божья Коровка...

Больше всего на свете Божья Коровка (автор рисунка А.) любила солнышко... поэтому и цветочек выбрала себе солнышкин. Божий Коров — тотя и был пижоном, но всегда в меру. Божья Коровка обожала Божьего Корова, и это было взаимно. Божья Корова была, как она сама про себя говорила, кошкой, которая гуляет сама по себе, любила темный цвет и строгость в одежде...

У Божьей Коровки есть старшая сестра, но на рисунке ее цветочка нет...

А теперь (пишет автор) история жизни, рассказанная так, как это было на самом деле. Божья Коровка была поздним ребенком — маме и папе 39 и 46 лет соответственно. Все 9 месяцев мама болела пневмонией, ей кололи антибиотики, поэтому врачи ставили вопрос, оставить малышку или нет. И поскольку оставить или нет было одинаково опасно для здоровья мамы, то решили все же оставить (спасибо им за это). Когда малышке было 8 месяцев, у Божьего Корова в Ленинграде случился инфаркт, мама отнесла Божью Коровку в ясли и просила



оставить ее на пятидневку. Так маленькая Божья Коровка начала свой «общепитовский» маршрут. В три года отправили малышку Коровку в детский сад на все три летних долгих месяца. (Кстати, тут недавно спросили меня — Божью Коровку, как тебе мама говорила, что она тебя любит. И Божья Коровка так и не нашла ответа на этот вопрос — не припомнилось ей что-то, хотя я знаю a priori, что она ее (малышку) любила без сомнения.)

Божья Коровка росла, и пришла пора идти в школу. На продленку Божья Коровка ходила все 8 классов. А когда Божьей Коровке было 15 лет, у Божьего Корова случился инсульт, а в светлый праздник Пасхи он умер... Став большой, Божья Коровка частенько досиживает где-нибудь допоздна (в универе или до этого в колледже), не желая ехать «домой»...

Как видим из рассказа, сложные отношения с сестрой отразились на ри-



Рис. 4

сунке семьи. Автор «забыла» включить ее цветок в общую картину.

Следует подчеркнуть, что задача интерпретировать эти работы и комментировать графические признаки рисунков не ставилась. В арт-терапии с взрослыми более важен интроспективный контекст. Инструкция к рисованию семьи в образах цветов, являясь своеобразным посланием к бессознательному, актуализирует определенные аспекты внутренней жизни человека. При этом изобразительный продукт становится материалом для самоанализа, восприятия себя в семейной ситуации. Человек отражает на бумаге собственное видение жизненных коллизий сообразно своей индивидуальности, ассоциативным связям, прошлому опыту, установкам, убеждениям. Осознание и изменение отношения к актуальным и прошедшим событиям, принятие ответственности за собственную жизнь побуждает к поиску «ресурсного образа» — своеобразного маркера прогресса в терапевтической работе.

В. Франкл подчеркивал, что не дает своим пациентам готовых решений, а пытается инициировать процесс нахождения каждым из них своего смысла, отвечая на требование своей бессознательной духовности.

Наиболее значимо, что клиент, не интерпретируя, получает возможность «материализовать» с помощью живописи некоторое патологическое явление, от чего, по опыту Дж. Шаверьен, наступает облегчение текущего состояния.

Подобный результат наблюдается и в процессе выполнения обсуж-

даемой в данной статье проективной методики. Создавая рисунки семьи в образах цветов, авторы невольно отражают («материализуют») реальные переживания, связанные с семейной ситуацией. Дальнейшее рассмотрение художественного продукта побуждает к рефлексии и самопознанию. Судя по комментариям, авторы задаются вопросами, что побудило их нарисовать такую семью (реальную, родительскую или представления (фантазии) об идеальной семье)? Почему именно тот или иной цветок спонтанно выбран для изображения самого себя и совсем иной для кого-то из родственников? Как расположены цветы относительно друг друга? Почему на одних рисунках они живут в почве, а на других — срезаны и собраны в букет живых растений или сухоцветов?

В тех случаях, когда цветы помещены в цветочный горшок или растут с одного стебля, важно проследить, что для автора рисунка означает слишком близкое их расположение. Возможно, это попытка соединить в рисунке разобщенных в реальной жизни людей с помощью внешних обстоятельств, вернуть семью к «общим корням»?

Рисунки с отдаленно расположенными цветками, отсутствие изображения кого-то из членов семьи могут указывать на слабые эмоциональные связи, затруднения и напряженность во взаимоотношениях.

Поиск ответов на эти и подобные вопросы — способ опосредованной рефлексии семейной ситуации через символику цветка, что в итоге содействует изменению отношения

к осознанной проблеме, а значит, и улучшению психоэмоционального состояния клиента. Тем самым достигается терапевтический эффект в процессе проективного рисования семьи в образах цветов. Эта методика обладает ресурсным потенциалом в направлении к духовной экзистенции человека.

РЕЗЮМЕ

Проведенное исследование с последующей апробацией авторской методики в образовательных и клиентских группах взрослых (в возрасте от 20 до 65 лет) в ряде городов России, Латвии, Литвы, Молдовы дает основание для следующих выводов:

- образ цветка является аутентичным для символического изображения семьи;
 - инструкция не вызывает сопротивления, задание вызывает интерес как у женщин, так и у мужчин;
 - художественный продукт и содержание вербальной обратной связи предоставляет богатый материал как для диагностики, так и для построения гипотезы в арт-терапевтическом процессе;
 - образы цветов на рисунке, их расположение, среда обитания действительно отражают реальную семейную ситуацию и помогают автору рисунка ее осознать.
- Проявилась слабая корреляция с данными, полученными с применением других экспрессивных тестов. Установлено, что изображение семьи с помощью человеческих фигур в большей степени контролируется сознанием, нежели рисунок семьи в образах цветов, что усиливает действие защитных механизмов и, соответственно, снижает достоверность результатов.

Рисунок семьи в образах цветов соотносится с ресурсным типом рисунков, актуализирующих поиск позитивного разрешения семейной ситуации, в сравнении с «Рисунком семьи в образах животных», который расценивается специалистами как конфликтный.

Кроме того, гуманистический потенциал данной авторской методики состоит еще и в том, что всем людям, в том числе и людям с особыми потребностями, инвалидам, безусловно, легче использовать метафорическое изображение своего облика, используя эстетически привлекательный образ цветка.



ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, с позиций диагностического потенциала «Рисунок семьи в образах цветов» логично отнести к классу экспрессивных проективных методик, построенных на рисовании по свободной или заданной теме.

Поскольку эти методики обеспечивают качественный подход к исследованию личности, но обладают высокой степенью субъективности, актуальной остается проблема стандартизации, разработка адекватных методов проверки их надежности и определения валидности.

К настоящему времени известны результаты применения факторного анализа (*Г.Т. Хоментаскас*), с помощью которого были выделены два измерения проекций ребенка, отражающих его чувства относительно семьи и способ «переработки» чувств отверженности.

Построены наборы оценочных, силовых и динамических свойств, являющихся инвариантами возрастных, профессиональных и других типологических групп, которые люди достаточно устойчиво и дифференцированно приписывают графическим формам.

В работах Л.Ф. Бурлачука и С.М. Морозова (1989) успешно использован семантический дифференциал для оценки отношения автора рисунка к изображаемому человеку в проективной методике «Нарисуй человека».

Вместе с тем нельзя не согласиться с В. Вульфом и др., что «при интерпретации различий в нарисо-

ванных фигурах необходимо главным образом опираться на то, как сам исследуемый их осмысливает. Если это невозможно — интерпретация становится чисто субъективной». Согласно гипотезе В. Вульфа, различия в изображении порождаются особыми переживаниями, специфическими для каждого клиента.

Следовательно, в постижении смысла рисунка важно исходить из интерпретаций самого клиента. «...В работе с проективным рисунком речь идет не об изложении какого-то «правильного» значения изображения.

Рисунок только способствует проявлению вынужденного, сугубо личного, индивидуального, неповторимого психологического содержания, выраженного автором» (Е.Ю. Артемьева и др.).

Система корректных вопросов специалиста поможет клиенту выделить и осознать психологическую реальность, актуализирующую его отношение к изображенному объекту или ситуации.

Тем самым художественный продукт, его содержание и символика становятся материалом для самоанализа, адекватного восприятия семейной ситуации, самооценки.

Сказанное сближает проективное рисование с парадигмой арт-терапии, в которой диагностический аспект поиска проблем нивелируется терапевтическим аспектом творческого процесса, направленного на поиск ресурсов.

Именно арт-терапия актуализирует неспецифические саногенные ресурсы организма, психики и личности клиента (А.В. Шувалов, 2009). Идея саногенного (позитивного, оптимистического, оздоравливающего) самоотношения просматривается в трудах Ф. Ницше. Для него здоровье означало не свободу от болезни, а способность человека с ней справляться. Именно эта способность актуализируется в процессе изобразительного творчества.

Центральный замысел состоит в том, чтобы создать психологически безопасные условия, помогающие каждому участнику арт-терапии найти свой способ самовыражения и актуализировать ресурсные состояния, а не сосредотачиваться на поиске проблем. По словам Н. Род-

жерс, «если вы ответите: «Я узнал о себе нечто новое», значит, вы начали свой путь к формирующейся целостности. Это новое и есть очередная присоединенная к целому часть индивидуума».

ЛИТЕРАТУРА

Гринсон Р.Р. Техника и практика психоанализа / Пер. с англ. — М.: Когито-Центр, 2003.

Роджерс Н. Путь к целостности: человеко-центрированная терапия на основе экспрессивных искусств / Вопросы психологии. — 1995. — № 1.

Франкл В. Воля к смыслу / Пер. с англ. — М.: Апрель-Пресс; ЭКСМО-Пресс, 2000.

Хоментаскас Г.Т. Отражение межличностных отношений в диагностическом рисунке семьи. — Автореф. канд. психол. наук. — М., 1985.

Schaverien J. Desire and the Female Therapist: Engendered Gazes in Psychotherapy and Art Therapy. — London: Routledge; 1995.

Wolff W. The Personality of the Preschool Child: The Child's Search for His Self. — New York: Grune and Stratton, 1946.

ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

Артемьева Е.Ю., Ковалев Г.А., Семилет Н.В. Изображение как инструмент измерения межличностных отношений. — <http://www.voppsy.ru/issues/1988/886/886120.htm#a14>

Нарисуй человека: Проективная методика. — http://ido.rudn.ru/psychology/pedagogical_psychology/annot/annot_dop2_a.html

Флирт цветов. — <http://www.museum.ru/alb/image.asp?14494>

<http://www.book.poznaisebya.com/psyanaliz/zelensk/g116.shtm>

<http://www.voppsy.ru/issues/1986/861/861165.htm>





Конфликтное состояние педагога

**Анастасия АНТОНОВА,
Екатерина ЛАВРИНЕНКО**
педагоги-психологи,
ЦО № 1828 «Сабурово»,
Москва

Внутреннее «Я» человека отражается в зрительных образах всякий раз, когда он спонтанно, не особенно задумываясь о своих произведениях, рисует, пишет картину, лепит. Принято считать, что в художественном творчестве отражаются все виды подсознательных процессов, включая страхи, внутренние конфликты, воспоминания детства, сновидения. При их словесном описании могут возникнуть затруднения, поэтому именно невербальные средства часто являются единственным возможным способом выражения и прояснения сильных переживаний.

Здесь можно говорить о некотором преимуществе арт-терапии перед другими формами психотерапевтической работы:

- практически каждый человек (независимо от возраста) может участвовать в арт-терапевтической работе, которая не требует от него каких-либо способностей к изобразительной деятельности или художественных навыков;
- арт-терапия является средством преимущественно невербального общения, что делает ее особенно ценной для тех, кто недостаточно хорошо владеет речью, затрудняется в словесном описании своих переживаний;
- изобразительная деятельность является мощным средством сближения людей, это особенно ценно в ситуациях взаимного отчуждения, при затруднениях в налаживании контактов;
- продукты изобразительного творчества являются объективным свидетельством настроений и мыслей человека, что позволяет использовать их для оценки состояния, проведения соответствующих исследований;
- арт-терапия является средством свободного самовыражения, предполагает атмосферу доверия, терпимости и внимания к внутреннему миру человека;
- арт-терапевтическая 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 — раскрытии широкого спектра возможностей человека и утверждения им своего индивидуально неповторимого способа бытия в мире.

Цель: разностороннее развитие, самопознание, снижение эмоционального напряжения.

Задачи: снизить эмоциональную тревожность, повысить самооценку, развить коммуникативные навыки, способствовать развитию самосознания, уменьшить вероятность эмоционального выгорания

Материалы: листы бумаги, ватман, гуашь, масса для лепки, пластилин, пастель, клей, журналы для вырезания картинок.

Участники: педагоги.

Форма проведения: группы по 2–10 человек, продолжительность — 60–90 минут.

Мы приводим описание четырех из семи занятий.

Занятие № 1

Участники тренинга узнают о правилах проведения тренинговых занятий (конфиденциальность, «здесь и сейчас», добровольность). На столах раскладывается весь материал, с которым можно работать в рамках арт-терапии. Каждому предлагается сделать все, что он пожелает на данный момент. В своей работе на первом занятии мы стараемся не использовать пастель или карандаши.

Начинать лучше с гуаши. Причем особенностью является еще то, что педагоги рисуют без кисточек, пальцами. Если вначале педагоги очень настороженно относятся к этому и рисуют аккуратно одним пальцем,

ПЛАН ЗАНЯТИЙ

Занятие	Тема занятия	Задача занятия
1	Введение: знакомство с материалами, свободная тема	Знакомство, адаптация к нестандартным условиям работы
2	«Мое эмоциональное состояние»	Выявление насущного эмоционального состояния
3	«Конфликты, стресс»	Арт-терапия как средство снятия напряжения
4	«Я»	Создание образа собственного «Я»
5	«Мои ресурсы»	Создание ресурса, позволяющего набираться сил для решения задач
6	Итоговое занятие: коллективный коллаж	Закрепить накопленные навыки и групповую сплоченность

то к концу занятия можно наблюдать рисование всей ладонью.

Роль психолога: во время практической части занятия психолог является наблюдателем процесса, иногда интересуясь тем, что делает в данный момент участник занятия. Если в занятии участвуют два специалиста-психолога, то им необходимо поделить участников между собой, чтобы следить не за всеми, а за конкретными людьми.

Занятие № 2

Участники: перед каждым лежат ватман и краски. Задача — отобразить свое внутреннее состояние на данный момент, используя эти материалы.

Психолог на этом занятии непосредственно включается в процесс, задает уточняющие, наводящие вопросы, делится своими ощущениями и впечатлением.

Важно: психолог дает как можно меньше интерпретаций, потому что в каждом графическом изображении есть нечто специфически индивидуальное, а психолог может внести свои субъективные переживания, свое восприятие внешнего мира, увводя клиента с его пути. И еще одна важная деталь: во время арт-терапевтического занятия необходимо отслеживать всю ситуацию в целом и состояние каждого из участников.

Занятие № 3

Участникам предлагается ряд заданий на конфликтное взаимодействие.

- Каждый делает рисунок на листе формата А4, далее передает соседу справа, тот его «портит» (что-то дорисовывает, закрашивает, зачеркивает) и передает соседу справа, который «портит» уже испорченный рисунок. Задача следующего участника, которому был передан рисунок, исправить то, что было испорчено. После этого рисунки возвращаются к их авторам. Идет обсуждение того, что было делать проще (портить или восстанавливать), что чувствует автор рисунка после того, как ему вернули его творение.
- Участники делятся на пары (если их число нечетное, то ведущий тоже участвует в выполнении задания). Каждый создает маленький рисунок, затем партнеры обмениваются своими рисунками. Задача

каждого участника пары: использовать нарисованное как элемент нового рисунка. Обмен рисунками можно провести 3–4 раза, пока весь лист не будет заполнен. В завершение идет обсуждение того, что происходило.

Психолог ведет процесс, участвует в обсуждении, делится своими наблюдениями.

Занятие № 5

Психолог зачитывает инструкцию: «Невозможно создать один ресурс для решения всех жизненных ситуаций. Сейчас вам предстоит подумать о том, для какой конкретной ситуации вам необходим ресурс. Перед вами различные материалы, которые вы можете использовать для воплощения задуманного».

Участники: их задача — придумать конкретную ситуацию, в которой им необходим ресурс, и сделать его из доступных материалов.

Психолог непосредственно включается в процесс, задает уточняющие, наводящие вопросы, делится своими ощущениями и впечатлением.

Важно: в заключение каждого занятия подводятся итоги, происходит обратная связь, рефлексия.

Итоги групповой арт-терапии

- Она позволяет развивать ценные социальные навыки.
- Арт-терапия связана с оказанием взаимной поддержки членам группы и позволяет решать общие проблемы.
- Дает возможность наблюдать результаты своих действий и их влияние на окружающих.
- Позволяет осваивать новые роли, а также наблюдать, как модификация ролевого поведения влияет на взаимоотношения с окружающими.
- Повышает самооценку и ведет к укреплению личной идентичности.
- Развивает навыки принятия решений.
- Предполагает особую демократическую атмосферу, связанную с равенством прав и ответственности участников группы.
- Во многих случаях требует определенных коммуникативных навыков и способности адаптироваться к групповым нормам. ●



Прививка от страха

Елена БАШКИРОВА

кандидат
психологических наук

*Нет такой печали,
от которой не спасла бы
хорошая книга.*

Мишель Монтень

ФЕНОМЕН ПЕРЕЧИТЫВАНИЯ

Методы арт-терапии в настоящее время завоевывают все большую популярность. И это не случайно, ведь арт-терапия помогает раскрыть внутренние резервы человека, его творческий потенциал, способствует самопознанию и гармонизации личности, является ключом к решению множества психологических проблем. Одним из перспективных направлений арт-терапии является библиотерапия. Терапия чтением книг имеет и другие названия: «библиопсихотерапия», «либротерапия», «либропсихотерапия». В настоящее время нет согласованного четкого определения этому понятию. Ученые рассматривают библиотерапию: как комплексную научную дисциплину (Б.С. Крейденко); как раздел библиотекведения (Б.А. Симонов); как направление педагогики чтения (Ю.Н. Дрешер). Однако большинство авторов сходятся в том, что библиотерапия подразумевает чтение специально подобранной литературы в целях нормализации или оптимизации психического состояния человека.

Многие из нас в трудную минуту интуитивно или осознанно ищут успокоения на страницах любимых книг.

Этим объясняется феномен многократного перечитывания одной и той же книги. Уже в 2–3 года ребенок может высказывать свои литературные предпочтения. И нередко родители слышат просьбу о чтении одной и той же сказки. «Он уже знает ее наизусть!» — возмущаются некоторые родители, не желая удовлетворять «капризы» собственного чада. И напрасно. Как ребенка, так и взрослого в книге привлекает не только информация, но и та гамма чувств, эмоций, которые она

будит. Поэтому перечитывание одного и того же произведения — своего рода тренинг тех психических состояний и процессов, которые актуальны для читателя в данный момент.

Среди психически здоровых людей абсолютно бесстрашных не существует. Несмотря на то что чувства, вызываемые страхом, неприятны, он выполняет множество важных функций. Страх предупреждает человека о предстоящей опасности, помогает ему сосредоточить внимание на источнике этой опасности и мобилизовать ресурсы. Страх способствует социализации детей: так, страх осуждения может уберечь ребенка от дурного поступка. Большинство детских страхов с возрастом исчезают. Кто из нас видел взрослого, одержимого страхом Бармалея? Правда, бывают случаи трансформации непроработанных детских страхов. Взрослый человек, конечно, не вздрогнет при упоминании бабы-яги, но будет избегать общения со старыми женщинами, может стать суеверным.

СПОНТАННЫЙ МЕХАНИЗМ

Иногда дети самостоятельно справляются с собственными переживаниями. Спонтанный механизм переработки, изживания страхов описан и в художественной литературе. Например, герой стихотворения С. Черного «Когда никого нет дома» предлагает громко-громко петь:

Чтоб из печки сквозь потемки

На тесемке

Не спустился к нам медведь...

А в сказке Г. Сапгира «Про смеянцев» смех и уверенность в том, что драконов больше нет, творят чудеса — дракон становится бессильным, лопается от злости.

Рассказ Ю. Драгунского «Не пиф, не паф!» демонстрирует эффект одного из приемов сказкотерапии: переписывание ребенком пугающего его сюжета. В другом рассказе этого же автора «Рабочие дробят камень» герой пересилил свой страх с помощью обидных про-

звиз, которыми сам себя награждал: «Рохля!.. Вахля!.. Махля!.. Прыгай сейчас же! Ну! А то я разговаривать с тобой не буду.. Ну! Тухля! Протухля! Вонюхля!»

Некоторые произведения детской литературы можно использовать даже в качестве формулы самовнушения. Так, слова стихотворения И. Токмаковой «Один дома» звучат почти как аутотренинг:

Я один остаюсь,
Я совсем не боюсь.
За окошком темно.
Это мне все равно.
Свет повсюду включу.
Посижу, помолчу.
Занавешу окно.
Папа с мамой — в кино.
Я один остаюсь.
Я совсем не боюсь.

Оригинальный способ самотерапии страхов придумывают дети из сказки А.Н. Толстого «Фофка». Брат и сестра очень боялись цыпленка, изображенного на новых обоях в детской, который «появился у них в наказание за шалости».

Но дети придумали выход. На свои деньги они купили кнопки, с торжественным обещанием больше не шалить всех шестнадцать Фофок прикололи и с тех пор спали спокойно.

В рассказе А.П. Чехова «Дома» отец, обнаружив, что его семилетний сын курит, пытается воздействовать на него выговором, логическими рассуждениями, нотациями. Но мальчик не слушает отца, мысли его далеко. А бесхитростная незамысловатая сказка перед сном о прекрасном царевиче, который курил в детстве и умер в 20 лет, попадает в самую точку. Ребенок принимает решение больше никогда не курить.

В отличие от прямых нравоучений, художественное произведение сохраняет у ребенка приятное чувство свободы выбора решения, а не подчинения воле старших. Сейчас бы мы сказали, что сработал метод сказкотерапии.

О ВРЕДЕ ЗАПУГИВАНИЯ

Интуитивный механизм изживания страхов основан на том, что ребенок достигает пугающего объекта либо ситуации и «уничтожает» или преобразует их таким образом, что они становятся нестрашными. Ребенок может зачеркнуть, разбить, разорвать пугающий его объект. Способ такого преобразования источника страха может быть найден самостоятельно или подсказан взрослым.

Как уже было сказано, в норме по мере развития ребенка происходит интеллектуальная переработка страхов, уменьшается их эмоциональная составляющая.



Однако большое количество страхов (свыше семи), их длительность и навязчивость могут быть сигналом психологического неблагополучия. В этом случае ребенок со страхами будет нуждаться в профессиональной помощи психолога. Известно, что предупредить проблему легче, чем ее устранить. Чтение умело подобранного списка литературы под руководством взрослого способно быть мощным средством профилактики нарушений психологического здоровья детей.

Важно понимать, что не все «страшные» произведения годятся для предупреждения и коррекции детских страхов. Многие сказки В. Гауфа, Э.Т.А. Гофмана могут сыграть с нами злую шутку и вместо терапии, будут только способствовать возникновению новых страхов или укреплению уже имеющихся.

Чувство кошмара, с которым вынужден жить запуганный в детстве человек, ярко описано Гофманом в «Песочном человеке». Няня запугивала мальчика злым Песочным человеком, который приходит за детьми, если они не идут спать. «...Швыряет им в глаза пригоршню песка, так что они заливаются кровью и лезут на лоб, а потом кладет ребят в мешок и уносит на луну на прокорм своим детушкам, что сидят там в гнезде, а клювы-то у них кривые, как у сов, и они выклевают глаза непослушным человеческим детям».

Такой «метод» довел героя рассказа чуть ли не до невроза. И тем родителям, которые не гнушаются таких приемов в воспитании своих детей, хорошо бы прочесть этот отрывок. Понимание того, к каким разрушительным последствиям приводит страх, запавший в душу ребенка под влиянием запугивания, производит довольно сильное впечатление. Но это вовсе не

финал рассказа Гофмана. Жуткие фантазии получают реальное воплощение в жизни героя, и он встречается с настоящим Песочным человеком, замаскированным под личиной адвоката.

Финал сказки ужасен, герой превращается в безумца и бросается вниз с башни. Творчество Гофмана похоже на кошмар, от которого не можешь проснуться. И хотя одним из правил библиотерапии является максимальное сходство ситуации книги с ситуацией, в которой находится клиент, этот рассказ Гофмана не поможет людям, страдающим от навязчивого страха. В нем нет выхода, нет возможности очнуться от страшного, болезненного сна.

НЕСКОЛЬКО ВАЖНЫХ СОВЕТОВ

Чтобы соблюсти основной принцип терапии «Не навреди!», при отборе книги необходимо учитывать несколько моментов.

ВО-ПЕРВЫХ, хорошо, если герой каким-то образом преодолевает свой страх и становится победителем. В данном случае маленький читатель будет иметь возможность получить бесценный опыт выхода из трудной ситуации. Следуя за переживаниями героя, ребенок сможет переосмыслить на символическом уровне собственные страхи.

И, что немаловажно, решение проблемы, которую предложит книга, будет восприниматься или как свое собственное решение, или как совет друга, а не нравоучение взрослого. Не случайно книгу часто сравнивают с умным, заботливым и тактичным собеседником, который верит в то лучшее, что заложено в душе



каждого из нас, и может неназойливо способствовать пробуждению этого светлого начала.

ВО-ВТОРЫХ, при организации чтения детей следует отдавать предпочтение юмористической литературе. Целительную силу смеха очень точно подметил Вольтер: «Что сделалось смешным, не может быть опасным». И. Кант писал, что «веселое выражение лица постепенно отражается и на внутреннем мире»! А знаток детской психологии К.И. Чуковский считал, что «юмор — драгоценное качество, которое, когда ребенок подрастет, увеличит его сопротивление неблагоприятной среде и поставит высоко над всякими мелочами и дрязгами».

И НАКОНЕЦ, последнее: библиотерапия предполагает не только чтение книги, но и ее обсуждение. Все мы не один раз в своей жизни слышали: «Время лечит», «В доме повешенного не говорят о веревке». Позволю себе не согласиться с этими житейскими аксиомами. Говорить о проблеме не только можно, но и нужно! С течением времени действительно многое забывается, а точнее — вытесняется из нашего сознания. Однако если не было соответствующего осмысления, переработки трагического опыта, переживания не трансформируются, а лишь накапливаются в подсознании до поры до времени, ослабляя душевные силы человека.

Рано или поздно успешно загнанная в подсознание лавина чувств прорвется мощным стрессом или каким-либо заболеванием на нервной почве. Именно поэтому важно не только рекомендовать ту или иную литературу, но и проводить обсуждение возникающих эмоций, чувств и мыслей. При этом разговор о книге нельзя превращать в проверку памяти или уподоблять его уроку литературы. Ребенок должен быть уверен, что его ответы не будут оцениваться как правильные и неправильные. Важно создать такую атмосферу, при которой ребенок имел бы возможность сказать все, что он думает, в полной уверенности, что ни одно из его высказываний не будет подвергаться осуждению.

Однако не стоит затягивать обсуждение. Длительная эмоциональная активность и столкновение с актуальной темой лицом к лицу может отнимать много сил у ребенка. Поэтому лучше вернуться к обсуждению через день, чем сформировать у ребенка отвращение к подобным занятиям.

Некоторым детям полезно дать перед чтением задания, чтобы заострить внимание на том или ином моменте или представить себя на месте героя. Иногда рекомендуют описывать свои замечания по ходу чтения в читательском дневнике. Кому-то будет полезно переписать финал того или иного рассказа. Многие дети с удовольствием создают творческие работы к прочитанному. Высшим пилотажем будет инсценировка волнующего сюжета или разыгрывание с помощью кукол.

Всячески поощряется игра с предметом страха, знакомство и манипулирование с ним. Например, при страхе уколов, врачей, больницы хорошо бы организовать прививочный кабинет для кукол и зверушек. При этом позволить ребенку орудовать настоящим одноразовым шприцом. В целях безопасности такую игру необходимо проводить только под присмотром взрослого и, конечно, прятать иглу от шприца по окончании действия.



РЕКОМЕНДАТЕЛЬНЫЙ СПИСОК КНИГ

На наш взгляд, библиотерапия является самой доступной из всех методов арт-терапии. Это весьма бюджетный метод: при минимальных средствах можно добиться существенных результатов. Наибольшие временные затраты уходят на составление библиографических списков по конкретной проблематике. Облегчит эту задачу объединение усилий школьного библиотекаря, учителя литературы, родителей и психолога.

В результате проведенного отбора был подготовлен рекомендательный аннотированный библиографический список книг «Прививка от страха». Рекомендации по возрасту ребенка в этом списке относительны. В каждом конкретном случае библиотерапевт должен принимать решение на основании уровня развития читателя, его душевного состояния.

Этот список состоит из произведений художественной литературы для детей. Однако целям библиотерапии отвечают в том числе и специально созданные психокоррекционные сказки. Например, в книге О.В. Хухлаевой и О.Е. Хухлаева «Лабиринт души: терапевтические сказки» есть целая подборка сказок, посвященных страхам темноты, неудачи, осуждения, одиночества. Сказки в этом сборнике небольшие (не больше двух страниц), поэтому мы не сочли нужным составлять их аннотации. ●

Аннотированный список детских книг, составленный Е. Башкировой, см. на диске, который будет приложен к № 4 / 2011.



Карл Рэнсом Роджерс

американский
психотерапевт
(1902–1987)

► Когда мы используем различные виды искусства для самооздоровления или в терапевтических целях, то не беспокоимся относительно красоты произведений, грамматической или стилистической правильности текста или гармоничности звучания песни. Мы используем искусство в целях высвобождения, выражения, облегчения. Мы можем также получить интуитивное откровение, инсайт, если обратимся к символическим или метафорическим смыслам, содержащимся в собственных произведениях...