

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного образования детей «Центр детского творчества»
г. Мичуринска Тамбовской области



*Коррекция и развитие эмоциональной
сферы детей группы риска посредством
изотерапии (рисуночных техник)*

Автор:
Мандровская Т.А.
педагог-психолог,
первая квалификационная категория

Мичуринск –Наукоград РФ
2013

Оглавление

1. Теоретический раздел	3
1.1. Дети группы риска и их особенности.....	3
1.2. Возможности дополнительного образования в адаптации и социализации детей группы риска.....	4
1.3. Эмоциональная сфера в подростковом возрасте.....	5
1.4. Использование изотерапии в коррекции эмоциональной сферы.....	6
2. Практический раздел	9
2.1. Объект и предмет деятельности.....	9
2.2. Модель деятельности.....	9
2.3. Особенности организации изотерапии.....	10
2.4. Методики изотерапии и опыт их использования	11
3. Заключение.....	15
4. Список литературы.....	17
5. Приложение.....	18

1. Теоретический раздел

1.1. Дети «группы риска» и их особенности

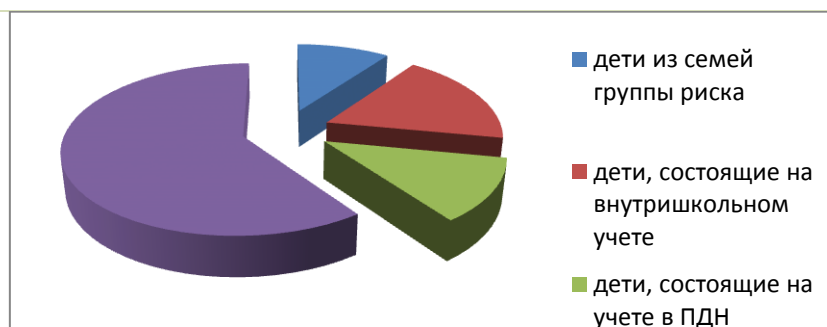
Среди миллионов детей и подростков – жизнедеятельных и целеустремленных – встречаются такие дети, которых принято называть трудновоспитуемыми, так называемые дети группы риска. В настоящее время категория «детей группы риска» (имеется в виду риск для общества, который они создают, и риск потери ими жизни, здоровья, возможностей развития) является предметом исследования различных отраслей научного знания, вследствие чего имеет междисциплинарный характер изучения, обуславливающийся сложностью и многогранностью этого явления. В зависимости от области изучения выделяют множество классификаций «детей группы риска». В психологии, педагогике, социальной педагогике к данной категории детей относят тех, кто испытывает трудности в обучении, психическом развитии, социальной адаптации, взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, социализации в целом.

Понятие «детей группы риска» подразумевает следующие категории детей:

- дети с проблемами в развитии, не имеющими резко выраженной клинико-патологической характеристики (состоящие на внутришкольном учете);
- дети, оставшиеся без попечения родителей в силу разных обстоятельств;
- дети из неблагополучных, асоциальных семей;
- дети из семей, нуждающихся в социально-экономической и социально-психологической помощи и поддержке;
- дети с проявлениями социальной и психолого-педагогической дезадаптацией (состоящих на учете в ПДН и т.д.)

Большая часть из них имеет особенности физического, психического, социального развития, к которым, как правило, относят проблемы со здоровьем, трудности в воспитании и обучении, ограничение возможностей физического развития, сиротство и другие.

По статистике 18% российских детей состоят на внутришкольном учете; 10% детей из семей, находящихся в группе риска и 12% - состоят на учете в ПДН.



Особенностью «детей группы риска» является то, что они находятся под воздействием нежелательных факторов (социально-экономической ситуации в стране, резкое ухудшение экологической ситуации, конфликтами в семье, накладывающими свой отпечаток на детей). Именно из неблагополучных семей и выходят эгоисты, лицемеры, лодыри, а то и малолетние правонарушители). Вследствие этого данной категории детей требуется особое внимание специалистов, комплексный подход с целью нивелирования неблагоприятных факторов и создания условий для их оптимального развития, необходимости их адаптации и социализации в обществе.

1.2. Возможности дополнительного образования в адаптации и социализации детей группы риска

Дополнительное образование предоставляет такому ребенку максимум возможностей для развития не только его потенциальных творческих способностей с учетом интересов и желаний, но и помогает социализации его личности. По мнению А.Г. Асмолова, дополнительное образование выступает как средство формирования мотивации личности к познанию, творчеству и самосовершенствованию. В.А. Горский считает, что главной целью дополнительного образования является социально-педагогическая поддержка личности ребёнка.

В связи с этим возникает необходимость поиска и внедрения эффективных средств и технологий социально-культурной деятельности, развивающих адекватные адаптивные возможности, обеспечивающих успешное функционирование детей группы риска, развитие эмоциональной сферы в условиях дополнительного образования.

1.3 Эмоциональная сфера в подростковом возрасте

Для детей в подростковом возрасте характерна легкая возбудимость, резкая смена настроений и переживаний. Подросток лучше, чем младший школьник, может управлять выражением своих чувств. В определенных ситуациях школьной жизни (плохая отметка, выговор за плохое поведение) он может скрывать под маской безразличия тревогу, волнение, огорчение. Но при определенных обстоятельствах (конфликт с родителями, учителями, друзьями) подросток может проявлять большую импульсивность в поведении. Переживания ребенка становятся глубже, появляются более стойкие чувства, эмоциональное отношение к ряду явлений жизни делается длительнее и устойчивее, значительно более широкий круг явлений социальной действительности становится небезразличным подростку и порождает у него различные эмоции.

Огромное значение в этом возрасте приобретает общение со сверстниками, которое становится острой потребностью подростка и связано со многими переживаниями. Общение с товарищами — источник не только

появления новых интересов, но и становления норм поведения. Это связано с тем, что среди подростков возникают определенные требования к дружеским отношениям — к чуткости, отзывчивости, умению хранить тайну, понимать и сопереживать. Подростковый возраст — это период, когда ребенок начинает ценить свои отношения со сверстниками. Сама дружба и служение ей становятся одной из значимых ценностей в этом возрасте. Именно через дружбу подросток усваивает такие черты взаимодействия людей, как сотрудничество, взаимопомощь, взаимовыручка.

Зачастую чувствительность детей подросткового возраста к оценке посторонними своей внешности, способностей, умений сочетается у них с излишней самонадеянностью и безапелляционными суждениями в отношении окружающих. Сентиментальность порою уживается с поразительной черствостью, болезненная застенчивость — с развязностью, желание быть признанными и оцененными другими — с показной независимостью, борьба с авторитетами, общепринятыми правилами и распространенными идеалами — с обожествлением случайных кумиров, а чувственное фантазирование — с сухим мудрствованием.

Некоторые подростки эгоистичны, считают себя центром вселенной и единственными достойными интереса, и в то же время ни один из последующих периодов своей жизни они не способны на такую преданность и самопожертвование, как в этом возрасте. Иногда их поведение по отношению к другим людям грубо и бесцеремонно, хотя сами они невероятно ранимы. Их настроение колеблется между сияющим оптимизмом и самым мрачным пессимизмом.

1.4. Использование изотерапии в коррекции и развитии эмоциональной сферы

В последние годы все больше подчеркивается психотерапевтическое значение рисования, как и художественной деятельности вообще. Таким образом, благодаря применению рисуночных методик стирается грань между психологическим обследованием и психотерапевтическим сеансом. Все это и сделало рисуночные методики самым распространенным инструментом в работе практического психолога.

Установить автора, который первым предложил использовать рисунки для выявления психологических особенностей человека, не представляется возможным. Попытки реализовать эту идею предпринимались многими исследователями в разных странах, но до Ф. Гуденаф, создавшей в конце 20-х годов первую стандартизованную рисуночную методику — тест «Нарисуй человека», — никто не разработал достаточно однозначных и обоснованных критериев оценки рисунков.

Впоследствии диагностическая интерпретация тех или иных показателей выполнения заданий пересматривалась и существенно видоизменялась. Было обнаружено много новых критериев оценки рисунка.

Наряду с толкованиями, разработанными ранее, стал развиваться подход, опирающийся на более общие представления о формах самовыражения человека в художественной деятельности, в частности в рисовании.

Начиная с 50-х годов XX века и до настоящего времени разрабатывается множество различных рисуночных тестов. Как новые, так и ранее созданные методики постоянно совершенствуются. Предлагаются оригинальные варианты процедуры проведения тестов, дополнения и поправки к принципам интерпретации результатов.

Положительное влияние изобразительного творчества на человека анализировали отечественные и зарубежные учёные (А.В. Запорожец, Е.И. Игнатъев, В.С. Кузин, Б.М. Неменский, Н.П. Сакулина, Б. Джефферсон, Э. Крамер, В. Лоунфельд, У. Ламберт и др.)

В процессе изобразительной деятельности создаются благоприятные условия для развития положительных эмоций. Она позволяет почувствовать себя художником, осознать свой потенциал, изменить самооценку и взаимоотношения с миром, с окружающими.

Изотерапия широко используется в психокоррекционной практике. Она даёт положительные результаты в работе с детьми с различными проблемами. Изобразительно-игровое пространство, материал, образ в рисунке являются для таких детей средством психологической защиты, которое помогает в трудных обстоятельствах.

Рисуночная терапия, как указывает в своей работе О.А. Карабанова, рассматривается в первую очередь, как проекция личности ребёнка, как символическое выражение его отношения к миру.

Характеризуя коррекционную направленность рисуночной терапии, используемой в работе с детьми, О.А. Карабанова определяет три принципиальных отличия от учебных уроков рисования.

Первое связано с целями и задачами рисуночной терапии: изотерапия – это самовыражение в рисунке и моделирование конфликтной ситуации, а на уроках рисования – овладение средствами и техниками изображения.

Второе отличие касается продуктов изобразительной деятельности: в терапии изобразительной деятельности качество рисунка не выступает важным критерием его оценки (рисунок обладает собственной ценностью, связанной с последовательностью этапов разрешения личностных проблем ребёнка). На учебных занятиях основным при анализе рисунка является мера и качество овладения ребёнком системой образовательных средств.

Третье отличие состоит в различии функций взрослого в учебном и терапевтическом рисовании. На учебных занятиях эти функции сводятся к передаче ребёнку новых способов и средств изображения и организации процесса их усвоения ребёнком. В изотерапии педагог помогает детям осознать и разрешить проблему, внешне выразить её в рисунке, лепке и определить пути решения проблемы.

Поэтому цель инновационной деятельности заключается в коррекции и развитии эмоциональной сферы детей группы риска посредством изотерапии в условиях дополнительного образования.

Для реализации поставленной цели определены следующие задачи:

1. Диагностировать уровень эмоционального состояния обучающихся в ходе использования рисуночных техник.

2. Способствовать формированию у обучающихся качеств «успешной личности»: адекватной самооценки, уверенности в себе, эмоциональной устойчивости, высокой нормативности поведения, социальной смелости и активности, высокого самоконтроля.

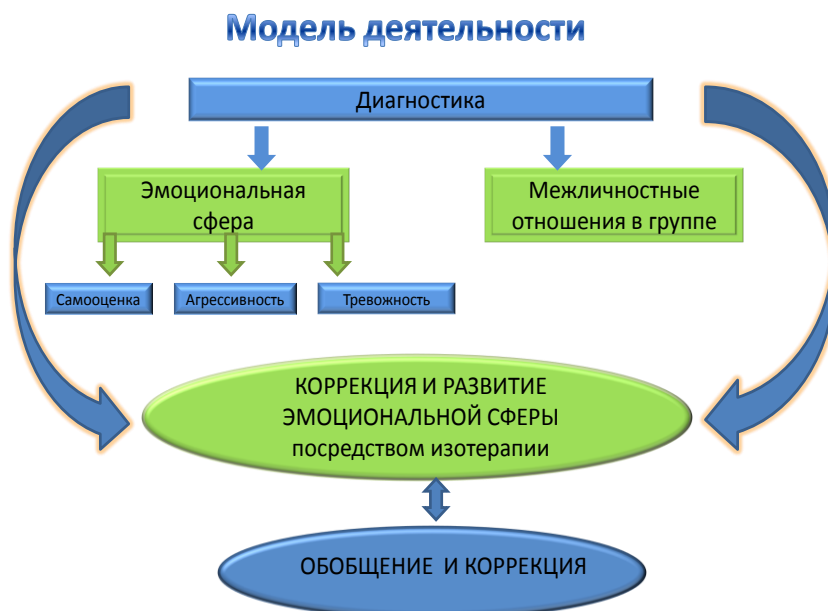
3. Способствовать устранению проблем межличностных отношений подростков.

2. Практический раздел

2.1. Объект и предмет деятельности.

В качестве объекта инновационной деятельности выступают дети группы риска. Предмет инновационной деятельности - методы и приёмы изотерапии, положительно влияющие на коррекцию и развитие эмоциональной сферы детей группы риска. Целевой группой являются подростки 14-16 лет.

2.2. Модель деятельности



2.3. Особенности организации деятельности по изотерапии

Работа велась в рамках службы реабилитационного досуга для детей группы риска в ходе реализации комплексной программы Тамбовской области «Право ребенка на семью», в интегрированной группе, в которую входят старшеклассники, склонные к девиантному поведению и стоящие на внутришкольном учете и учете в ПДН ОВД (реабилитационная группа), а также обычные старшеклассники. Обучающиеся реабилитационной группы включаются в интегрированную группу в количестве не более 30% от общего количества человек в группе (особенностью работы являлось еще и то, что с этой группой помимо педагога-психолога работали: педагог дополнительного образования (инспектор ПДН МВД по г. Мичуринску), социальный педагог).

На первом этапе было проведено диагностическое исследование, позволившее выделить психологические особенности каждого обучающегося и определить уровень сформированности коллектива. Выяснилось, что для данной категории детей характерны неустойчивость интереса, быстрое «остывание» и переключение внимания на выполнение каких-либо других действий (манипулирование предметами, дерганье других, выкрикивание и т.п.). Была отмечена категоричность суждений в оценке действий партнера (крик, осмеивание, передразнивание), копирование действий друг друга. Поэтому необходимым условием для объединения подростков в коллектив и развития доброжелательного отношения друг к другу стало введение базовых норм поведения на первом занятии.

К числу правил поведения на занятиях определили следующие:

- ✓ Добровольность участия при четком определении своей позиции (не хочешь говорить или выполнять какое-либо упражнение – не делай этого, но сообщи об этом с помощью условного знака);
- ✓ Не существует правильных и неправильных ответов. Правильный ответ, тот, который на самом деле выражает твое мнение;
- ✓ Лучше помолчать, чем говорить не то, что ты думаешь, или просто врать;
- ✓ Нельзя давать оценку рисунка другого участника, если он сам тебя об этом не просит;
- ✓ Нельзя вне занятий обсуждать, то, что знаем, друг о друге на занятиях, и то, как разные ребята ведут себя на них. Все, что происходит на занятиях, должно оставаться тайной.
- ✓ Уважение к говорящему. Говорим только по одному.
- ✓ Когда кто-то говорит, то мы его внимательно слушаем и не перебиваем, давая возможность высказаться. И лишь после того, как он закончит говорить, задаем свои вопросы или высказываем свою точку зрения.
- ✓ Не опаздывать на занятия.

2.4. Методики изотерапии и опыт их использования

Поскольку, изотерапия является эффективным способом коррекции эмоциональной сферы (личностных качеств) детей посредством

изобразительной деятельности и связана главным образом с визуальными искусствами: живописью, графикой, фотографией, скульптурой, коллажем, фотоколлажем, эта техника стала применяться в практике работы службы реабилитационного досуга.

На практическом этапе, используя в своей работе рисуночные техники, педагог предоставлял учащимся необходимые для художественного творчества материалы и инструменты (ТСО, альбомов для рисования, красок (акварель, гуашь), пастельные карандаши, восковые мелки, кисти, цветные карандаши, фломастеры, пластилин). Предлагал членам группы приносить понравившиеся им материалы, например ракушки, или куски коры. Место занятий было таким, где участники могли шуметь, свободно передвигаться, что позволило обеспечить свободное течение творчества, сам педагог при этом как можно меньше в него вмешивался. По мере необходимости использовалось музыкальное сопровождение (звуки моря, пение птиц и др.)

Детям было предложено, чтобы они открыто выражали свои чувства и не беспокоились о художественных достоинствах своего произведения. Если при этом у кого-то из участников обнаруживалась скрытая художественная одарённость – прекрасно, но для изотерапевтического процесса как такового это не имело значения. Здесь гораздо важнее было почувствовать интерес к художественному творчеству.

А выбор техники работы зависел от теоретических предпочтений педагога и от состава группы.

Однако, существуют определённые чёткие правила проведения изотерапии:

1. Обеспечить рабочее место.
2. Определить вид работы.
3. Сформировать цели и задачи.
4. Создать спокойную, деловую обстановку.
5. Пробудить интерес.
6. Временной промежуток 30-40 минут.
7. Менять формы занятий.
8. Подведение итогов (никакой критики, не превращать выставку в соревнование, не должно быть победителей и побеждённых)
9. Самое главное: нужно учить детей доводить начатое дело до конца, очень плохо, если он бросает свою работу на полпути. Позволяя не доканчивать, недоделывать, мы воспитываем неуверенного человека.

Представлю некоторые методики изотерапии, применяемые в работе:

- Индивидуальное рисование.
- Парное рисование
- Групповое рисование.
- Пластилиновый мир.
- Работа с пластилином.
- Работа с бумагой для создания коллажа.
- Проективный рисунок.

- Рисование “Волшебными красками”.
- Техника “Овощных печатей”.
- Техника “Монотипия”

Много положительных эмоций было у ребят при выполнении рисуночной техники «Круги и линии». Но были ребята, которым не нравились их рисунки. Задачей было помочь подросткам осознать, что:

- в данном случае факт самовыражения важнее, чем эстетические показатели;
- на рисунке отразилась частичка души, состояние, внутреннее ощущение этого конкретного мига существования – и в этом ценность;
- этот рисунок не повторится никогда, он – уникален.

Определенные трудности в выполнении этого упражнения возникли у Саши Б. (15 лет), учащегося коррекционной школы. На 5 этапе в одном из кругов надо было написать свое имя, но оказалось, что Саша не умеет писать. Было предложено вырезать из журнала портрет любого артиста с именем Александр. Найдя в журнале портрет Александра Овечкина, подросток аккуратно вырезал его и приклеил в центр круга. После этого случая, ребята старались помочь Саше в выполнении заданий, искренне подбадривали.

Интерес вызвало изготовление «волшебных красок» и рисование ими. Подростки смешивали ингредиенты, месили руками, проговаривая «волшебные слова». После изготовления красок решили рисовать пальцами, ладошкой. После рисования в беседе многие подростки отметили, что исчезли обиды на родителей и педагогов школы, появилось желание творить добро, ребята ощутили прилив жизненной энергии и готовы были преодолеть любые трудности.

В процессе работы результаты анализировались. Оказалось, что применение одних только рисуночных техник недостаточно для достижения поставленных целей. Возникла необходимость интеграции изотерапии (рисуночных техник), игротерапии (игровые упражнения на обучение безопасного способа выражения агрессии и т.д.), сказкотерапии.

Механизм реализации, критерии и способы оценивания изотерапевтической практики показаны в таблице.

Этапы	Цели	Критерии оценки	Методы оценки
Диагностический	Выявить нарушения в эмоциональной сфере подростков	Самооценка, уверенность в себе, эмоциональная устойчивость (тревожность, агрессивность)	Рисуночный тест «Кактус» (М.А.Панфиловой)
Практический	Коррекция и развитие эмоциональной сферы детей группы риска посредством	межличностные отношения в группе	1. индивидуальное рисование 2. парное рисование 3. групповое рисование 4. пластилиновый мир 5. работа с пластилином

	изотерапии		6. работа с бумагой для создания коллажа 7. проективный рисунок 8. рисование «волшебными красками» 9. техника «овощные печати» 10. монотипия
Обобщающий	Оценка метода изотерапии, его влияния на эмоциональную сферу подростков и коррекция полученных результатов		Рисуночный тест «Кактус», «Групповой коллаж»

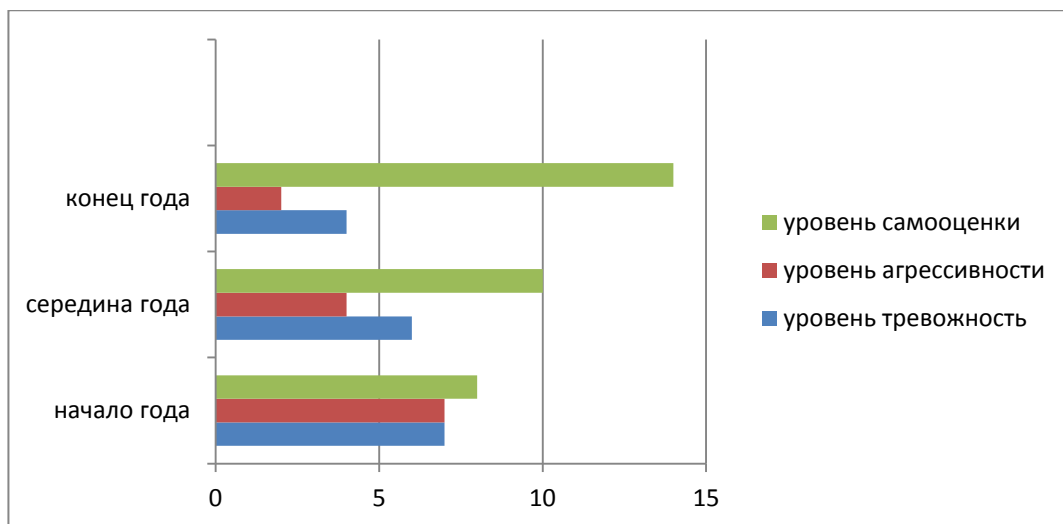
3. Заключение

Начальная диагностика эмоциональной сферы показала: у 7 детей явно выраженные страхи, астения, стрессовые ситуации, нерешительность, тревожность. Агрессию испытывают 4 человека. Низкая самооценка у 6 детей, эгоцентризм - 5 человек. Кроме того выяснилось, что 1 ребёнок склонен к подавленности, недовольству собой. Неудовлетворённость в общении испытывают 3 ребёнка, низкая устойчивость к стрессу – 5 человек. Склонность к компенсаторному фантазированию испытывают 3 ребёнка, негативистские психоподобные реакции на конфликтную ситуацию испытывает один ребёнок. Гиперактивностью страдают 3 ребёнка, импульсивностью то же трое. У одного ребёнка случились затруднения при выполнении задания, он долго не мог выполнить инструкцию. Это означало, что у него очень высокая тревожность. В целом у 50% детей в какой-то мере страдала эмоциональная сфера и её нужно было корректировать. Иначе это могло привести к тяжёлым последствиям в виде неприятных ситуаций в будущей взрослой жизни (драки, приводы в милицию, дети с такими проблемами могут попасть в различные неформальные движения, стать сектантами).

Выявлению межличностных отношений способствовали рисуночные техники «Групповое рисование», «Пластилиновый мир», «Групповой коллаж», которые являются своего рода социометрией, а также помогают сплочению коллектива. Они показали, что в группе один сильный лидер, 7 предпочитаемых, 6 принятых, 2 отвергнутых.

Для коррекции использовались рисуночные техники, которые помогли детям справиться со своими страхами, тревогами, агрессией, помогли им повысить самооценку, неудовлетворённую потребность в общении.

В результате использования методик изотерапии на конец года отмечены следующие изменения в эмоциональной сфере подростков.



Результаты промежуточной и итоговой диагностики показали, что у обучающихся были выявлены положительные результаты:

- понизился уровень тревожности (только у 2 человек уровень тревожности выше нормы);
- отсутствуют элементы, указывающие на агрессию, страхи;
- адекватная самооценка наблюдается у 12 подростков, высокая - у 2 обучающихся, низкая - только у 1.

В межличностных отношениях также произошли изменения: в конце года отвергнутых уже не было, увеличилось количество взаимных выборов. Это стало свидетельством того, что ребята подружились. Подростки проявляли более уверенное и спокойное поведение, эффективно использовали приобретенные навыки саморегуляции и общения с другими людьми, что привело к снижению уровня конфликтности.

Результаты диагностики доказывают, что изотерапия оказывает положительное воздействие на эмоциональную сферу детей группы риска.

Из всего вышесказанного можно сделать вывод о том, что у данного профилактического направления существуют положительные перспективы, что использование рисуночных техник следует внедрять в практику не только опытных педагогов-психологов, но и педагогов дополнительного образования. В связи с чем возникает проблема недостаточной психологической компетентности педагогических кадров, решение которой видится в аккумулировании образовательных, научно-методических и кадровых ресурсов системы дополнительного, общего образования и высшей школы, трансляции передового педагогического опыта.

4. Литература

1. Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка. - М., 1997.
2. Вальдес Одрисола М.С. Арттерапия в работе с подростками. Психотерапевтические виды художественной деятельности: метод. пособие. М.: - Гуманитар. Изд.центр ВЛАДОС, 2007. -63 с.
3. Копытин А.И. Основы арт-терапии. СПб.: Лань, - 1999.

4. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. СПб.: Питер, -2002.
5. Кузьмина Е.Р. Нарисуй мне о себе: практическая психология для взрослых и детей. М.: Когелет, - 2001. -48 с.
6. Олиференко Л.Я., Шульга Т.И., Дементьева И.Ф. Социально-педагогическая поддержка детей группы риска: Учеб. пособие для студ.высш.пед.учеб.заведений, - М.: Издательский центр "Академия", 2002. - 256 с.

Графическая методика “Кактус”

Цель : исследование эмоционально-личностной сферы ребенка.

При проведении диагностики испытуемому выдается лист бумаги форматом А4 и простой карандаш.

Инструкция: «На листе бумаги нарисуй кактус - таким, каким ты его себе представляешь». Вопросы и дополнительные объяснения не допускаются.

Обработка данных.

При обработке результатов принимаются во внимание данные, соответствующие всем графическим методам, а именно:

пространственное положение

размер рисунка

характеристики линий

сила нажима на карандаш

Кроме того, учитываются специфические показатели, характерные именно для данной методики:

характеристика «образа кактуса» (дикий, домашний, женственный и т.д.)

характеристика манеры рисования (прорисованный, схематичный и пр.)

характеристика иголок (размер, расположение, количество)

Интерпретация результатов: по результатам обработанных данных по рисунку можно диагностировать качества личности испытуемого ребенка :

Агрессивность – наличие иголок, особенно их большое количество. Сильно торчащие, длинные, близко расположенные друг к другу иголки отражают высокую степень агрессивности.

Импульсивность – отрывистые линии, сильный нажим.

Эгоцентризм, стремление к лидерству – крупный рисунок, расположенный в центре листа.

Неуверенность в себе, зависимость – маленький рисунок, расположенный внизу листа.

Демонстративность, открытость – наличие выступающих отростков в кактусе, вычурность форм.

Скрытность, осторожность – расположение зигзагов по контуру или внутри кактуса.

Оптимизм – изображение «радостных» кактусов, использование ярких цветов в варианте с цветными карандашами.

Тревожность – преобладание внутренней штриховки, прерывистые линии, использование темных цветов в варианте с цветными карандашами.

Женственность – наличие мягких линий и форм, украшений, цветов.

Экстравертированность – наличие на рисунке других кактусов или цветов.

Интровертированность – на рисунке изображен только один кактус.

Стремление к домашней защите, чувство семейной общности – наличие цветочного горшка на рисунке, изображение домашнего кактуса.

Отсутствие стремления к домашней защите, чувство одиночества – изображение дикорастущего, пустынного кактуса.

После завершения рисунка ребенку в качестве дополнения можно задать вопросы, ответы которые помогут уточнить интерпретацию:

1. Этот кактус домашний или дикий?
2. Этот кактус сильно колется? Его можно потрогать?
3. Кактусу нравится, когда за ним ухаживают, поливают, удобряют?
4. Кактус растет один или с каким-то растением по соседству? Если растет с соседом, то, какое это растение?
5. Когда кактус подрастет, то, как он изменится (иголки, объем, отростки)?

Методики изотерапии, используемые для коррекции и развития эмоциональной сферы детей группы риска

Индивидуальное рисование

Цель: Это упражнение прекрасно подходит для начала занятий. Оно будит творческое начало в участниках группы, позволяет им осознать свои эмоции и помогает познакомиться друг с другом.

Необходимое время для занятий – 30 минут. Материалы: бумага, карандаш, мелки, краски. Может быть пластилин или глина для лепки.

Процедура занятия: обучающиеся не должны испытывать недостатка в материалах. Каждый находит место, где он может остаться наедине с собой. Минуты 2 он собирается с мыслями, прислушивается к своим чувствам. Ему не надо думать о художественной стороне предстоящей работы. Пусть он просто возьмёт карандаш и начнёт рисовать. Чтобы выразить свои чувства, линии и фигуры. Можно рисовать в цвете. Задача рисовальщика – символически изобразить, своё состояние, как бы он ни чувствовал себя – на подъёме или упадке. Пусть рисует всё, что придет ему в голову. Когда дети заканчивают рисование, они могут обмениваться впечатлениями о своих и чужих работах, при этом, не давая им оценок.

Для разнообразия можно пользоваться не только карандашами, но и мелом, красками, глиной. В любом случае для участников главное – доверять своим чувствам и пытаться найти в своих произведениях значимую информацию о себе. Каждый использует это упражнение с целью разбудить свою фантазию, отразить в образах своё внутреннее состояние.

Рисование в круге

Предложите ребятам порисовать в круге. Его можно заранее приготовить, обведя бумажную тарелку на листе бумаги, или попросить ребят сделать то же самое самостоятельно.

Кроме бумаги, предложите пастель, краски, цветные карандаши и фломастеры. Но самое главное – найти мотивирующие слова, вдохновляющие ребят и объясняющие суть работы. «Сегодня особый день (первый день весны – «пробуждение» жизни, день учителя, последний звонок и т.д.) Мне бы хотелось запечатлеть этот миг нашего совместного бытия, кусочек нашей жизни. Я предлагаю вам порисовать в круге, потому что круг – это символ космического порядка и того порядка, который присутствует в самом человеке. Можно заметить особое отношение к кругу еще с древних времен. Считалось, все, что создается Силой Мира, создается круглым... Набравший наибольшую силу ветер превращается в вихрь... Птицы строят свои гнезда круглыми... Многие ритуальные символы, эмблемы, знаки отличия изображались и изображаются в круге. Круг – как некая целостность, гармония, равновесие, мир...

Я предлагаю вам найти в круге центральную точку, которая вызвала бы у вас ощущение равновесия. Начните рисовать с этого центра – вашего центра – изображая определенную фигуру того или иного цвета, и пусть композиция вашего рисунка выстраивается сама собой. Не думайте о том, «красиво» или «некрасиво» получается, «правильно» или «неправильно», позвольте своей руке рисовать то, что захочется, пока не задумываясь о результате.

Эта работа включает, прежде всего, утверждение ценности каждого ребенка и формирование у него отношения к рисунку как к зеркалу своего состояния, самовыражению внутренней Вселенной. А значит критическая оценка своей или чужой работы здесь неуместна.

Важно: педагог не учит ребят рисовать, а помогает найти свой уникальный способ коммуникации.

После рисования следует этап обсуждения:

- Что ты чувствовал, когда ты начал рисовать в круге?(тебе было хорошо или плохо, комфортно и легко или тягостно и неприятно...)
- Мешал ли тебе круг?
- Что ты хотел изобразить в круге, какие чувства, эмоции передать?
- Какое настроение после завершения рисунка?

Обсуждая рисунок в круге, дети учатся прислушиваться к себе, своим ощущениям, настроению.

В завершении соберите рисунки детей и пообещайте, что сохраните частичку души каждого ребенка, запечатленную на рисунке, у себя как залог будущей встречи.

Парное рисование

Цель этого упражнения: исследование межличностных отношений, конфликтов.

Для этого занятия необходим 1 час. Материалы: бумага, цветные карандаши, мелки.

Процедура: каждый ребёнок выбирает себе партнёра. Между ними кладётся большой лист бумаги, и каждый получает множество цветных мелков. Бумага пространство для совместного рисования. Партнёры начинают спонтанное рисование на общем листе бумаги, выражая, таким образом, свои чувства. Общаются они только посредством линий, фигур и цветов.

Окончив рисование, партнёры могут обсудить свои впечатления. Они могут поговорить об эмоциональных реакциях одного на рисунки другого, обратить внимание на параллели между особенностями рисунков и особенностями поведения, которые авторы рисунков демонстрируют группе. При этом каждый из партнёров старается узнать что-то о другом.

Групповое рисование

Это упражнение позволяет каждому в группе внести свой вклад в создание рисунка. Оно является прекрасным средством для того, чтобы выявить ролевые взаимоотношения в группе и влияние одних участников на индивидуальный опыт других.

Каждый подросток берёт лист бумаги и цветные карандаши, ручки или мелки. Все усаживаются в круг. Каждый начинает рисовать то, что сочтёт нужным. По сигналу педагога все передают свои начатые рисунки соседям слева и получают чужие рисунки от соседей справа. После этого каждый продолжает начатый рисунок, будто он его собственный, внося в него изменения и дополнения. По следующему сигналу рисунки снова передают налево и получают справа и полученные дорисовывают. Так продолжается пока каждый не получит рисунок, который он начинал. Участникам предлагается осознать чувства, которые возникают у них, когда они видят, как было продолжено то, что они начали. Каждый волен оставить или как угодно изменить дорисованное другими. Наконец обучающиеся обсуждают свои впечатления.

«Круги и линии»(по Е.Р.Кузьминой)

Это упражнение способствует развитию межличностных отношений, сплочению коллектива, развитию рефлексии.

Необходимые материалы: длинный рулон бумаги, краски, кисти или фломастеры, мелки, карандаши.

Разложите бумагу на большом столе. Пусть все участники встанут вокруг стола. **На первом этапе** попросите ребят в любом месте этого листа нарисовать 3 кружка величиной со свою ладонь.(мы рекомендуем педагогу, который проводит это задание, также принять участие в процессе создания общей картины и тоже нарисовать на листе 3 кружочка.)**На втором этапе** пусть каждый обведет свои 3 кружочка еще раз. Это позволит детям отыскать свои кружочки, вспомнить и выделить их среди других. **На третьем этапе** нужно провести линии от своих кружков к ближайшему краю листа бумаги, затем соединить любыми линиями свои 3 кружочка с тремя

другими, понравившимися вам. В результате все кружки, разбросанные по огромному листу, соединяются в единый кристалл. **На четвертом этапе** раскрасьте пространство между линиями каким-либо цветом; будьте внимательны и не закрашивайте пространство в самих кружках. Самый важный момент происходит **на пятом этапе**. Это заполнение кружков. Предложите ребятам написать в одном кружке свое имя, в той формулировке, которая больше всего нравится. Во втором пусть нарисуют подарок или пожелание своим близким, друзьям или родным. А третий кружок пусть посвятят своей группе. В завершение ребята по очереди расскажут о том, что и почему они нарисовали в своих кружках.

Пластилиновый мир

Это упражнение стимулирует творчество, позволяет исследовать ценностные ориентации обучающихся и вызывает у них как чувство сотрудничества, так и чувство соперничества.

Время необходимое для выполнения этого упражнения – 1 час.
Материалы: глина, пластилин.

Процедура: каждый подросток получает большой кусок пластилина или глины. Группа разбивается на подгруппы. Чтобы обстановка способствовала расслаблению, работа может идти под музыку.

Детям предлагается закрыть глаза и представить себе, что можно слепить из пластилина. Работать нужно с закрытыми глазами, чтобы чувства и мысли выражались пальцами. Когда фигура будет готова, поместить её на подставку рядом с теми, что были вылеплены другими участниками группы. Вместе с ними, и уже открыв глаза, организуется целостный мир из отдельных частей. Если по ходу работы возникают какие-либо чувства к партнёру, высказывают их или выражают в лепке. Когда пластилиновый мир будет готов, он сравнивается с миром, созданным в других группах, обсуждаются результаты.

Работа с пластилином

Область применения: отработка неприятного чувства обиды, гнева, страха, агрессии.

Группе даётся инструкция: слепить, в течении времени пока длится музыка, с закрытыми глазами слепить образ своего гнева, обиды, страха, не особо задумываясь над тем, что получается, а дать свободу своим рукам. Эту инструкцию можно видоизменить: предложить лепить вдвоём с открытыми глазами. В зависимости от того, что лепится выбрать музыку. После того, как кончится музыка, ребятам предлагается внимательно рассмотреть свою работу и от своего имени презентовать образ. Например: Я коричневая злость, я люблю,...

Педагог может помогать подросткам своими вопросами:

- Как часто ты возникаешь?
- Где ты любишь обитать?
- Чего боишься?
- Что тебе помогает?

Это помогает подросткам ещё раз проговорить свои чувства, лучше понять созданный образ.

Работа с бумагой для создания коллажа

Область применения: развитие представлений о чём-то, посредством работы с бумагой, отработка негативных чувств, ресурсов, развитие межличностных отношений, развитие рефлексии.

Если это индивидуальная работа, то обучающимся предлагается с помощью бумаги, ножниц, клея создать образ чего-то, в зависимости от того какая тема предьявлена. Работа длится пока звучит музыка. Если это коллективная работа, то в зависимости от количества детей группа разбивается на 2-3 команды. Как правило, мы стараемся ставить в одну команду ребят с разными статусами, с тем, чтобы отвергаемые и не принимаемые дети могли показать свою индивидуальность, после того им также даётся тема и предлагается в течение некоторого времени создать коллективный рисунок, используя только бумагу, ножницы, клей. Если это индивидуальная работа, то участникам предлагается рассказать о своей работе, о мыслях, чувствах, которые возникали по ходу.

Если это работа с ресурсами, то полезно спросить: как они помогают тебе в реальной жизни? Что они для тебя? Можно предложить рассказ от имени образа.

Если это коллективная работа, то участники рассказывают, что они создали, какие чувства и мысли возникали по ходу совместной работы, что для каждого означает полученный образ? Здесь акцент делается не только на том, что для каждого означает этот образ, но и на стиль взаимодействия между подростками. Важно проговорить, кто какой элемент делал, чья была идея, насколько было комфортно детям работать вместе, и хотели бы они что-либо изменить? В конце каждому предлагается выбрать какой-то элемент на картине и от его имени рассказать о себе.

Педагог во время работы фиксирует все то, что говорят дети, какие темы всплывают, так как последующие занятия строятся на актуальных темах группы. Важно также увидеть кому сейчас плохо, и оказать поддержку в виде групповой или индивидуальной работы.

Проективный рисунок

Эта методика интересна тем, что носит двоякий характер. С одной стороны это замечательная диагностика, с другой она обладает всеми необходимыми техниками для того, чтобы оказывать психокоррекционное воздействие. Проективный рисунок может использоваться как в индивидуальной, так и в групповой работе. Основная задача проективного рисунка состоит в выявлении и осознании трудновербализуемых проблем и переживаний подростков. Управляя и направляя тематику рисунков, можно добиться переключения внимания ребёнка, концентрации его на конкретных значимых проблемах. Это особенно эффективно при коррекции детских страхов.

Темы, предлагаемые для рисования, могут быть, самыми разнообразными и касаться как индивидуальных, так и общегрупповых проблем: собственное прошлое и настоящее, будущее или абстрактные понятия, отношения в группе. В проективном рисовании используются следующие методики (классификация Кратохвила): свободное рисование, коммуникативное рисование, совместное рисование, дополнительное рисование. Существуют два способа работы с проективным рисунком: демонстрация всех рисунков одновременно, просмотр и сравнение, нахождение общего и отличительного содержания, разбор каждого рисунка отдельно. Основными этапами коррекционного процесса с использованием метода проективного рисования являются:

1. Предварительный, ориентировочный этап.
2. Выбор темы рисования, эмоциональное включение в процесс рисования.
3. Поиск адекватной формы выражения.
4. Развитие формы в направлении всё более полного, глубокого самовыражения, её конкретизация.
5. Разрешение конфликтно травмирующей ситуации в символической форме.

Рисование “Волшебными красками”

Рисование волшебными красками, которые к тому же созданы своими руками – чудесный и очень увлекательный процесс. С помощью этих красок можно выразить свое настроение, снять напряжение, создать ресурс жизненной силы, развивать творческое воображение. Эта методика подходит для групповых и индивидуальных занятий.

Необходимые материалы: мука, гуашь, растительное масло, соль, клей ПВА, вода, салфетки, тряпочки. Для особой таинственности можно зажечь свечи, включить музыку. Когда все готово, рассказываем волшебную историю: жила давным-давно на свете добрая волшебница. Уж не буду рассказывать обо всех ее чудесных делах и подвигах, скажу только, что она очень хотела, чтобы люди стали добрее и научились доброму волшебству. Но люди мечтали повелевать другими, часто забывая о доброте, ссорились и воевали друг с другом. Конечно, это очень печалило волшебницу. Долгими вечерами, глядя на огонь в камине, она размышляла о людях и о том, как помочь им лучше понимать друг друга. И вот однажды она решила разобраться в причинах непонимания и ссор между людьми и посмотреть на мир глазами самого неуживчивого и вздорного короля.

Она прочла заклинание и очутилась на месте ворчливого короля. Что тут началось! Ей казалось, что она сидит в самом неудобном тронном кресле, на ней надета самая неприятная в мире одежда, а вокруг бродят самые несимпатичные в мире люди! Ну как тут можно быть добрым! Но самое главное - весь мир вдруг потерял краски и стал черно-белым!

Несколько минут на месте вздорного короля привели волшебницу в самое скверное расположение духа. Даже яркие языки пламени в камине показались ей какими-то скучными и блеклыми.

«Да, - начала размышлять волшебница, придя в себя, если видеть все черно-белым противным, как можно сохранить в своем сердце любовь и доброту?! Что же делать?» и вдруг волшебницу осенило: «А добавлю-ка я в жизнь этого вздорного короля красок!»

Дни и ночи трудилась волшебница над рецептом волшебных красок, способных менять картину мира и делать сердца людей добрее. Она понимала, что у красок должна быть прочная основа – из того, что является для человека самым необходимым. Она пустила по свету своих помощников, которые задавали людям один вопрос: «Что вам нужно, чтобы стать счастливее?»

По-разному отвечали люди на этот вопрос. Одни говорили, что хотят всегда быть сытыми и здоровыми; другие – что желают познать сокровенные тайны жизни; третьи мечтали, чтобы у них в жизни все шло как по маслу; четвертые - что хотят быть гибкими и текучими, как вода, чтобы с легкостью «утекать» из любых жизненных невзгод; а пятые желали склеить разбитые отношения...

«Пожалуй, я смогу им помочь, - размышляла волшебница. – В основу для красок я положу муку, чтобы люди всегда были сыты и здоровы; потом я добавлю соли, чтобы они могли узнавать тайны жизни; затем я капну масла, чтобы дела людей шли удачно; замешаю волшебное тесто и буду постепенно разбавлять его водой, тщательно перетирая комочки, чтобы не было в жизни людей обид и ссор. А когда мое волшебное тесто станет таким, чтобы я смогла испечь чудесные оладьи, вот тогда-то я и добавлю особого клея! Чтобы склеивались разбитые отношения, хорошие дела и добрые начинания».

Волшебница изготовила чудесное тесто, разлила его по горшочкам и стала добавлять в каждый горшочек краску. Стоит ли говорить, сколько помощников было у нее! Небо прислало ей голубой цвет, лес – зеленый, огонь – красный. Солнышко позолотило один из горшочков, а радуга - сразу семь! Вскоре на столе у волшебницы стояли волшебные краски.

- Что же было дальше? – спросите вы. А дальше волшебница и ее помощники стали обходить жителей этой страны и учить их смешивать волшебные краски и рисовать ими. И даже вздорный король научился этому. Правда, сначала он ворчал, не доверял волшебнице, но потом процесс создания красок его захватил. А когда он стал рисовать ими, его вздорность растворилась – ведь он стал видеть мир в цвете. Трон сразу стал удобным, королевская одежда приятной, а придворные показались ему милыми и интересными людьми.

С тех пор и существует секрет волшебных красок.(Т. Зинкевич-Евстигнеева, Д.Кудзилов «Школа волшебников»)

Этапы приготовления красок:

- насыпаем в мисочку муку (2 ложки), чтобы быть сытым и здоровым,
- затем добавляем соль (1,5 ложки), чтобы мы могли получать и усваивать знания,
- все перемешиваем и добавляем растительное масло (1/3 чайной ложки), чтобы, все в жизни шло как по маслу, опять перемешиваем (руками!)
- добавляем водички и снова тщательно перемешиваем, чтобы не было комочков (обид и ссор). Консистенция должна получиться похожей на сметану;
- добавляем клей (2 ложки), чтобы склеивались разбитые отношения, хорошие дела и добрые начинания,
- ну, а теперь добавляем гуашь. Если при распределении цветов возникают трудности, можно подчеркнуть важность сотрудничества и взаимопонимания между начинающими волшебниками.
- Краски готовы! Рисовать ими лучше на плотном картоне (можно использовать картон из упаковочных коробок)
- Можно приступить к главному – рисованию волшебными красками.

Приготовленными красками можно просто рисовать, а можно создать волшебную страну, населить ее различными героями, наделив их особым характером, способностями и предназначением. Таким образом, может получиться удивительная история.

После обсуждения педагог подводит итог. Итак, дорогие друзья, мы узнали историю появления волшебных красок, назначение каждого ингредиента. И, самое главное, смогли приготовить их сами, и создать новую сказочную страну. Давайте заберем с собой из нашего путешествия ощущение доброго волшебника, способного творить.

Картине необходимо время, чтобы краски высохли, это занимает 1-2 суток. По истечению этого времени, возьмите свои шедевры в руки и поднесите к источнику искусственного света – вы будете приятно удивлены!

Техника “Овощных печатей”

Из овощей вырезаются печати, с их помощью создаются композиции. Опыт овощного рисования может показаться нелепым, однако именно он способствует процессу формирования адекватной самооценки на бессознательно-символическом уровне. Ведь печати обычно ставят те, кто обладает соответствующим социальным статусом, а, следовательно, и адекватной самооценкой. Так, исподволь, мы помогаем детям конструктивно и творчески утверждать себя.

Техника “Монотипия”

Термин монотипия произошёл от греческого слова один, единый отпечаток. Количество красок в монотипии любое. На листе бумаги ставим несколько довольно больших капель краски. Сгибаем листок пополам и плотно сжимаем. Развернув, видим необычные причудливые изображения.

Далее дети придумывают рассказ о рисунке.

