

муниципальное казенное учреждение
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»

Принято
на заседании
педагогического совета
Протокол №2
09 июня 2017 г.

Утверждаю
директор МКУ «Центр ППМС
помощи»
Е.С. Овчинникова
Приказ № 33 от 09.06.2017 г.



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Цветной мир»

г. Киров Калужская область

Пояснительная записка.

Актуальность и перспективность программы

«Я хочу, чтобы мой ребенок стал спокойнее, терпимее, покладистее. Я хочу, чтобы он слушался меня!» - примерно так звучат запросы родителей, когда они обращаются к психологу. Но чтобы поменялся ребенок, должен поменяться его маленький мир: отношение родителей и близких, занятия, привычки, правила. С помощью арт – терапии мир можно раскрасить по-новому и тем самым преобразить его жизнь. Арт-терапия – метод, удивительным образом подходящий для работы с детьми.

Данный цикл занятий предназначен для детей, испытывающих неудачи в учебе; детей из семьи с гиперсоциальным воспитанием; детей с проблемами адаптации; семья пережила горе, развелись родители и т.д. Занятия имеют законченную структуру и могут быть использованы изолированно в рамках арт-терапии определенных проблем.

Занятия могут проводиться как в групповой, так и индивидуальной форме. Участники программы «Цветной мир» играют с красками, карандашами, фломастерами и всем тем, чем можно создать изображение. Но их не учат рисовать. Ведь главное – это уникальность каждого ребенка, возможность создать такое произведение, которое будет только твоим. Здесь ребята могут делать то, что в обычной жизни либо строго запрещено, либо неприемлемо.

Вашему вниманию предлагается цикл групповых арт-терапевтических занятий с детьми 4,5—10 лет, разработанный на основе вышеописанных рекомендаций. Занятия построены на приемах мариания, штриховки, каракулей в их вариациях. Если предполагается проведение полного цикла, то не рекомендуется менять занятия местами, так как каждое последующее занятие (задачи, содержание, стратегия взаимодействия психолога и детей, соответствующие определенному этапу работы) опирается на предыдущие. Однако занятия имеют законченную структуру и могут быть использованы изолированно в рамках арт-терапии определенных проблем. Цикл занятий предполагает формирование и коррекцию эмоционально-аффективной сферы и личностных особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста. В работу над общей гармонизацией аффективной организации включены также узконаправленные приемы коррекции конкретных симптомов дезадаптации, проявляющихся у детей как непосредственно на занятиях, в специально создаваемых ситуациях, так и вне арт-помещения.

Цикл направлен на повышение эмоционального тонуса, обеспечение детей необходимыми аффективными впечатлениями, создающими предрасположенность к развитию взаимоотношений с окружающим миром (адаптации). Ощущение ребенком собственного благополучия позволяет принять другие формы поведения, отказаться от старых стереотипов реагирования и сформировать новые, адекватные социальной ситуации способы поведения. В соответствии с возможностями

возраста происходит формирование положительного образа Я, самооценки и саморегуляции.

Для комплексного воздействия необходимо подключить к процессу людей из ближайшего окружения ребенка, что поможет расширить диапазон эффективного взаимодействия, эмоциональных контактов.

Для кого составлен данный цикл занятий

Это дети с искаженным, негативным представлением о себе, неадекватной самооценкой, повышенной тревожностью, страхами. Дети, которые, испытывая собственную слабость, постоянную фрустрацию, реагируют на окружающие события с помощью сложившихся механизмов защиты: агрессии, отказа от общения, демонстративности. Чтобы спрятать свою ранимость и зависимость, некоторые из них ведут себя сверхактивно, суетливо, шумно либо, наоборот, стараются стать незаметными. Внутренние переживания собственной неполноценности, неуспешности приводят к подавленности, стрессу.

Здесь приведены некоторые собирательные портреты детей, которых можно встретить на занятиях «Цветного мира».

Ребенок с неудачами в учебе, а для его семьи обучение — это главная и зачастую единственная ценность. Жизненное пространство ограничено дорогой из дома в школу и обратно. В школе на ребенке «словно свет клином сошелся»: постоянно получает замечания. В детском коллективе играет роль шута: на занятиях что-то выкрикивает, кривляется. Вечером допекают родители, опять прочитав гневную запись в дневнике. И так каждый день. Иногда удается сбежать с приятелем в соседний двор, придумать какое-нибудь приключение, но из-за него опять случаются неприятности. Устали родители, устал ребенок, начал часто болеть, огрызаться, истерично реагировать на нотации и собственные ошибки.

Ребенок из семьи с гиперсоциальным воспитанием. Такому ребенку приходится жить с идеальными родителями и постоянно сравнивать себя с этим идеалом. Никто и не вспоминает, что у ребенка есть неврологический диагноз или даже просто распространенная сейчас ММД (минимальная мозговая дисфункция). В классе первый, в детском саду — самый умный, но вот что-то боится ходить в гости, встречаться с друзьями родителей и их детьми, а перед выходом в школу или детский сад по утрам у него болит живот или даже бывает рвота.

Ребенок с проблемами адаптации. Все сразу обрушилось на ребенка: мама второй раз вышла замуж, семья переехала на новое место жительства, из-за которого пришлось уже не в первый раз поменять школу или детский сад. К тому же мама месяц назад родила младшего братика и теперь целые дни проводит с ним. Дети во дворе не играют — это новый дом, и никто ни с кем не знаком, да и площадки детской как таковой нет. Резко упала успеваемость в школе, ребенок

стал агрессивен, перестал слушаться, ведет себя демонстративно. Каждый день дома конфликты между мамой и ребенком.

Семья пережила большое горе — сильно заболел (или умер, и неожиданно ушел из семьи) отец. Мама вначале отгородилась от детей, погрузившись в собственные переживания. Потом поделила проблемы семьи со старшим 8-летним сыном. Мальчик оказался хорошей опорой матери, вот только его настроение всегда какое-то подавленное, сосет палец, часто дерется с мальчишками, ругает сам себя, последнее время часто пугает близких фразами о смерти: «Лучше бы я умер, мне надоело жить».

Родители развелись. До этого долгое время дома были скандалы, ссоры, выяснения отношений. Теперь вроде все успокоилось, встало на свои места, только до сих пор ребенок боится темноты, не может засыпать один, оставаться дома без взрослых.

Описания можно было бы продолжить. Причины появления детского неблагополучия могут быть различны, но симптомы схожи. В ходе цикла занятий особенно важной оказывается психологическая поддержка, позволяющая напитать ребенка личностными ресурсами, повысить интерес к жизни, расширить мировосприятие.

Авторство автор - составитель Л.Д. Мардер

Программа является дополнительной общеобразовательной программой

Тип программы: коррекционно-развивающая.

Научные, методологические основы при составлении программы автор опиралась на работы А.И. Копытина, Э. Крамера, Л.Д. Лебедева, Л.С. Выготского, Ю.А. Полуянова, Н. Роджерса и др.

Практическая направленность предполагается, что в ходе проведения данных занятий выплескиваются отрицательные эмоции, и дети становятся спокойнее. Формирование и работа с эмоционально-волевой сферой дошкольников и младших школьников.

Цель программы формирование и коррекция эмоционально-аффективной сферы и личностных особенностей детей дошкольного и младшего школьного возраста.

Задачи программы

1. повышение эмоционального тонуса ребенка, снятие эмоционального напряжения;
2. знакомство с основными эмоциями человека, отработка эмоциональных состояний ребенка;
3. формирование умения управления собственным эмоциональным состоянием и поведением.

Адресат дети дошкольного и младшего школьного возраста.

Продолжительность, рекомендуемая периодичность занятия проводятся 1 раз в неделю, продолжительность занятия составляет 40—80 минут. В состав группы входят от 4 до 7 человек одной возрастной группы.

Требования к результату усвоения программы повышение эмоционального тонуса, снятие эмоционального напряжения; обеспечение детей необходимыми аффективными впечатлениями, создающими предрасположенность к развитию взаимоотношений с окружающим миром (адаптации).

Методы, используемые при реализации программы наблюдение, арттерапия.

Обоснованные критерии ограничения и противопоказания на участие в программе дошкольники, имеющие нарушения в развитии: ЗПР, умственная отсталость.

Гарантия прав участников, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы Родители дошкольников, младших школьников приводят детей к началу занятия и по окончании занятия забирают их; дошкольники, младшие школьники соблюдают правила поведения на занятии, выполняют инструкции педагога-психолога.

Требования к условиям реализации программы (в том числе оборудование, пособия и т.д.) оборудованное помещение, удобное для групповой работы.

Система оценки достижений планируемых результатов В качестве диагностического инструментария (в первичной и итоговой диагностике) используются следующие методики:

- ✓ Методика «Контурный С.А.Т.-Н» - исследование особенностей эмоционально-волевой сферы ребенка, авторская модификация Н.Я. Семаго;
- ✓ Методика «Страна эмоций», Громова Т.В. – как инструмент диагностической и коррекционной работы с эмоционально-волевой сферой ребенка;
- ✓ ЦТО Эткинды;
- ✓ Методики диагностики психического состояния ребенка: методика «Паровозик»; методика «Цветик-восьмицветик» (Практикум по психодиагностике детей дошкольного возраста С.В. Велиева).

Предложенный диагностический инструментарий позволяет выявить особенности развития эмоционально-волевой сферы дошкольников и младших школьников, используется в работе при реализации данной программы.

Возможно использование дополнительного диагностического инструментария.

Учебный план программы

№	Наименование разделов	Всего часов	Практических	Форма контроля
1	Знакомство	1ч	1	Наблюдение, первичное диагностическое обследование дошкольников, младших школьников.
2	Раздел 1 Цветной мир	10ч	10	Рефлексия
3	Подведение итогов	1ч	1	Рефлексия, повторное диагностическое обследование дошкольников, младших школьников
	Итого	12 ч	12	

Тематический план

№ занятия, рабочее название	Материалы и оборудование
Занятие № 1 «Рисуем настроение»	<ul style="list-style-type: none"> – гуашь, акварель, кисти разной толщины, вода – цветные карандаши, восковые мелки – ватман формата А3 – школьный мел – заготовка силуэта человека, нарисованная на ватмане формата А2 (по числу детей) – пиктограммы эмоций (на карточках и в виде вырезанных кружков)
Занятие № 2 «Грусть»	<ul style="list-style-type: none"> – гуашь, акварель, кисти разной толщины, вода – цветные карандаши, восковые мелки – подборка фотографий, иллюстраций с изображением разных человеческих эмоций – листы ватмана формата А3 с нарисованной окружностью (по числу детей) – сухие листья (березовые, осиновые, ольховые и т.п.) – клей ПВА в тубиках – листы бумаги формата А4 (по 4–5 на каждого ребенка) – пиктограммы эмоций (на карточках)
Занятие № 3 «Радость»	<ul style="list-style-type: none"> – гуашь, акварель, кисти разной толщины, вода – цветные карандаши или мелки – ватман формата А3 и А1 – бумажные заготовки колпачков – веревочки для завязок (сутаж), степлер – толстые нитки, ножницы – аксессуары для ряжения – пиктограммы эмоций (на карточках)

№ занятия, рабочее название	Материалы и оборудование
Занятие № 4 «Страх»	<ul style="list-style-type: none"> – гуашь, акварель, кисти разной толщины, вода – цветные карандаши, восковые мелки – подборка фотографий, иллюстраций с изображением явлений, событий, ситуаций, потенциально страшных для ребенка – подборка фотографий, иллюстраций с изображением разных человеческих эмоций – ватман формата А4, по 4–5 листов на каждого ребенка – веревочки для завязок, степлер – пиктограммы эмоций (на карточках)
Занятие № 5 «Удивление»	<ul style="list-style-type: none"> – гуашь, акварель, кисти разной толщины, вода – цветные карандаши, восковые мелки – листы ватмана формата А3, А1, А4 (тонированный, на каждого ребенка) – механический пульверизатор – сыпучие продукты (разные крупы, соль, сахар) – клей ПВА в тубиках – крупная мозаика (например, из ковролина) – пиктограммы эмоций (на карточках)
Занятие № 6 «Злость»	<ul style="list-style-type: none"> – гуашь, акварель, кисти разной толщины, вода; – бумага формата А3 и А4 (на каждого); – фотографии детских лиц с выражением разных эмоций; – цветные карандаши, восковые мелки; – стекла с обработанным краем; – пиктограммы эмоций (на карточках)
Занятие № 7 «День рождения Газетного человека»	<ul style="list-style-type: none"> – газеты (большое количество) – скотч, ножницы – бумага формата А3 – цветные карандаши, восковые мелки – коктейльные соломинки
Занятие № 8 «Дракончики»	<ul style="list-style-type: none"> – гуашь, акварель, кисти разной толщины, вода – детский крем или молочко, вата, зеркала – цветные карандаши, восковые мелки – 1–2 листа ватмана формата А1 – степлер, картонные геометрические формы (5–6 см) для конструирования
Занятие № 9 «Необитаемый остров»	<ul style="list-style-type: none"> – гуашь, акварель, кисти разной толщины, вода – цветные карандаши, восковые мелки – лист формата А3 для штриховки; листы формата А5, согнутые пополам (много); ватман формата А1 – игрушечный паук – старые газеты (много) – песочница
Занятие № 10 «Автопортреты»	<ul style="list-style-type: none"> – различные изобразительные средства – листы ватмана формата А3 с нарисованной окружностью (по числу детей) – детские и подростковые журналы – клей, ножницы, бумага

Описание работы и комментарии

Занятие № 1. «Человек и его настроение»

1. Знакомство

Первое занятие настраивает детей на последующие встречи, знакомит их друг с другом и правилами существования группы. Ребята рассаживаются кружком на ковре или подушках. Ритуалы делают детей более защищенными, создают четкий образ прошедшего занятия, помогают обобщить эмоции. Все последующие занятия будут начинаться и заканчиваться «в кругу».

Психолог организует знакомство детей. Для этого подойдут любые игры на установление контакта, запоминание имен. Например, «Снежный ком», «Поменяйтесь местами», «Поздороваемся коленками (ладошками и пр.)» и т.д.

2. Графическое задание «Лучи солнца»

Психолог: «Во время наших встреч мы будем много рисовать. Но я не буду учить вас, как в детском саду (школе). Просто будьте самими собой. Каждый из вас — солнце. Если у вас радостное настроение — от вас отходят радостные лучи, если грустное — грустные.

Давайте нарисуем солнце, лучи которого грустят, удивляются, радуются, злятся».

Это первое изозадание, оно настраивает детей на дальнейшую изобразительную деятельность, снимает напряжение от неизвестности. От центра листа к краям ребята наносят размашистые штрихи цветными карандашами или мелками. Психолог комментирует работу детей. Например: «Вот эти лучики чего-то очень сильно испугались — смотрите, какие они бледные», «Эти лучики, наверное, злятся, поэтому перечеркивают своих соседей», «У этих лучей отличное настроение — они длинные, ярко-желтые» и т.д.

Затем среди множества пиктограмм эмоций (нарисованных на вырезанных кружочках диаметром 5 см) каждый ребенок выбирает те, которые изображают его собственные. Несмотря на простоту и прямолинейность, задание вызывает у детей эмоциональный от-

клик: они активно подбирают карточки, озвучивают выбор, действуют при этом весьма непосредственно. Пиктограммы наклеиваются на «лучи» таким образом, чтобы относящиеся к одному ребенку образовывали группу. В дальнейшем «солнце» можно будет использовать в качестве иллюстраций в беседах с родителями.

3. Упражнение в парах «Портрет на полу»

Психолог: «Вы когда-нибудь рисовали свой портрет в полный рост? Может, у вас просто не было подходящего листа бумаги? Мы обойдемся без бумаги — будем рисовать мелом на полу!» Дети разбиваются на пары (при нечетном количестве в пару включается взрослый). Каждый ребенок выбирает пространство пола, на котором хочет нарисовать себя. Первый ребенок из пары ложится, второй обводит его силуэт мелом, затем они меняются ролями. Когда контуры готовы, предлагается дополнить собственный силуэт любыми деталями (можно пририсовать лицо, волосы, одежду, украсить рисунками), чтобы автопортрет получил законченный вид. Автопортреты получаются разными, в них ярко прослеживается индивидуальный стиль автора:

- рисунки робкого ребенка, как правило, состоят из тонких, едва заметных линий, в некоторых местах стертых от случайных прикосновений, но потом не подправленных, не восстановленных;
- гиперактивные дети часто широкими густыми меловыми штрихами закрашивают весь контур;
- дети, склонные к демонстративности, украшают свой портрет множеством деталей: бантиками, пуговицами, карманами и пр.;
- дети с очень низкой самооценкой и негативным отношением к себе не прорисовывают лицо, даже после обращения внимания на это;
- тревожные дети (часто из семей с гиперсоциализированным стилем воспитания) обычно выправляют контуры, тщательно прорисовывают элементы, делая изображение аккуратным.

Данное задание, с одной стороны, известный всем рисунок человека, но с другой — это необычная ситуация рисования, для которой у ребенка нет привычных изобразительных способов, что делает проективными и процесс, и результат.

Как правило, в группе бывает ребенок, который беспокоится о чистоте пола, интересуется, кто будет убирать, и мыть комнату. Это связано с определенными личностными особенностями (тревожностью, страхами). Надо объяснить, что после занятия, мел можно легко смыть мокрой тряпкой и детям этого делать не придется.

С младшими школьниками это упражнение можно проводить, используя куски старых обоев и маркеры. В этом случае после завершения рисования автопортреты прикрепляются кнопками к стене. С дошкольниками автопортреты на обоях рисовать не рекомендуется, так как это займет значительно больше времени, вызовет утомление, снижение или потерю интереса к работе. Это связано с тем, что, рисуя мелом, дети делают более широкие и сильные движения руками, нежели рисуя фломастерами, штрихи от мела более толстые, графика менее четкая;

требования к качеству изображения мелом ниже, и как следствие — сильнее эффект и получаемое удовольствие.

Во время выполнения задания психологу следует быть рядом с детьми, чтобы помочь им получить удовлетворение и от рисования, и от его результата — ребенку должен понравиться его портрет. Если этого достичь не удалось, психолог получает материал для дальнейшей коррекционной работы.

4. Диагностическое задание «Цвета настроений»

Психолог: «А какое бывает настроение у человека?» (Дети отвечают.) «Каждый из вас попробует раскрасить силуэт человека теми красками, теми цветами, которыми можно передать ваши настроения. Готовые силуэты уже есть, выбирайте кисточку, открывайте гуашь и приступайте к рисованию».

Каждый ребенок получает по листу ватмана формата А2, на котором нарисован силуэт человека в статичной позе с пропорциями, характерными для детских рисунков (увеличенная голова, укороченное тело и т.д.) Во время рисования психолог обращает внимание детей на то, что все рисуют по-разному, так как все люди разные, каждый человек уникален, непохож на других.

Как ни странно, раскрашенные человечки бывают очень похожи на своих создателей. Сходство угадывается и во внешнем виде (черты лица, прическа, одежда), и в цвете, и в манере изображения, отражающей особенности ребенка. Например, широкие мазки с выходом за контур присутствуют у активных, общительных детей; дети с защитной агрессией пририсовывают элементы, делающие их человечка более сильным, — оружие, костюм супергероя, мускулы. Дети, переживающие внутренние конфликты, незащитность перед окружающим миром, особенно мальчики, могут пририсовать чело-

вечку кровь или экскременты. Темные цвета выбирают дети с угнетенным состоянием. И так далее. Одни дети полностью закрашивают контур человечка краской, другие стараются передать реальный внешний вид человека — прорисовывают части лица, волосы, пальцы, обувь, используют розовый цвет для кожи. Раскрашенный силуэт человека может много рассказать о ребенке, надо лишь суметь прочесть этот рисунок .

Дети рисуют в разном темпе. Тому, кто заканчивает раньше, а потом и остальным предлагается выбрать место в комнате, куда бы они хотели повесить свой рисунок. Взрослый помогает его закрепить.

5. Итог занятия

Все собираются на ковре, психолог делает акцент на успехах детей (на стенах новые рисунки, на полу — портреты).

Психолог: «Угадают ли родители автопортреты своих детей?» В комнату приглашаются взрослые, сопровождающие детей на занятия. Им демонстрируются меловые и гуашевые человечки, они определяют работы своих детей. Это носит диагностический характер, создает почву для интереса родителей к занятиям, к анализу продуктов детского творчества, дает информацию для дальнейших бесед.

Занятие № 2. «Грусть»

1. Ритуал начала занятия. Беседа на ковре Психолог: «Во время наших встреч мы будем говорить о ваших чувствах и настроениях. Сегодня — о грусти. По вашему мнению,

что такое «грусть»? Когда бывает грустно?»

В этом случае не стоит задача получить ответы детей. Многие из них испытывают серьезные трудности в речевых высказываниях, тем более если вопросы касаются чувств. С помощью данных вопросов создается атмосфера, в которой говорить о чувствах и состояниях не только уместно, но и желательно. А примером собственной конгруэнтности психолог настраивает детей на открытость и искренность. Психолог: «Изобразите лицо грустного человека. Найдите грустного человечка (дети рассматривают и выбирают пиктограммы; затем описываются мимические проявления грусти). Найдите грустное лицо среди этих фотографий. Почему грустит этот ребенок?» Действовать детям проще, чем говорить, и в работу включаются

все участники.

2. Графическое задание

Психолог: «Нарисуйте что-нибудь грустное. Например, я бы нарисовала осенний листок, упавший с дерева. У меня этот листок вызывает грусть, так как напоминает о том, что лето закончилось, и скоро наступят холода. Вы придумайте свой грустный рисунок, не

повторяйте за мной. Пусть у каждого появится своя идея».

Дети рисуют карандашами или восковыми мелками на листах А4, показывают и в меру своих возможностей объясняют свои варианты «грустных рисунков».

3. Задание на адаптацию в пространстве комнаты

Психолог: «Постарайтесь найти в игровой комнате какие-нибудь грустные предметы или игрушки. Придумайте, почему они грустят или вызывают грусть у вас. Ваши мнения могут не совпадать. Один решит, что выбранный предмет очень грустный, а другой скажет, что ничего грустного в нем нет. У каждого свое мнение, давайте выслушаем все».

Дети перемещаются по комнате, находят предметы и вновь собираются на ковре для показа и объяснения своего выбора. Психолог еще раз делает акцент на том, что мнения людей могут расходиться, так как все люди разные, и это здорово.

4. Диагностическое задание

«Рисунок в круге»

Это задание-«маркер». Ребята рисуют «Грусть». Надо подготовить листы ватмана А3, на которых простым карандашом нарисована окружность. Для рисования предлагается гуашь, акварель. Часто дети не удерживают инструкцию и, вместо того чтобы рисовать на

определенную тему, изображают что-то свое, навеянное формой окружности. Это не только не возбраняется, но и приветствуется. По завершении рисунка ребенок дает ему название и опять же в меру своих возможностей рассказывает о нем. Раскрашенные круги необходимо подписать (имя автора, название, дата создания, порядковый номер занятия) и сохранить, так как на последнем занятии ребятам вторично будет предложено нарисовать рисунок в круге, но уже на свободную тему, и затем оба рисунка будут сравниваться.

Дети сами выберут тот, который им нравится больше.

5. Задания на создание ситуации успеха «Игры с сухими листьями»

Психолог: «Осенний листопад часто наводит на грустные мысли, но сухие листья могут принести и много радости. Давайте поиграем с ними!»

- Первая игра «Листопад». Взрослый встает на стульчик и с высоты поднятой руки выпускает лист падать. Дети по очереди ловят хаотично разлетающиеся, кружащиеся листья.
- Вторая игра «Фейерверк». Набираем в пригоршни листья, подбрасываем над головой.
- Третья игра «Рисуем листьями».

Психолог: «А еще листьями можно рисовать. Я вас научу!» Взрослый демонстрирует технику создания изображения: выдавливая из тюбика клей ПВА, наносит на лист бумаги рисунок; затем набирает сухие листья, растирает их между ладонями на мелкие частички и рассыпает над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхивает. Процедура повторяется до достижения субъективного результата. Рисунку можно придумать название. Количество создаваемых «рисунков листьями» зависит от желания отдельного ребенка, при необходимости время занятия может быть продлено.

Научившись рисовать листьями, ребенок может поработать над эстетической стороной изображения. Например, заранее сделать фон для следующего рисунка — заштриховать поверхность листа восковыми мелками, положенными плашмя. Фон может быть одноцветным или многоцветным. Законченный рисунок можно вставить в импровизированную картонную рамку — в таком виде его привлекательность увеличится.

Первые две игры с листьями активизируют детей, возбуждают, третья — успокаивает.

6. Итог занятия

Дети выбирают среди своих рисунков те, которые хотят оставить для выставки, прикрепляют к стенам или расставляют по пространству комнаты.

С детьми младшего школьного возраста можно проводить рефлексивный анализ рисунков, но его глубина должна соответствовать возможностям речевого развития. Дошкольникам такой анализ сложен, чаще всего они с ним не справляются, поэтому он специально не организуется (но бывают и индивидуальные исключения), чтобы дети не чувствовали своей неуспешности. Собравшись на ковре, участники занятия прощаются, психолог благодарит детей за активность, желает им удачной недели, напоминает о следующей встрече.

Занятие № 3. «Радость»

1. Ритуал начала занятия

Традиционно занятие начинается с предложения взять подушки, сесть кружком на ковер, поздороваться, при желании рассказать о чем-нибудь важном или волнующем. В этот раз, зайдя в комнату, дети находят разноцветный клоунский колпак.

Вопросы психолога:

- Что это? Чье это? Какое настроение дарит людям обладатель этого колпака?
- Найдите на картинке человечков, у которых такое настроение (работа с пиктограммами). Изобразите лицо радостного человека.

2. Графическое задание для совместного выполнения

«Продолжи рисунок»

Психолог: «Предлагаю всем вместе нарисовать клоуна. Для этого есть цветные карандаши, мелки и один на всех лист бумаги (формата не меньше А3). Чтобы каждый смог поучаствовать в изображении, работайте по очереди. Рисуйте какой-то элемент и передавайте лист следующему».

Чтобы облегчить начало рисования дошкольникам, взрослый может обозначить на листе некую «отправную точку», например, нарисовать овал будущего туловища. Это вовсе не значит, что детское рисование будет разворачиваться вокруг этого места. Но лист перестанет быть чистым, а значит, уменьшится тревога по поводу будущего рисования.

Как уже отмечалось ранее, результат выполнения графического задания может быть непредсказуем. Клоун может превратиться в монстра, поверх аккуратного изображения могут быть нанесены каракули, весь лист может быть закрашен разноцветными мелками.

Совместное рисование, смех, дополнения друг друга объединяют детей. Ребенок чувствует, что его идеи принимаются, что он такой же, как другие.

Психолог на этом этапе коррекции предлагает детям способ совместной работы («по очереди»), регулирует баланс вклада в общий рисунок, в отношения детей.

3. Задание на создание ситуации успеха «Колпачок клоуна»

Психолог: «Я приготовила для вас сюрприз, с помощью которого вы сами на этом занятии станете клоунами».

Взрослый выкладывает на середину ковра чемоданчик для ряжения, и ребята выбирают себе смешные наряды, придумывают аксессуары. Если костюм получился удобным и не вызывает у ребенка дискомфорта, он с удовольствием останется в нем на протяжении всего занятия.

Затем ребята садятся за стол и получают заготовки колпачков. Они раскрашивают их гуашью (или чем захотят), после чего психолог скрепляет заготовку степлером в виде островерхого колпачка, так же степлером прикрепляет завязки. Надо помнить, что гуашь, наложенная толстым слоем, сохнет долго, поэтому понадобится время на высыхание колпачков перед тем, как ребята наденут их на головы. Об организационном моменте надо помнить и иметь варианты заполнения паузы. Это время можно потратить на другие сюрпризы. Например, порисовать нитками в технике монотипии или поискать в окружающей обстановке предметы, которыми тоже можно рисовать (моющиеся игрушки, пластмассовые кубики, палочки, мятая бумага и т.д. — на сколько хватит детской фантазии, а также свободы психолога разрешить им рисовать найденным предметом). Часто ребята остаются в колпачках до конца занятия, некоторые дошкольники уходят в них домой.

4. Совместное задание на выражение актуальных эмоций и снятие напряжения «Красивый рисунок»

Психолог: «Вы стали клоунами и теперь сами можете создавать хорошее настроение. Вы радуетесь, когда у вас получаются красивые рисунки? Сейчас вам

всем вместе предстоит сделать рисунок, посмотрев на который можно было бы сказать: "Красота!"»

Перед ребятами на стол выкладывается ватман формата А1, предоставляется возможность самим выбирать способы действия с гуашью (рисование кистью, губкой, пальцами и пр.). В процессе мараний детям приходится взаимодействовать, учиться уступать, учитывать интересы других, сдерживаться или, наоборот, быть активными. Психолог отслеживает и регулирует эти моменты. Процесс длится до тех пор, пока ребята не удовлетворят свои потребности в мазании, смешивании красок. Как правило, «красивый рисунок» у дошкольников не бывает объективно красивым, так как после смешения красок лист приобретает, например, грязно-серый или бурый цвет. Но этим результатом можно ограничиться, поскольку, во-первых, имеет значение опыт спонтанного выражения актуальных эмоций, приобретаемый ребенком во время мараания, а во-вторых, сами дети своей работой довольны, она вызывает у них радость.

Младшим школьникам можно предложить второй этап рисования. Закончив «мараания», дети отмывают руки и вновь собираются вокруг листа. Теперь им дается жесткая установка — украсить рисунок, сделать его действительно красивым. Для этого надо определить тот момент, когда внешний вид рисунка становится привлекательным, и лишние мазки будут приносить ему вред. То есть дать установку на самоконтроль. Обычно ребята успешно с этим справляются, если психолог напоминает инструкцию в ходе рисования, и испытывают удовольствие от своих успехов.

Коллективный рисунок может выполняться в абстрактной манере мараний, а может содержать что-то конкретное, объектное. До начала рисования дети могут договориться, как они распорядятся общим листом: каждому будет выделена определенная часть пространства или же рисовать можно будет в любом месте. Второй вариант организационно более сложный и, как правило, более конфликтный.

И конечно, если кто-то не хочет рисовать вместе со всеми, а хочет уединиться, психолог помогает ему разместиться в выбранном месте.

5. Итог занятия

См. занятие № 2.

Занятие № 4. «Страх»

На занятии с дошкольниками используется игрушка Страшилка, при работе со школьниками опосредовать взаимодействие игрушкой нет необходимости.

В центральной части ковра, кроме традиционных подушек, разложены иллюстрации из журналов, на которых изображены явления или события, потенциально страшные для человека. У психолога на руке игрушка. На протяжении занятия психолог и дети общаются со Страшилкой.

1. Ритуал начала занятия. Беседа с детьми

Психолог: «Страшилка хотел напугать детей и разбросал фотографии, на которых изображено то, чего можно испугаться. Рассмотрите их и выберите фотографии, на которых есть действительно что-то пугающее».

В качестве потенциально пугающих ситуаций или мест предлагаются пожар, наводнение, война, чаща леса, темнота, тесное замкнутое пространство, большие улицы, встреча с животными, дорога и автомобили, самолет, травма, болезнь, укол, визит врача, ответ у доски, опоздание, одиночество, драка, наказание, сказочные и мистические персонажи, колдуны, чудовища, кладбище, мертвецы, смерть, оружие, кровь, страшные сны. Наиболее полный перечень страхов, присущих дошкольникам и младшим школьникам, приведен в книге А. И. Захарова «Как помочь нашим детям избавиться от страха». Фотографии должны включать ситуации, выявленные вами как источники страхов конкретных детей на этапе беседы с родителями и психодиагностической процедуры.

Психолог: «Найдите испуганного человечка (дети рассматривают и выбирают пиктограммы, затем описываются мимические проявления страха). Изобразите лицо испуганного человека. Найдите испуганное лицо среди этих фотографий».

2. Задание на выражение эмоций и преодоление страха

«Рисуем страшную маску»

Психолог: «Вы можете сами испугать Страшилку. Нарисуйте страшные маски, наденьте их и прогоните Страшилку!» Для работы могут потребоваться любые изобразительные средства по выбору детей (гуашь, акварель, карандаши, мелки, пастель) и бумага А4. Чтобы получилась действительно маска, для младших детей можно обозначить на листе ориентировочный контур (круг, овал), который поможет им нарисовать маску нужного размера.

По окончании рисования лишнюю бумагу надо обрезать ножницами или оборвать по контуру маски, сделать отверстия для глаз, рта (вырезать или прорвать). Маска с рваными краями получается особенно впечатляющей. Детям помладше помогает взрослый. С левого и правого боков маски степлером крепятся веревочки. Теперь маска готова к примерке!

Дети надевают маски, им дается возможность сначала «покривляться» перед зеркалом и «попугать» друг друга (а детям непременно захочется сделать это).

Психолог отслеживает момент, когда дети начинают шалить сильнее, и в это время направляет их энергию на

Страшилку. Игрушка «пугается» и исчезает из комнаты. Дети переключаются на следующее задание.

3. Задание на отреагирование эмоций

«Рисуем страхи»

Психолог: «Вы победили Страшилку, и теперь у вас есть силы, чтобы победить свои страхи. Первый шаг к победе над страхом вы сделаете, если нарисуете его. Это очень трудно, но я уверена, что теперь вы справитесь». Понадобится бумага формата А4, карандаши, часто дети выражают желание рисовать красками. Иногда задание вызывает сопротивление. Если ребенок убеждает, что не боится ничего, предложить нарисовать то, чего боятся другие люди. Стимулом к рисованию зачастую служит дальнейший «ритуал

уничтожения страхов». И те дети, которые до этого отказывались рисовать, активно подключаются к остальным.

4. Задания на снятие напряжения

«Ритуал уничтожения страхов»

По ходу рисования и по его окончании происходит работа с рисунком по методике А.И.Захарова. При поддержке психолога ребенок изменяет рисунок так, чтобы его содержание стало безопасно: вокруг страшной собаки изображает клетку, в руку человека, стоящего на кладбище, вкладывает яркий фонарь, а сюжет про больного ребенка перерисовывает вовсе. Особенно детям нравится, когда рисунки рвутся на мелкие кусочки и сжигаются. Для этого надо иметь термостойкую емкость для сжигания бумаги, подставку под горячее, спички, кувшин с водой. Со школьниками можно устроить маленький костерок на улице.

Ритуал уничтожения страхов увлекает детей. Они начинают рисовать страхи еще и еще. Некоторые дети сильно возбуждаются, топчут рисунки ногами, кричат, бранятся. Не надо им запрещать это делать, но важно следить, чтобы они не мешали остальным и не «заражали» их этим поведением. Необходимо позитивно прокомментировать такие действия другим детям, чтобы избежать шуток или недоумения (например, «Олег нашел свой способ победы над страхом, когда он закончит свой ритуал, он к нам вернется»). Обычно после таких действий происходит разрядка, и, начиная со следующего занятия, поведение этих детей постепенно меняется в конструктивную сторону, становится значительно спокойнее.

5. Итог занятия

Дети и психолог собираются на ковре, берутся за руки, произносят слова позитивной установки, например, «Мы можем победить страх!»

Занятие № 5. «Удивление»

1. Ритуал начала занятия

Сюжет занятия построен по мотивам историй про космические путешествия: скорее всего школьники уже читали фантастические рассказы или смотрели фильмы о полетах в другие галактики. Им можно предложить стать Космическими Создателями Новых Миров. Дошкольники приглашаются в космическое путешествие, в котором будут часто удивляться (находим пиктограмму удивления). Для начала надо сделать космический корабль.

2. Графическая коллективная работа

«Продолжи рисунок» (см. занятие № 3) Расположившись на ковре, мелкими или карандашами дети рисуют космический аппарат. Психологом поощряются фантазия и

технические «изыски».

3. Мотивирующее задание «Небо»

Теперь необходимо нарисовать космическое небо, в которое отправятся путешественники. Например, его можно сделать пульверизатором с синей краской на ватмане формата А1. Лист выкладывается прямо на пол, дети по очереди набрызгивают краску и до поры

оставляют сохнуть.

Вроде задание нехитрое — побрызгать краской из пульверизатора. Однако этот процесс требует умения выполнять действия по очереди. Ребенок должен суметь вовремя остановиться, чтобы капли на листе не превратились в лужу, удержать в поле внимания весь лист, дабы наносить краску, ровно по всей поверхности. Это задание хорошо иллюстрирует, как с помощью несложных упражнений можно решать различные задачи, главное — увидеть потенциал подбираемого задания.

4. Задание на создание ситуации успеха «Новые планеты»

Психолог: «Представьте, что вы летите уже долго и наконец, подлетаете к новой, еще неоткрытой планете. Какая она? Как выглядит?»

Каждый человек представляет новую планету по-своему. Перейдя за столы, дети создают собственную планету с помощью сыпучих продуктов (разных круп, сахара, соли) и клея ПВА. Аналогичный способ использовался на занятии № 2 для рисования сухими листьями. Более эффектно работа выглядит, если для основы

используется цветной картон. Обращая внимание на фантазии каждого из детей, психолог делает акцент на удивлении, которое возникает при взгляде на них.

Кто-то сделает одну планету, а кто-то придумает несколько. Важно, чтобы ребенок ощутил ценность каждой своей работы, а не только торопился сделать еще и еще: «Ты приложил к созданию этой планеты свой талант, свои силы, потратил на нее свое время. Возможно, здесь кто-то поселится, поэтому не спеши, сделай так, чтобы на твоей планете захотелось жить. Дай ей название, вдохни в нее жизнь».

5. Индивидуальное творческое задание «Инопланетяне»

Психолог: «Если на вашей планете есть жизнь, как выглядят ее обитатели? Где они живут? Чем питаются? Какой у них характер?» С помощью ковровиновой мозаики (или другим способом) ребята придумывают «инопланетян», особенности их образа жизни.

Школьники могут описать подробности, представить свои работы. И снова — акцент на удивлении как реакции на необычное, неожиданное.

Необычные существа, которых выдумывают дети, очень похожи на своих создателей. Инопланетяне могут быть явно воинственны — обладать принадлежностями для нападения и защиты (клыками, шипами, доспехами, арсеналом оружия, средствами слежения). Могут быть маленького размера, без особых отличительных черт, и к тому же не вызывать симпатию авторов. У ребенка может не быть собственных идей, и он исполнит работу по подобию с чьей-то чужой.

В необычном существе прочитывается образ Я ребенка. Для психолога это объективированный личностный материал, с которым можно работать прямо в данный момент. При поддержке психолога происходит коррекция созданного образа. Ребенку предлагается перестроить его так, чтобы существо стало миролюбивым, избавилось от ожидания мнимой угрозы, настроилось на установление контактов, развитие цивилизации. Созданные существа наделяются индивидуальными чертами, приобретают силу, способности, знания, заводят друзей. При этом важно избежать морализации, навязывания. Если процесс преобразования вызывает положительный эмоциональный отклик, а результат — симпатию, ребенку легче поменять отношение к своим созданиям, представление об их сути.

6. Коллективная работа «Карта звездного неба»

Психолог: «Путешествие в глубины космоса подходит к концу. Нам необходимо сделать карту звездного неба, нанести на нее новые планеты и наш маршрут, чтобы другие космические путешественники узнали о совершенных открытиях».

На ватмане с нанесенной краской продолжаем рисовать «космическую карту»: ребята должны договориться, кто из них будет рисовать звезды, солнце, планеты, другие космические тела. Обычно обсуждение проходит бурно, почему-то многим хочется рисовать одно и то же. Регулируя отношения, у дошкольников можно принять вариант двух солнц, или чего-то подобного (и психолог может дать этому явлению объяснение, например, будто дети пролетали несколько галактик), хотя вариант их собственного объяснения также может быть уместен. Дети же школьного возраста должны постараться договориться. В завершение поверх «карты» пунктирными линиями прокладывается маршрут полета.

7. Итог занятия

См. занятие № 2.

Занятие № 6. «Злость»

Расположившись на ковре, дети узнают, что в этот раз разговор пойдет о злости.

1. Ритуал начала занятия. Беседа с детьми Психолог: «По вашему мнению, что такое «злость»? Из-за чего люди злятся? В чем разница между злым и разозлившимся человеком?»

2. Графическое задание

Психолог: «Представьте себе, что ваши карандаши перессорились. Выберите цвет и нарисуйте "злые" линии». Можно рисовать сразу двумя руками — ведь в ссоре участвуют

как минимум двое — линии будут пересекаться, сталкиваться, образовывать ломаные линии, петли.

Психолог: «Найдите разозлившегося человечка (дети рассматривают и выбирают пиктограммы, затем описывают мимические проявления злости). Изобразите лицо разозлившегося человека. А теперь найдите разозлившегося ребенка среди этих фотографий (заранее разложите снимки на столе или на полу). Почему он злится? Из-за чего бывает, что злитесь вы?»

3. Задание на демонстрацию индивидуальности восприятия

Психолог: «У нас в комнате есть очень много рисунков. Давайте разложим их на три части — на те, которые вам кажутся "злыми", "радостными" и остальные».

Очень эффектный прием. За все время арт-работы с детьми накапливается множество рисунков. Одни были оставлены из-за их красоты или оригинальности, с другими были связаны интересные истории, третьи принадлежат детям, которые еще находятся в процессе терапии. Оставлять все это богатство «мертвым грузом» — непозволительная роскошь. Как известно, рассматривание продуктов творчества

имеет хороший терапевтический потенциал. Рисунки других детей близки опыту и манере изображения присутствующих на занятии. Знание, что это рисунки ровесников, дает им свободу критиковать, выражать иронию, скепсис, то есть быть естественными в своих оценках. Снимаются социальные маски. Дети становятся восприимчивыми к психологическому воздействию.

Независимо от содержания и цветовой гаммы одни и те же рисунки воспринимаются детьми по-разному — психолог обращает на это внимание ребят. Сначала детям непонятно, что чужое мнение может быть противоположно. Вот он, рисунок, находится перед глазами, его содержание объективно. Почему же другие не видят того, что вижу я? Дети возмущаются, когда другой ребенок кладет в стопку рисунок иного, по их мнению, содержания. Психолог помогает детям справиться с неожиданным препятствием. При сортировке в категорию «злые», как правило, попадает значительно большее количество рисунков, нежели в другие две. Когда деление на части заканчивается, «злые» рисунки равномерно раскладываются по ковру, вокруг расставляются стулья. Сняв обувь, дети встают на стулья и рассматривают получившийся коллаж. Каждому предлагается придумать для него свое название.

Например, группа из трех мальчиков и одной девочки 9—10 лет придумала следующие названия: «Сплошная злость», «Злые и добрые чудища», «Уроды», «Злые люди», «Черти», «Гиппопотам», «Сплошь черное», «Чернота», «Людоеды и пираты», «Тираннозавры», «Оборотни», «Шибики», «Зомби», «Вампиры». По этим названиям очень хорошо видно, с чем ассоциируется злость. Конкретно у этих детей она связывается с тем, о чем ведают фильмы ужасов, комиксы, а также явления, значимые в детской субкультуре. Прослеживаются тендерные особенности. Есть отдельные определения, продиктованные личностной тревожностью и специфичным опытом.

4. Задание на снятие эмоционального напряжения

«Рисуем злость»

Психолог: «Теперь вы будете рисовать сами».

Детям предлагается работать в технике монотипии. В качестве основы на этом занятии выложены стекла большого размера. Для создания оттиска каждому дается по одному листу формата А3, и ребенок сам решает, в какой момент его сделать. Ребята обязательно просят дать им еще бумаги для следующих оттисков. Пожалуйста, если бумаги достаточно, такой вариант вполне уместен. Более экономичный и эффектный вариант — предложить использовать один выданный лист и накладывать оттиски один на другой.

Каждый раз изображение будет меняться, и опять ребенок сам решит, когда полученное изображение удовлетворит его эстетические притязания.

Создание оттисков является как раз тем случаем, когда мараение может спонтанно развернуться на обеих сторонах листа. Ребенок сам решает, какое из творений ему ценно, выбирая то, которое вызвало наибольший отклик. Действия с красками раскрепощают ребенка, помогают стать свободным, преодолеть барьеры искреннего выражения чувств. С помощью красок дети избавляются от вызывающих напряжение актуальных переживаний. Марания сопровождаются вербальными комментариями, в которых проявляется натура ребенка. Здесь могут быть и сомнения, и восторги, и осторожные эксперименты, и личные открытия. Дети придумывают свои способы рисования на стекле: одним пальцем, несколькими, ладонью плашмя, кулачком; точками, мазками, разводами. Самовыражение

вызывает ощущение собственного потенциала, самости. Рисование продолжается до тех пор, пока дети не удовлетворят свое желание действовать с красками. Это занятие самое «грязное» из всего цикла. Его эффект влияет на дальнейшие встречи, которые проходят значительно конструктивнее, спокойнее.

5. Итог занятия

См. занятие № 2.

Занятие № 7. «День рождения «Газетного человека»

Данное занятие показывает, насколько дети способны взаимодействовать, объединяться для решения общих задач, договариваться. Основная содержательная часть может пройти как индивидуальная творческая деятельность, тогда приоритетно будут решаться задачи самовыражения и занятие понесет в себе потенциальный источник изменений, дальнейшей коррекции образа Я ребенка.

1. Ритуал начала занятия

Группа собирается на ковре, и психолог предлагает детям сделать человечка из газет и скотча.

2. Задание на взаимодействие и самовыражение

В начале детям дается простая инструкция: «Сегодня вы все вместе будете делать Газетного человека».

Само по себе задание интересно детям, поэтому дополнительной мотивации не требуется. Взрослый демонстрирует разные способы обращения с газетами: комкает и обрывает для придания задуманной формы, обматывает скотчем. После показа проходит распределение обязанностей (один делает голову, другой туловище и т.д.).

Психолог выступает в роли активного помощника. Очень важно не предлагать готовый способ создания элемента, а поощрять инициативу ребенка, указывать ему на его идеи, успехи. Газетного человека можно украсить цветной бумагой, любым бросовым материалом, сделать ему лицо, уши, пальцы и пр., придумать имя, с которым согласятся все члены группы, если это коллективная работа. Как уже отмечалось, ребенок может изъявить желание работать индивидуально.

Дети создают не только человечков. На моем опыте ребята делали трехголового дракона с крыльями и длинным хвостом (сразу трем детям захотелось делать голову, и дракон был их компромиссом — получилось здорово!), Смерть с косой, вислоухого щенка, лыжника на лыжах и с лыжными палками, принцессу, всевозможное оружие, спортивное оборудование и др. — в зависимости от возраста. Идеи детей обязательно принимаются, оказывается помощь в их реализации.

Воплощая образ (когда задуманный, а когда и спонтанный), ребенок вкладывает в него свои силы, идеи, наделяет характером, особенностями. Работая над созданием куклы, дети обращаются к своему образу Я. Важно, чтобы ребенок был удовлетворен работой, и в этой связи задачей психолога становится формирование у него положительного эмоционального отклика, коррекция негативных переживаний. Для этого психолог может более активно подключиться к работе над создаваемой поделкой, ненавязчиво дать совет,

направить ход работы.

Есть различия в качестве конструкций дошкольников 4,5—5,5 лет и младших школьников. Маленькие дети придумывают поделки менее масштабные по форме, часто — плоскостные и хрупкие, небольшого размера, менее детализированные, но не уступающие школьникам по содержанию, то есть по творческой идее. Обычно дети этого возраста делают много несложных по изготовлению объектов. Работы дошкольников 6—7 лет близки по качеству работам учащихся начальной школы. Отличия состоят в направленности на детализацию поделки первыми и воплощение оригинальных идей вторыми.

3. Задание на снятие напряжения «Фейерверк»

У Газетного человека сегодня первый день рождения, и в его честь устраивается фейерверк. Для этого используются коктейльные соломинки, бумага формата А3, акварель. Психолог капает на лист бумаги капли разбавленной акварели, дети, поднеся к ним соломинки, раздувают цветную воду в разные стороны (техника описана в

книге Р. Гнбсон, Д. Тайлер «Веселое рождество»). Это забавное рисование, оно для того и используется, чтобы порадовать ребят. Однако нежелательно играть с

капельками дольше 3—5 минут, так как от старательного выдувания воздуха через соломинки может закружиться голова.

4. Задание на обозначение ценности продуктов

детского творчества

Последнее задание проводится либо при участии созданных газетных изображений, либо в их честь. Эта часть занятия может проводиться по-разному. Выбор варианта определяется количеством оставшегося времени, направлением развития сюжета, особенностями созданных детьми трехмерных изображений. Хочется отметить, что предлагаемые варианты не равноценны по терапевтическому воздействию. Первый больше подходит для работы с детьми постарше, второй и третий — помладше, хотя это

деление условно.

Вариант 1. Творческий процесс может сильно захватить детей, и из их рук начнут выходить все новые и новые поделки. Если в результате их получилось много, можно устроить импровизированный мини-спектакль с участием всех героев. Несколько минут уходит на подготовку, согласование сюжета (каждый хочет придумать свой и быть главным), и после этого — показ. Психолог может исполнять роль зрителя и читать слова «от автора». Постановок может быть не сколько, тогда каждый ребенок проиграет свою задуманную роль. Оживший образ позволяет прожить актуальные отношения и ситуации, перестроить их в соответствии с чувствами и ожиданиями, обогатить личный опыт.

Вариант 2. На праздник в честь дня рождения могут прийти всевозможные гости. Дети окрашивают подушечки пальцев, ладошки, боковые стороны ладоней и делают на листе (не меньше А2) отпечатки. Предлагается дорисовать «гостей» (обвести контуры, сделать

им ножки, усики, глазки). Существа часто получаются похожими на насекомых, пресмыкающихся, земноводных. Забавное задание показывает, что рисование пальцами может быть не только экспрессивным, но и содержательным.

Вариант 3. Можно сделать подарки «новорожденному», приготовить праздничный обед (вылепить в песочнице куличики, пирожки, другие блюда, там же «сервировать стол»). Затем устроить торжественное поздравление с добрыми пожеланиями и пожеланиями

того, что не должно случиться с человечком. Опосредованно, через Газетного человека дети получают оптимистичные установки и позитивный настрой.

5. Итог занятия

См. занятие № 2.

Занятие № 8. «Драконники»

1. Ритуал начала занятия

На этом занятии психолог предлагает ребятам превратиться в дракончиков.

2. Задание на перевоплощение, самовыражение

Ребята располагаются около зеркал и на свой вкус разукрашивают лица в виде мордочек драконов. Для этого лучше всего подходит детский грим или акварель, так как она хорошо смывается водой и мылом. Для занятия необходимо иметь чистое полотенце, а также на всякий случай детское косметическое молочко, вату. Этот прием предполагает наличие у детей положительного опыта арт-терапии, ощущения безопасности, доверия взрослому, достаточную степень открытости творчеству. Не стоит включать его на первых занятиях,

так как прием напрямую воздействует на базовые представления о социальных нормах, а ведь именно лицо создает первое впечатление о человеке. Одним словом, дети должны быть готовы к этому заданию. Если взрослый сам для показа раскрашивает свое лицо, детям легче начать действовать. Обычная первая реакция — смешки, переглядывания. Но вслед за ней дети активно включаются в процесс, порой с увлечением закрашивая все лицо и кисти рук.

Встречаются дети, которые из-за своих психологических особенностей отказываются наносить краску на лицо. Им надо дополнительно сказать, что акварель легко смывается, поэтому мы расписываем лица именно этой краской, что имеется хорошее мыло и специально приготовленное чистое полотенце (можно показать), и в конце занятия все ребята тщательно умоются, домой пойдут чистыми, без следов краски.

За четыре года работы встретился только один мальчик — Донат, который наотрез отказался наносить краску на лицо (гиперсоциальное, эгоцентрическое воспитание, невротические реакции в виде рвоты и истерик, конфликты в семье, отказ от общения с детьми). Однако в ходе выполнения следующего задания его руки случайно испачкались, и психологом это было подано как все-таки случившееся превращение в дракончика, ребенок был счастлив и горд своим смелым поступком.

И еще один пример Девочка Маша, 10 лет, в начале курса — зажатая, зависимая от подруг, очень неуверенная. На любой вопрос («Что у тебя получилось?», «Как ты назовешь свой рисунок?», «Что ты выбираешь?») отвечала: «Не знаю». До этого занятия работа медленно, но успешно приводила к позитивным изменениям. В этот

раз, недолго посомневавшись, девочка согласилась с заданием и, несмотря на уточнение «немного раскрасить лицо», так увлеклась, что и лоб, и щеки, и нос, и подбородок покрыла узорами. Небольшие сложности возникли во время умывания. Маша не хотела намыливать все лицо целиком, отмывала его по частям, испытывая явный дискомфорт от мыльной воды. Маша прямо сказала, что умываться с мылом не любит, на это психолог вскользь заметила, что, когда девочки вырастают и начинают пользоваться косметикой, им

приходится умываться с мылом каждый день. Маша умылась и через неделю пришла легко накрашенная тенями. На последних занятиях девочка была очень активна, много рассказывала о себе, о симпатии к однокласснику. Речь была плавной, эмоциональной. Иногда перебивала других детей, чтобы первой сообщить о своей идее. Так прием с раскрашиванием лица стал Машиним «водоразделом» между прежним и нынешним отношением к себе.

Создавая условия для свободных действий, мы помогаем детям избавляться от обременяющих их базовых запретов.

3. Коллективная работа «Дома дракончиков»

Психолог говорит о том, что дракончики живут в круглых норках, и предлагает на бумаге (формата не меньше, чем А1) рисовать круги. Прием «Рисуем круги» взят из книги Л.Д. Лебедевой «Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий» (с. 106—

115) и адаптирован для детей 4,5—9 лет.

- Сначала дети рисуют круги по всей площади листа, закрашивают их, выбирая любые цвета.
- Затем им предлагается провести дорожки между этими «норками», чтобы дракончики могли по ним гулять и ходить друг к другу в гости.
- Норки, а также пространство между ними и дорожками украшают, рисуют травку, кустики и пр.

Задание стимулирует групповые процессы. Детям приходится делить пространство в начале рисования и по ходу согласовывать свои действия с действиями других детей, договариваться (в какой части ребенок будет рисовать круги, какого они будут размера,

сколько их будет, какого они будут цвета, будут ли закрашены, каким образом). Дети заняты не только своей частью изображения, они также активно высказываются по поводу чужих кругов, иногда весьма категорично («заехал» в чужое пространство, стал рисовать в

том месте, в котором планировал другой ребенок, новый круг изменил изначальную композицию общего изображения и т.д.). Задание демонстрирует личностные особенности детей, притязания, характер проблем каждого, соответственно предоставляет психологу материал для коррекции.

Несмотря на инструкцию рисовать круги, дети могут начать изображать что-то другое (холмики с норками, реалистичные домики, на листе может появиться настоящая городская инфраструктура) или просто марасть. Пожалуйста. Важен процесс взаимодействия, самовыражение и спонтанность.

4. Задание на создание ситуации успеха

Психолог: «У дракончиков много друзей — других дракончиков, а также всевозможных существ». Дети конструируют их из геометрических фигур (бумажных овалов, кругов размером 4—6 см) с помощью степлера, придумывают им имена. Аналог задания уже имел место в описываемом цикле (см. занятие № 5). Степлер мгновенно соединяет детали. Для детей это подобно маленькому волшебству: только что был лишь набор бумажных кружков и овалов, а теперь он превратился в сказочное существо, у которого могут двигаться части тела, которое можно взять в руки, показать присущие ему движения, манеры, одним словом — обыграть. Ребенок делает не просто плоское (двумерное) изображение, он сотворяет самостоятельный объект, имеющий свойства трехмерного. Из его рук выходит игрушка, кукла, может быть, серьезная, а может, шутливая. Будьте осторожны: обращение со степлером требует аккуратности. Тщательно следите за техникой безопасности.

5. Итог занятия

Дракончики превращаются обратно в детей (умываются). Далее — см. занятие № 2.

Занятие № 9. «Необитаемый остров»

1. Ритуал начала занятия

Традиционно занятие начинается с общего сбора на ковре. Психолог предлагает представить, что дети попали на необитаемый остров. Школьникам можно напомнить сюжет, придуманный Жюлем Верном, обсудить, какие предметы (и как) оказались на острове вместе с путешественниками.

2. Графическая коллективная работа «Волны»

На общем листе карандашами или мелками дети рисуют волны, которые омывают остров. Штриховка может передавать характер разных волн: во время шторма, легкого или шквального ветра, дождя, штиля.

3. Коллективная работа «Остров»

Эта часть занятия будет различаться для дошкольников и школьников: первые строят остров в песочнице, вторые рисуют его на листе ватмана. На острове необходимо создать удобные условия для жизни: продумать жилье, продукты питания и способ их добывания,

защиту от нападений, средства коммуникации. Школьники могут пойти дальше и придумать развитие жизни на острове — обмен и торговлю, производство товаров, электричества и пр. В этом задании могут проявить себя дети с так называемым бытовым интеллектом, дети, которые не блещут знаниями и умениями в школе, но разбираются в домашнем хозяйстве, в курсе, где и почему продаются нужные вещи, что придумать, чтобы взрослые не ругали.

Выполнение заданий проходит весьма бурно. Как правило, к этому этапу цикла занятий даже сначала боявшиеся говорить дети приобретают готовность к вербальным высказываниям. У детей много энергии уходит на раздел территории, споры по поводу со-

держания рисунков. Однако на этом этапе коррекции они конструктивны и легко регулируются, особенно у школьников. Ребята получают удовольствие от взаимодействия, от своей способности выдвигать ценные идеи, от общего результата. Психолог время от времени подбрасывает идеи для размышления: «А если пойдет дождь или наступят холода? Что вы будете есть, когда кончатся фрукты? А как же вы будете есть добычу, прямо сырой? Может быть, на окружающих островах тоже кто-то живет... Представьте себя на этом острове, вам тепло, сухо и вы не голодны, чего же еще не хватает?» Достаточно только направить детскую мысль, а дальше она помчится сама.

Когда создание острова подходит к концу, компания отправляется на прогулку. Дети ходят по игровой комнате и придумывают, что изображают предметы мебели: например, стеллаж — гору, столы — дремучий лес и т.д. Неожиданно им встречается испытание — на детей надвигается огромный паук. Победить его можно «камнями», сделанными из газетной бумаги. Дети сминают газеты в комки и закидывают ими паука. Победа!

4. Задание на создание ситуации успеха

Психолог: «Вы создали на острове все необходимое для жизни. Теперь предлагаю украсить его — пусть на нем расцветут прекрасные цветы, полетят бабочки».

С помощью техники монотипии, которую в данном применении еще называют кляксографией, дети создают цветы (наносят кляксы около сгиба бумаги (А5), складывают бумагу, проглаживают, делают оттиск). Ребятам нравится эта техника,

и они делают кляксы снова и снова. Надо заранее позаботиться о достаточном количестве бумаги.

В любой кляксе можно найти образ. Дети, увлеченные рисованием, активно высказываются, помогают друг другу найти образ, выдают множество версий. Данное задание напитывает детей ресурсом группы. Дети творят «на равных», каждый получает поддержку остальных.

Получившиеся рисунки становятся украшением острова. Взрослый и дети развешивают, раскладывают «цветы» по всему пространству арт-комнаты.

5. Итог занятия

См. занятие № 2.

Занятие № 10. Автопортреты

1. Ритуал начала занятия

Ритуал проходит как обычно, но хотя дети и знают о том, что это последнее занятие, ведущий на всякий случай напоминает им об этом.

2. Диагностическое задание «Рисунок в круге»

Это повторное задание-«маркер». Так же как на втором занятии, ребята раскрашивают круги. Новые рисунки сравниваются с нарисованными раньше. Дети выбирают, какой из них вызывает больше симпатии, более ценен, первый или второй.

3. Творческое задание «Автопортрет»

Психолог: «Сегодня последнее занятие. Очень хочется, чтобы на память о наших встречах в игровой комнате остались ваши портреты».

Предлагается техника коллажа. В качестве материалов подойдут детские и подростковые журналы. В них много фотографий и иллюстраций из популярных фильмов, комиксов. Ребята сами выбирают и вырезают для своего портрета глаза, нос, рот и любые другие части. Приклеивают к основе, для завершения образа дорисовывают фломастерами или красками.

Коллажи делать весело! С одной стороны, ребенок создает портрет, с другой — от него не требуются изобразительные навыки, он может брать имеющиеся фотографии, рисунки и использовать их для своих целей. И еще. Такой портрет только условно можно назвать портретом. Ну, разве похож на своего автора человек с разноцветными разномастными руками, пририсованными ногами и головой, на которой перемешаны пропорции лица, прически? Тем не менее, это

своеобразный автопортрет, в нем прочитывается характер ребенка, взгляд на мир, отношение к себе.

Часто дети создают коллажи, которые можно назвать «образным портретом». Имеется в виду, что на них присутствуют сказочные персонажи, машины, боксерские перчатки, игрушки и другие элементы, с помощью которых ребенок воплощает свой образ Я, украшает себя, делает сильнее, интереснее. Однако если посмотреть на эти «образные портреты» с культурологической точки зрения, становится не по себе от того, что занимает умы наших детей: иномарки, реклама, герои зарубежных фильмов и мультфильмов (я знаю далеко не все из них). По окончании работы традиционно устраивается выставка. После занятия ее смогут посетить родители.

4. Итог занятия

Итог занятия должен логично завершить цикл встреч. Несмотря на то что содержание занятий повторяется в работе со всеми группами, каждая из них обладает уникальностью и своей психологической атмосферой. В связи с этим трудно унифицировать последнюю церемонию. В зависимости от степени развития отношений между детьми можно выбрать один из вариантов:

- торжественно вручить детям дипломы, в которых перечислены их сильные качества, продемонстрированные за период встреч;
- придумать сюрприз, например, детям очень нравится видеоролик о создании рисунков с помощью песка;
- по предварительной договоренности подготовить чаепитие.

Литература

1. Абраменкова В. В. Социальная психология детства: развитие отношений ребенка в детской субкультуре. М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 2000. (Серия «Библиотека школьного психолога»).
2. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании: Учеб. для студ. сред, и высш. учебн. заведений / Е.А. Медведева, И.Ю. Левченко, Л.Н. Комиссарова, Т.А. Добровольская. М.: Издательский центр «Академия», 2001.
3. Арт-терапия / Сост. и общ. ред. А.И. Копытина. СПб.: Питер, 2001. (Серия «Хрестоматия по психологии»).
4. Бетенски М. Что ты видишь? Новые методы арт-терапии / Пер. с англ. М.Злотник. М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002.
5. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. М.: Совершенство, 1997.
6. Бродецкий А.Я. Внеречевое общение в жизни и в искусстве: Азбука молчания: Учеб. пособие для творческих учеб. заведений, фак. педагогики и психологии. М.: ВЛАДОС, 2000.
7. Бурменская Г.В., Карабанова О.А., Лидере А.Г. Возрастно-психологическое консультирование. Проблемы психического развития детей. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1990.
8. Бурлачу к Л.Ф., Морозов СМ. Словарь-справочник по психодиагностике. СПб.: Питер Ком, 1999.
9. Венгер А.Л. Психологическое консультирование и диагностика. Практическое руководство. Части 1, 2. М.: Генезис, 2001.
10. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты: иллюстрированное руководство. М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2005.
11. Гибсон Р., Тайлер Д. Веселое рождество. М.: Росмэн, 1994.
12. Гибсон Р., Тайлер Д. Веселые игры. М.: Росмэн, 1994.
13. Диагностика в арт-терапии. Метод «Мандала» / Под ред. А.И. Копытина. СПб.: Речь, 2002.
- ХА.Дрезнина М. Игры на листе бумаги. М.: Искатель, 1997.
15. Ермолаева М.В. Практическая психология детского творчества. М.: Московский психолого-социальный институт, 2002.

16. Ещенко Н. Техника безопасности в арт-терапии // Школьный психолог. 2006. № 10. С. 4-7 .
17. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка: Книга для воспитателей детского сада и родителей. М.: Просвещение, 1993.
18. Захаров А.И. Как помочь нашим детям избавиться от страха. СПб.: Гиппократ, 1995.
19. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по песочной терапии. СПб.: Речь, 2002.
20. Исаев Д. Н. Эмоциональный стресс, психосоматические и соматопсихические расстройства у детей. СПб.: Речь, 2005.
21. Комарова Т.С., Савенков А.И. Коллективное творчество детей. Учебное пособие. М.: Российское педагогическое агентство, 1998.
22. Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка. М.: Российское педагогическое агентство, 1997.
23. Копытин Л.И. Системная арт-терапия. СПб.: Питер, 2001.
24. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. Ярославль: Академия развития, 1996.
25. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. СПб.: Речь, 2003.
26. Лебедева Л.Д. Арт-терапия: креативное пространство // Вестник практической психологии образования. № 2 (3). 2005. С. 25—29.
27. Лэндрет Г.Л. Игровая терапия: искусство отношений: Пер. с англ. / Предисл. А.Я. Варга. М: Международная педагогическая академия, 1994.
28. Макарова Е.Г. Преодолеть страх, или Искусствотерапия. М.: ШколаПресс, 1996.
29. Мардер Л. Цветной мир. Особенности метода арт-терапии в работе с детьми дошкольного возраста// Школьный психолог. 2006. № 11. С. 29—32.
30. Медведева И.Я., Шишова Т.Л. Разноцветные белые вороны. М.: Изд-во храма Трех Святителей на Кулишках, 2004.
31. Некрасова-Каратеева О. О природе детского рисования // Обруч. № 5. 1976. С. 10-16.

32. Никологорская О.А., Маркус Л.И. Излечивает гнев и заполняет время. М.: Знание, 1990.
33. Ньюкомб Н. Развитие личности ребенка. СПб.: Питер, 2002.
34. Ожегов СИ. Словарь русского языка. М.: Изд-во «Советская энциклопедия», 1973.
35. Осорина М.В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых. СПб.: Речь, 2004.
36. Погосова Н.М. Цветовой игротренинг. СПб.: Речь, 2002.
37. Понятовская-Замышляева Д. Медитативные игры с мандалой // Школьный психолог. № 4. 2007. С. 29—32.
38. Практикум по арт-терапии // Под ред. А.И. Копытина. СПб.: Питер, 2000.
39. Практическая психология образования: Учебн. пособие 4-е изд. / Под ред. И.В.Дубровиной. СПб.: Питер, 2006.
40. Проективная психология. М.: АПРЕЛЬ ПРЕСС; ЭКСМО-ПРЕСС, 2000.
41. Романова Е.С., Потемкина О.Ф. Графические методы в психологической диагностике. М.: Дидакт, 1992.
42. Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. СПб.: Речь, 2006.
43. Семаго М.М., Семаго Н.Я. Организация и содержание деятельности психолога специального образования: Методическое пособие. М.: АРКТИ, 2005.
44. Семаго Н.Я., Семаго М.М. Теория и практика оценки психического развития ребенка: Дошкольный и младший школьный возраст. СПб.: Речь, 2006.
45. Серов Н.В. Цвет культуры: психология, культурология, физиология. СПб.: Речь, 2004.
46. Фатеева А.А. Рисуем без кисточки. Ярославль: Академия развития, 2006
47. Хвиюзова Т.А. Трудности в поведении дошкольников и их коррекция средствами рисования. Архангельск: АО ИППК, 1998.
48. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция / В.В.Лебединский, О.С. Никольская, Е.Р. Баенская, М.М.Либлинг. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1990.