

Л. Мардер

# ЦВЕТНОЙ МИР

ГРУППОВАЯ  
АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ  
РАБОТА С ДЕТЬМИ  
ДОШКОЛЬНОГО  
И МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО  
ВОЗРАСТА



Л.Д. Мардер

# ЦВЕТНОЙ МИР

ГРУППОВАЯ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ РАБОТА  
С ДЕТЬМИ ДОШКОЛЬНОГО И МЛАДШЕГО  
ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА



2007  
МОСКВА

УДК 373.2.025+159.9

ББК 74.100+88.8

М 255

*Серия «Детская психотерапия»*

Фотографии подготовлены к печати  
А. Ширяевым, Н. Цветковой, В. Кокоревым

**Мардер Л.Д.**

М 255 Цветной мир. Групповая арт-терапевтическая работа с детьми дошкольного и младшего школьного возраста. — М.: Генезис, 2007. — 143 с., ил.

ISBN 978-5-98563-121-0

В книге описаны основные принципы и методы групповой арт-терапевтической работы с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, а также подробно представлена программа «Цветной мир», разработанная для детей, нуждающихся в помощи психолога. Участников программы не учат рисовать — смысл психологической арт-терапевтической работы в том, что дети получают возможность выразить себя, могут делать то, что в обычной жизни им строго запрещено. В результате удовлетворяется интерес к разрушительным действиям, выплескиваются отрицательные эмоции, высвобождается психологическая энергия, которая обычно тратится на неэффективное напряжение, и дети становятся спокойнее и расслабленнее. Демонстративность, негативизм, агрессия уступают место инициативности и творчеству.

Книга адресована детским психологам и психотерапевтам, а также родителям, которые готовы творчески подходить к воспитанию своих детей.

УДК 373.2.025+159.9

ББК 74.100+88.8

ISBN 978-5-98563-121-0

© Л.Д. Мардер, 2007

© ИД «Генезис», 2007

# Содержание

Введение .....	4
<b>Глава 1. Арт-терапия с детьми 4—10 лет: воссоздание периода «детского марания» .....</b>	<b>5</b>
Приглашение в «Цветной мир»: арт-терапия с детьми дошкольного и младшего школьного возраста .....	13
Условия подбора техник и приемов создания изображений .....	16
Приемы работы: изобразительные техники .....	18
<b>Глава 2. Групповая арт-терапевтическая работа .....</b>	<b>32</b>
Правила организации арт-занятий с дошкольниками и младшими школьниками .....	34
Утверждение (обозначение) ценности детской работы .....	42
Поиск и обозначение образа в детской работе .....	43
Что делать с продуктами детского творчества после того, как они созданы? .....	44
Палитра «Цветного мира»: несколько случаев из практики арт-терапии симптомов дезадаптации .....	47
Этапы групповой арт-терапевтической работы .....	63
Структура занятия .....	68
Как отслеживать изменения состояния ребенка .....	74
Что делать с родителями, пока их дети посещают арт-сессии? .....	80
Скрытая сторона «Цветного мира», или О чем еще не было сказано .....	88
<b>Глава 3. Оснащение помещения для занятий арт-терапией .....</b>	<b>94</b>
Организация пространства арт-комнаты .....	94
Какие изобразительные материалы подходят для арт-терапевтической работы с детьми? .....	97
<b>Глава 4. «Цветной мир». Цикл арт-терапевтических занятий с детьми дошкольного и младшего школьного возраста .....</b>	<b>105</b>
Описание работы и комментарии .....	112

## Введение

«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 окружающий 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.

Эта книга — о «цветном мире» ребят, нуждающихся в помощи психолога. Участники программы «Цветной мир», разработанной для таких детей, 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. Вот тут-то они позволяют себе расслабиться и в прямом, и в переносном смысле! Удовлетворяется интерес к разрушительным действиям, выплескиваются отрицательные эмоции, и дети становятся спокойнее.

## Глава 1

### Арт-терапия с детьми 4–10 лет: воссоздание периода «детского марания»

Арт-терапия — метод, удивительным образом подходящий для работы с детьми. Говоря о самоисцеляющих процессах, происходящих с человеком в ходе арт-терапии, необходимо проанализировать условия, в которых эти процессы становятся естественными, спонтанными, идущими от природы человека, обусловленными его истинными побуждениями. Для этого нам надо вернуться в самое начало — к тому моменту, когда ребенок только начинает рисовать.

Развитие детского рисования разделяется на доизобразительный («период марания и каракулей») и собственно изобразительный периоды. Доизобразительный период начинается с того момента, когда случайные движения ребенка приводят к получению «следов», на которые малыш обращает внимание и затем пытается повторить. Пролился сок — его можно размазать по столу длинными полосками, к ложке прилипла каша — ею забавно размахивать, чтобы брызги маленькими и большими точками украшали салфетку. А потом малышу вкладывают в кулачок карандаш, и его «творчество» направляется на лист бумаги. Пока рисование представляет собой черканье и пачканье, а основной набор графических следов — случайные точ-

ки, штрихи, пятна. Несмотря на то что набор способов рисования еще весьма скромнен, через них можно увидеть особенности конкретного ребенка, его предпочтения, темперамент.

На размышления наводят определения, включенные в «Словарь русского языка» Ожегова: «рисовать — изображать предметы на плоскости карандашом», «изобразить — воспроизвести в художественном образе». Вряд ли эти определения подойдут к тому мариану, которым занимается совсем маленький ребенок.

Ребенку вкладывают в кулачок фломастер, карандаш или ручку, редко — кисточку, и направляют детские манипуляции на получение изображений на листе бумаги. Какой бы след на ней ни остался (точки, закорючки, мазки), родители восхищаются своим чадом, умиляются его «творчеством». Пусть даже их малыш испачкает руки, лицо, одежду, стол и продлится это развлечение совсем недолго — происходящее будет принято близкими с одобрением, вызовет у них положительные эмоции. И еще родители ощутят удовлетворение: ведь они придумали замечательное занятие для ребенка, которое его развлекло и увлекло (а может, даже и развило! — именно к этому мамы любят прикладывать усилия). Значит, они хорошие, успешные родители.

Первые рисунки, независимо от их внешнего вида, часто сохраняются. Их показывают родственникам и друзьям. Забегая вперед, отмечу, что рисунки ребенка более старшего возраста сохраняются в том случае, если они получились удачно, то есть аккуратно, относительно ровно и похоже на задуманное.

Дети растут, познают мир. Закономерно усложняются их рисунки — по форме, содержанию, композиции. В связи с ранним обучением ребенка навыкам изображения (в детском саду, дома) действия детей 1,5—2,5 лет часто являются повторением образца и воплощением замысла, который дает взрослый. Однако желание и инициатива нарисовать нечто, отличающееся (содержательно) от образца, сохраняются. Ориентировочно в 3—3,5 года возникает собственно изобразительный период развития рисования. Его условным началом является появление замысла рисунка. Сначала у ребенка рождается идея, за которой следует процесс рисования. Постепенно изменяется отношение ребенка к своему рисунку, появляется критичность. На примере рисунков Димы Л. можно проследить стремительность этих изменений.

Если не принимать во внимание размазывание каши или других продуктов по столу, начало доизобразительного периода в его рисовании можно отнести примерно к 10 месяцам. В этом возрасте мальчик впервые попробовал акварельные краски (рисунок 1). В 1 год и 8 месяцев Дима пошел в детский сад, где его начали учить изображать объекты по образцу воспитателя. В два года Дима «выдавал» по 7—10 рисунков за один подход. Эти рисунки имели общие повторяющиеся элементы (круги, закрашенные цветовыми пятнами, — этому их учили на занятиях по рисованию в детском саду), но готовым работам по ассоциации он давал разные названия. Так, в ходе одной серии появились «Красота», «Балаган», «Мешок с деньгами», «Украшение», «Февраль», «Яблоко», «Буква Н» (рисунки 2 а—г). Изображения создавались очень быстро, движения руки были уверенными, даже смелыми. Дима получал явное удовольствие от рисования, его не смущали помарки, неровности, брызги, пролитая вода. Результат рисования радовал и вдохновлял на новые действия с краской.

В 2 года 10 месяцев Дима перешел к рисованию по замыслу. Както, прежде чем начать рисовать, мальчик сообщил: «Нарисую каляку-маляку» (рисунок 3). Меняя цвета фломастеров один за другим, начиная от ярких (оранжевый, красный, зеленый), переходя к более темным (синий, сиреневый, коричневый, фиолетовый) и завершая черным, мальчик зачеркал поверхность листа размашистыми линиями. Видимо, и результат, и процесс полностью удовлетворили мальчика, так как, сияя улыбкой, он показал рисунок всем членам семьи, выбрал место на стене, куда его повесить.

В 3 года и 1 месяц произошел случай, обозначивший новое отношение ребенка к рисованию. Мама попросила Диму нарисовать человека. Мальчик согласился, выбрал фломастер. По окончании мама стала спрашивать про штрихи около человека, и Дима сказал, что это нога и она у него не получилась (рисунок 4). Мама предложила нарисовать еще раз, но мальчик отказался. «Не буду, у меня не получается», — ответил он. Уговоры и предвосхищающая похвала не имели результата. Мальчик был категоричен в оценке своего творчества. Рисунок был оставлен на столе как вещь, не имеющая никакой ценности.



Пример с Димой иллюстрирует, как спонтанное естественное изобразительное творчество сменяется самоограничением. Если в первое время обучение рисованию вдохновляло мальчика, так как расширяло его технические возможности, то со временем возросшая критичность, появившаяся вследствие воспитания и обучения, наоборот, ограничила активность, создала барьеры.

По мере того как дети взрослеют, родители ожидают от них все больших успехов. Соответственно возрастает напряжение ребенка, связанное с реакцией взрослого на продукт его деятельности, возрастает напряжение родителей, связанное с ожиданием успехов их чада. Если сравнивать данную ситуацию с описанной выше первоначальной, то становятся очевидными различия между ними: «стремление сохранить рисунок — обесценивание», «принятие — критичность», «одобрение результатов — отказ от рисования», «успешность — напряжение». Эти изменения, кирпичик за кирпичиком, выстраивают стену самоограничения, создают основу для формирования механизмов психологической защиты.

Арт-терапия позволяет вернуть ребенка в ту атмосферу, которая окружала его в доизобразительный период: безусловное принятие, признание достоинств, понимание потребностей. Возвращается ощущение успешности и значимости для окружающих его действий: «я чего-то стою, что-то могу», «у меня есть способности», «я признан другими», «мое мнение учитывается», «я могу справляться с трудностями», «я не избегаю неудачи, а стремлюсь к успеху». В ходе взаимодействия с детьми ребенок меняет свои ожидания от социальных отношений: «я вижу успехи других детей», «мне легко общаться со взрослым», «меня понимают», «мне помогают, меня поддерживают». Поскольку контроль отсутствует, детям не приходится осваивать новые способы поведения, и на место утративших актуальность механизмов защиты приходит активность, обусловленная новыми установками: «я получаю удовольствие от творчества», «я соблюдаю правила, так как их нарушение помешает мне получать удовольствие от занятий». В процессе арт-терапии удовлетворяется актуальная потребность в признании, позитивном внимании, ощущении собственной успешности и значимости. ***Высвобождается психологическая энергия, которая обычно тратится ребенком на неэффективное напряжение.*** Ребенок начинает чувствовать себя спокойно, расслабляется. Демонстративность, негативизм, агрессия (формы психологической защиты) уступают место инициативности, творчеству.

В ходе сеансов арт-терапии атмосферу раннего рисования помогает воссоздать работа с такими материалами, как гуашь, песок, вода, бумага:

- Действия с гуашью: наносить мазки и линии различного характера (точечные, длинные, широкие, размашистые, ритмичные, пересекающиеся, заполняющие все пространство листа и пр.), размазывать краску по поверхности бумаги (стола, горизонтального стекла и пр.) кисточкой, губкой, пальцами, ладонью, смешивать краску в баночке или на поверхности, целенаправленно или спонтанно.
- Действия с водой и песком: пересыпать, выливать в песок воду, вымешивать песочную жижу, выкапывать ямки и заполнять их водой, вычерпывать «лишний» песок или воду, полоскать кисти рук в грязной воде, переливать жижу или воду из одной емкости в другую, пропускать жижу между пальцами и т.д.
- Действия с бумагой: сминать, разрывать (измельчать), сжимать, складывать, разбрасывать, метать.



#### *Илья, 4 года 6 мес.*

Мать обратилась в психологический центр в связи с непослушанием сына, бурными реакциями на запреты, озлобленностью. В ходе консультирования были выявлены высокая тревожность Ильи, страхи, конфликты в семье. У Ильи не было отца, он воспитывался в семье, состоящей из мамы, бабушки и дяди.

На первой сессии Илья изобразил членов семьи (маму, бабушку, себя) в виде огромных чудовищ, с клыками и клешнями, каждого на отдельном листе, используя черную и темно-синюю гуашь (рисунки 5 а, б).

Дальнейшее развитие действий проходило в следующем направлении. Илья рисовал то, что задавалось темой занятия, например, определенное настроение, что-то страшное или злое. Рисунки были очень интересными и необычными, но поверх них мальчик наносил множество слоев краски, размазывал, растирал краски ладонями до появления катышков и дыр на бумаге (порой мне было очень жаль исчезающих рисунков). Одновременно с рисованием мальчик смешивал краски с водой, делал «цветную воду»: выливал гуашь в банку для полоскания кисточки, размешивал воду, наливал ее обратно в баночку с гуашью, размешивал, выливал в банку для воды и так далее, до тех пор, пока не выполаскивал всю краску. За одну сессию он мог израсходовать таким образом несколько красок, цвет не имел значения. «Цветную воду»

Илья выливал на лист бумаги, размазывал кисточкой, добавлял гуашь, опять смешивал, собирал воду с листа освободившейся баночкой, выливал в банку с «цветной водой», размешивал, вновь выливал на бумагу и т.д. Затем складывал бумагу, обливал «цветной водой», засовывал в банку для воды, вытаскивал, выжимал, обливал водой, снова заталкивал в банку, выжимал, и так цикл за циклом (рисунок 6). Свои действия Илья комментировал: «Теперь надо добавить краски», «Надо вылить немного цветной воды», то есть действовал он осознанно. В увлеченном состоянии Илья становился почти неуправляем — его уносило на волнах собственной фантазии, причем уносило далеко. Это повторялось каждую сессию. Надо ли уточнять, что в комнате после Ильи оставались бурые лужи, разлитая краска, мокрая бумага...

Так же долго Илья мыл руки, продолжая создавать «цветную воду», наполняя раковину водой, пеной.

Регулярно с мамой проводились беседы по содержанию занятий, по вопросам воспитания и общения с сыном. В результате она смогла пересмотреть свою воспитательную позицию, увидеть сильные стороны и творческие способности Ильи, стала внимательна к сыну, терпелива, отношения между ними стали более теплыми. После пятого занятия мать сообщила, что Илья теперь значительно спокойнее реагирует на замечания, вспышки гнева стали редкими и эмоционально менее интенсивными. Мальчик стал менее уязвим, начал лучше контролировать поведение. Изображая себя и маму в конце цикла встреч, Илья использовал яркие цвета, портреты приобрели внешнее сходство с фигурами людей (пропорции частей тела соответствовали возрастным изобразительным возможностям), лица были улыбающимися.

Арт-терапия помогла мальчику раскрыться. Акцентировались его сильные черты: увлеченность рисованием, экспериментированием, отход от стандартов, готовность к сотрудничеству. Отзывы воспитателей из детского сада подтвердили значительное снижение конфликтности, тревожности. В дальнейшем Илья стал посещать кружок детского творчества, занял первое место в конкурсе поделок, изготовленных руками мам и детей.

### ***Как определить, удалось ли создать атмосферу раннего рисования***

Арт-терапевт должен иметь в своем арсенале критерии, по которым он смог бы определить, удалось ли создать атмосферу раннего рисования, включился ли ребенок в эти условия, принял ли их. Таких критериев два:

- Появление у ребенка желания создавать свое собственное, рождающееся здесь и сейчас, изображение, а не работать по образцу (оценка творческой активности детей, точнее, ее характера).
- Появление новых способов создания изображений, отличных от тех, к которым ребенок привык в ходе обучения.

Дети рисуют не только толстыми кистями и губками. Иногда ребенок спонтанно начинает рисовать пальцами: желая очистить испачкавшиеся пальцы, он вытирает их о лист бумаги. Получающиеся следы привлекают ребенка, и он повторяет эти действия снова и снова, зачастую специально предварительно обмакнув пальцы в краску.

Часто, войдя в раж, ребенок наносит на лист все новые и новые цвета, смешивает их, превращая в бурое месиво. Может быть и такое: ребенок окунает кисть сначала в одну краску, затем сразу в другую. Цвета перемешиваются и в баночках, и на поверхности, на которой идет работа красками. Движения ребенка в этот момент размашисты, уверенны, импульсивны. Смешение красок может происходить и тогда, когда ребенок рисует пальцами и ладонями. При этом ребенок сначала тщательно закрашивает ладони (либо кисточкой, либо потерев одну ладонь о другую), часто замазывая всю кисть целиком, иногда до середины предплечья.

Есть одна часто повторяющаяся особенность рисования на арт-сессиях, которая заключается в том, что, начиная работать яркими светлыми красками (желтой, золотой, оранжевой, красной, зеленой) дети постепенно переходят к более темным (синей, фиолетовой, бордовой, коричневой, черной). На листе цвета смешиваются, превращаясь в бурое пятно, поглощающее в себе любые наносимые краски, какими бы яркими они ни были. Пример рисунков Димы Л. иллюстрирует динамику выбора цвета.

Итак, смешивание цветов привлекает детей. Но создание новых тонов происходит непосредственно на рабочем листе, без предварительного смешивания на палитре. Дети рисуют «здесь и сейчас».

Еще одна общая особенность заключается в цветовой многослойности. Часто на арт-сессии дети накладывают краски слой за слоем. Иногда за счет этого рисунок приобретает объем, чем вызы-

вает еще большую симпатию у детей. В доизобразительный период эта особенность нанесения цветных красок связана с исследованием возможности цвета, а также с независимостью цвета от самого изображения, нейтральным отношением к краске любого цвета, свидетельствующим о том, что выразительная функция цвета еще не сложилась.

### ***Каким образом в этих условиях действует механизм коррекции***

Рефлективный анализ арт-деятельности детей осложнен их возрастными особенностями, а также особенностями, обусловленными проблемой, с которой ребенок пришел к арт-терапевту: как правило, это слабая дифференциация эмоций и чувств, ограниченный словарный запас, социальные страхи, механизмы психологической защиты и т.д. Поэтому задания, подбираемые психологом, должны быть таковы, чтобы коррекция проходила в обход функций контроля и осознания. То есть для того, чтобы изменения произошли, от ребенка требуется только одно — быть активным в меру его возможностей. Сами условия, задания и взаимодействие с арт-терапевтом помогут определить направление творческой деятельности, выбрать материалы, запустить механизм самоисцеления.

И процесс, и результат отличаются от того, к чему стремится ребенок в ходе присвоения функций рисунка (а фактически — в ходе развития и социализации) и на что ориентируют ребенка взрослые в процессе воспитания и образования. Ребенок не боится испачкаться, выйти за рамки листа и измазать стол (а по сути — нарушить традиционные барьеры активности). Тем не менее ситуация «здесь и сейчас» не причиняет вреда ни ему самому, ни кому-то в окружении, она вполне укладывается в приемлемые социальные рамки.

Когда ребенок может быть активным в обход социальных норм, прививаемых ему с раннего детства, он становится менее тревожным и уязвимым, происходит снижение контроля и требований к результатам своих действий, и он просто получает удовольствие от своей активности. Без оценок, поправок, направлений со стороны взрослого. Только принятие и поддержка.

## Приглашение в «Цветной мир»: арт-терапия с детьми дошкольного и младшего школьного возраста

Опыт многолетней работы с детьми дошкольного возраста позволяет сформулировать условия, соблюдение которых делает арт-терапию более успешной и интересной.

Работать с детьми можно как в группе, так и индивидуально. Групповые и индивидуальные занятия различаются как по целям, так и по процедуре и приемам работы. Есть задачи, которые эффективно решаются в ходе встреч один на один — снятие эмоционального напряжения, преодоление негативизма, коррекция страхов, устранение барьеров, явившихся следствием гиперсоциализированного стиля воспитания в семье и пр. А группа сверстников дает возможность удовлетворить потребность во взаимодействии с детьми, научиться учитывать мнение других и отстаивать свое, проявлять активность, сдерживаться и пр.

Хорошие результаты наблюдаются, когда ребенок сначала проходит курс индивидуальной коррекции эмоционально-личностных особенностей, а потом включается в группу, однако такая длительная работа требуется не всем детям.

Арт-сессии продолжительностью от 30 до 80 минут проводятся один раз в неделю, и в зависимости от сложности запроса работа занимает от 3—5 до 12 недель.

Выбор материала индивидуален. Один ребенок быстрее согласится рисовать красками, другой проявит интерес к песочнице. Как показывает практика, младшие дети чаще выбирают песок, а школьники — гуашь. Однако, повторяюсь, выбор индивидуален, и психологу желательно иметь в своем арсенале разные материалы.

Подвести ребенка к *манипуляциям с красками* можно несколькими способами:

- дать инструкцию: если установлен доверительный контакт, ребенку легче принять инструкцию «рисовать цветом: пятнами, мазками, линиями, брызгами и пр.», он может общаться с психологом, тем самым преодолевая неопределенность;
- показать рисунки других детей, если контакт только устанавливается и ребенок сохраняет явную тревогу, зажат. Обычно

они развешаны по пространству арт-комнаты или по стенам коридора рядом с комнатой. Можно сделать специальную подборку рисунков, выполненных в абстрактной манере (мазанием, штриховкой);

- подобрать задания, сами собой предполагающие «свободную» манеру действий с материалами. Например, любой вариант техники монотипии или рисование на мокрой бумаге;
- дополнительный вариант — показ взрослым манеры действий с материалом или совместные действия взрослого и ребенка. Психолог словно «заражает» ребенка, увлекает за собой. Вариант уместен, когда у ребенка сложились серьезные барьеры спонтанности реакций, обусловленные ранним обучением, гиперсоциализацией.

С чего же начинается индивидуальная *работа с использованием песочницы*? Взрослый и ребенок постепенно обходят, осматривают, ощупывают всю игровую комнату: рисунки, игрушки, оборудование — и так доходят до ящика с песком. Об использовании песочницы в процессе арт-терапии написано достаточно много интересных и содержательных работ. Описываемый здесь подход, так же как и работа с красками, опирается на воссоздание периода детского марания. В практике песочная терапия с дошкольниками обычно организуется в двух видах:

- действия с неоформленным материалом — песком, водой;
- построение песочных миров, сюжетная игра (по заданной теме или спонтанная).

Первый вариант имеет очень мощный коррекционный ресурс. Внешне простые действия — выливание в песочницу воды, перемешивание, вымешивание песочной жижи, переливание из емкости в емкость, отделение воды от песка и тому подобное — позволяют стремительно уменьшить внутреннюю тревогу, преодолеть негативизм, снять напряжение, устранить дисциплинарные барьеры, тем самым подготовить почву для конструктивного взаимодействия. Сначала психолог предлагает малышу потрогать песок, просыпать его между пальцами, почувствовать крупинки, попробовать стрях-

нуть их с рук. После этого ребенка подводят к идее, что в песок можно добавить воду. Если ребенок легко увлекается предложением, в дальнейшем взрослому надо лишь следовать за детской фантазией. Если малыш сомневается, опасается или по какой-то другой причине отказывается от контакта с природными материалами, воздействия психолога должны быть более бережные, экономичные.

Порой в песочницу выливается столько воды, сколько позволяет объем, до самых краев. Руки по локоть погружаются в ту самую «грязь», к которой взрослые категорически запрещают даже приближаться. Ребенок получает возможность удовлетворить потребность в экспериментировании и свободной активности. Через несколько сессий малыш сам изъявит желание развивать, менять игру. Внимательный психолог увидит это и сможет воспользоваться динамикой для решения дальнейших коррекционных задач.



#### *Андрей, 4 года 5 мес.*

Мать обратилась с запросом помочь наладить отношения с сыном. Недавний развод в связи с уходом мужа к другой женщине сильно пошатнул уверенность матери в своей состоятельности, нарушил взаимоотношения с Андреем. Мальчик вел себя очень демонстративно, выматывал ее пренебрежением к любым воздействиям и одновременной сильной привязанностью. Воспитатели детского сада регулярно обращали внимание матери на агрессивность, неадекватность поведения мальчика, негативизм.

Первые две сессии с Андреем носили явно конфликтный характер. Мальчик был неуправляем и агрессивен: кидался песком, отказывался рисовать, бранился в мой адрес, спорил. Попытки вводить минимальные правила, например, играть песком только в песочнице, встречали игнорирование или сопротивление. Андрей наливал в песочницу воду, руками размешивал песочную жижу, переливал, перекладывал разжиженный песок по игрушечным ведрам. В конце первой сессии он сделал из мокрого песка два гладких холмика и, хлопывая по ним ладошками, торжественно заявил: «Это твоя голая жопа!» Одним словом, мне досталось изрядно. Несмотря на сопротивление, Андрей не отказался от последующих встреч.

Как уже было сказано, первое время Андрей отказывался рисовать (да и просто брать в руки кисточку, проводить линию, ставить краской точку на листе). Но постепенно он увлекся предложением мазать крас-

кой бумагу, расположившись на полу. Сначала это были акты «порчи» бумаги и всего окружающего: Андрей старался испачкать пол, набрызгать, накапать, измазать лист снова и снова — и при этом с любопытством наблюдал за моей реакцией. Я не комментировала его действия, но поощряла активность и выдумку. На второй сессии мальчик попробовал рисовать пальцем, на третьей — ладонями. Увеличивался размер выбираемого для рисования листа, расширялась амплитуда движений. Иногда бумага протиралась до дырки. Андрей стал мне доверять, его поведение заметно изменилось — почти исчез негативизм, он стал более управляем, покладист, расслаблен.

На пятом занятии мальчику попались ножницы — это был новый виток его деятельности: он стал отрезать бумагу в разных направлениях, я придумывала, на что это похоже, иногда подрисовывала детали. Так у нас получались пистолеты, змеи, заяц, расческа, автомобиль. Андрей поверил в свои силы, у него улучшилось настроение, он стал откликаться на юмор.

Наши встречи продолжались, теперь они были конструктивными. Андрей был готов к сотрудничеству, направленной активности, творчеству. Когда появилась возможность побеседовать с воспитателем группы Андрея, отзывы указывали на значительное снижение агрессивности и демонстративности, появление желания взаимодействовать с детьми, участвовать в работе на занятиях. Эмоциональная сфера уравновесилась.

Что касается его взаимоотношений с матерью, здесь положение изменилось незначительно. Сильная тревожность и нервность матери, эмоциональная ригидность, вызванные разводом и проблемами взаимоотношений с сыном, усталость от постоянного сопротивления Андрея мешали ей быть более гибкой и терпеливой. В дальнейшем семье был предложен курс коррекции детско-родительских отношений.

## **Условия подбора техник и приемов создания изображений**

Рисуночные сессии с дошкольниками и младшими школьниками не должны ограничиваться обычным набором изобразительных средств (бумага, кисти, краски) и традиционными способами их использования. Ребенок более охотно включается в процесс, отличный от того, к чему он привык. Перечислим условия подбора техник и приемов создания изображений, от которых зависит успешность арт-терапевтического процесса с детьми.

■ **Условие 1.** Техники и приемы должны подбираться по принципу *простоты* и *эффективности*.

Ребенок не должен испытывать затруднения при создании изображения с помощью предлагаемой техники. Любые усилия в ходе работы должны быть интересны, оригинальны, приятны ребенку.

Сталкиваясь с трудностями, пусть даже мнимыми, дети реагируют привычным для них образом. Как правило, психологу приходится иметь дело с детьми, которые на препятствия реагируют разными формами защиты. Наличие трудностей любого плана — учебных, коммуникативных, эмоциональных, семейных, перед которыми ребенок чувствует себя слабым и незащищенным, когда-то спровоцировало появление проблем, с которыми внимательные родители впоследствии обратились к детскому психологу. Арт-терапия предполагает создание безопасных условий, способствующих самовыражению и спонтанной активности, вызывает новые способы активности и помогает их закрепить.

■ **Условие 2.** Интересными и *привлекательными* должны быть и *процесс* создания изображения, и *результат*.

Обе составляющие в равной мере ценны для ребенка, и это отвечает природе детского рисования, является его особенностью. Изобразительная техника не противоречит потребностям и возможностям детского возраста, если обладает указанной чертой. Создавать изображения в данной технике будет для ребенка так же естественно, как рисовать.

■ **Условие 3.** Изобразительные техники и способы должны быть *нетрадиционными*.

Во-первых, новые изобразительные способы мотивируют деятельность, направляют и удерживают внимание. Во-вторых, имеет значение получение ребенком *необычного* опыта. Раз опыт необычен, то при его приобретении снижается контроль сознания, ослабевают механизмы защиты. В таком изображении присутствует больше свободы самовыражения, а значит, неосознанной информации. Маленькие дети с удовольствием включаются в создание изображений необычным способом, например, с помощью сухих листьев или ниток.

Арсенал способов создания изображений широк: акватушь, рисование сыпучими продуктами или засушенными листьями, рисование пальцами и ладонями, пульверизатором и т.д. Немного фантазии, и на песке, приклеенном к бумаге, расцветут цветы, в воздух взлетит фейерверк из мелких бумажек, кляксы превратятся в бабочек, пятна краски — в невиданных животных. Ребята почувствуют свой успех, ведь они смогут победить злых чудовищ, сжечь свои страхи, помирить игрушки.

## **Приемы работы: изобразительные техники**

### *Марания*

В буквальном понимании «марать» — значит «пачкать, грязнить». В нашем случае, в условиях арт-сессии, речь идет о спонтанных рисунках дошкольников и младших школьников, выполненных в абстрактной манере, имеющих схожесть с рисунками доизобразительного периода. Определение «марание» выбрано в связи с неструктурированностью изображений, отсутствием сюжета, сочетанием отвлеченных форм и цветовых пятен. Кроме внешнего подобия изображений, есть сходство в способе их создания: ритмичности движения руки, композиционной случайности мазков и штрихов, размазывании и разбрызгивании краски, нанесении множества слоев и смешивании цветов.

Наиболее насыщенными по воплощению и эмоционально яркими являются гуашевые или акварельные изображения. Краски инициируют спонтанность, помогают более открыто проявлять разнообразные эмоции, исследовать собственные переживания. Их можно облечь в привлекательную для детей форму: они могут замазывать краской вход в пещеру; брызгами, пятнами, разнообразными линиями создавать города, явления природы, сказочных существ; закрашивать цветными мелками собственный силуэт, нарисованный на полу.

Марания по внешнему виду порой выглядят как деструктивные действия с красками, мелками. Однако игровая оболочка оттягива-

ет внимание от не принимаемых в обычной жизни поступков, позволяет ребенку без опасений удовлетворить деструктивные влечения.

Дети не рисуют в том понимании, к которому они привыкли за годы обучения. У мараний нет категорий «правильно—неправильно», «хорошо—плохо», нет эталонов. Отсутствие критериев оценки мараний исключает и саму оценку. Хотя есть дети, которые не могут обойтись без оценок, внешних или внутренних, а потому выдвигают для себя и других собственные критерии. Например, привлекательность цветовой гаммы или аккуратность. В этих случаях навязывание оценки устраняется взрослым, в результате уходят напряжение, неопределенность, страх, сомнения.

Нестандартность процесса приводит детей к собственным маленьким открытиям. Как мы уже отмечали, часто в ходе мараний дети отказываются от кисточек, губок и начинают рисовать пальцами и ладонями. Новизна мараний, необычность и в то же время естественность, родство детской природе способствуют тому, что ребенок «забывает» о социальных запретах и табу.

Марания могут проходить не только в виде непосредственных раскрашиваний, размазываний и т.д., они могут стать частью изобразительных техник (например, монотипии, которая будет описана ниже, или акватуши). Последняя техника — акватушь — проста, необычна и близка детским играм с водой. Первым слоем на лист бумаги крупными мазками наносится гуашевый рисунок. После его подсыхания вторым слоем весь лист покрывается черной тушью (последняя сохнет быстро, если ее слой не слишком толст). Затем рисунок опускается в воду. В воде гуашь почти смывается, а тушь — лишь частично. В результате на черном фоне остается тонированный рисунок с размытыми контурами. Каждый этап этого процесса удерживает интерес создателей. При помощи акватуши дети с дефицитом внимания приобретают возможность получить радость от поэтапной деятельности с отодвинутым результатом, а испытывающие негативизм получают побудительный мотив для включения в творческую деятельность.

Результат мараний может иметь весьма привлекательный вид либо, наоборот, представлять собой бурое бесформенное пятно (рисунок 7). Иногда ребенок замазывает краской всю поверхность ли-

ста, тщательно уничтожая пробелы и щели возле кромки. При этом бумага под силой нажима может вытираться до образования катышков или даже протираться до дыр (рисунок 8). Нельзя сказать, что ребенок действует спонтанно, так как он нацеленно достигает результата — абсолютно закрашенной или деформированной поверхности. Временами в процессе мараний ребенок наливает из банки для полоскания кистей или выжимает из губки воду на поверхность листа, стекла. Вода так же, как и краски, служит материалом для мараний. Часто случается, что возникшее на листе изображение, которое можно назвать действительно красивым, интересным, экспрессивным, замазывается сверху безобразными, разрушающими зримый образ пятнами, шлепками, разводами (рисунок 9). Результат создания зримого образа для автора имеет субъективную оценку, и она может не совпадать с оценкой других. Порой, начиная рисовать яркими красками, ребенок переходит на темные цвета или смешивает собранные на листе краски в одно бурое пятно. Стремление к удовольствию от контакта с водой и грязью естественным образом раскрывается, когда ребенок испытывает психологическую безопасность и расслабляется.

Работа на одном листе в паре или всей группой добавляет выразительности результату, а также обогащает взаимодействие детей.

### ***Штриховка, каракули***

Штриховка — это графика. Изображение создается без красок, с помощью карандашей и мелков. Под штриховкой и каракулями в нашем случае понимается хаотичное или ритмичное нанесение тонких линий на поверхность бумаги, пола, стены, мольберта и пр.

Линии могут выглядеть неразборчивыми, небрежными, неумелыми либо, наоборот, выверенными и точными. Из отдельных каракулей может сложиться образ, либо сочетание предстанет в абстрактной манере.

Штриховки и каракули могут иметь различное воплощение:

- заполнение пространства (тонирование, создание фона, закрашивание штрихами выделенной поверхности);

- рисование отдельных линий или их сочетаний (передача «характера» и взаимоотношений линий, например, грустной, испугавшейся линии, ссоры; так же появляются волны, лучи солнца, ветер, языки огня, взрывы, препятствия);
- изображение объектов и символов в ритмической манере.

Графические линии могут быть прямыми, изогнутыми, ломаными, закругленными, спиралеобразными, иметь вид галочек, пунктира.

Черкать можно, используя технику «фроттаж»: заштриховывается поверхность листа, под которую подложен плоский предмет или заготовленный силуэт. Наверняка каждый пробовал так «проявить» монетку!

Штриховки и каракули помогают расшевелить ребенка, дают почувствовать нажим карандаша или мелка, снимают напряжение перед рисованием. Штриховки просты в исполнении, занимают непродолжительное время, потому уместны в качестве зачина арт-занятия.

Штриховки и марадания происходят в определенном ритме, который оказывает благотворное влияние на эмоциональную сферу ребенка. У каждого ребенка он свой, диктуемый психофизиологическими ритмами организма. Ритм присутствует во всех жизненных циклах, в том числе в режиме дня, чередовании напряжения и расслабления, труда и отдыха и т.д. Ритм создает настрой на активность, тонизирует ребенка.

### **Монотипия**

Базовая графическая техника, описанная в брошюре О.А. Никологорской и Л.И. Маркус «Излечивает гнев и заполняет время», заключается в следующем. На гладкой поверхности — стекле, пластмассовой доске, пленке, толстой глянцевой бумаге — делается рисунок гуашевой краской. Материал, на который наносится краска, не должен пропускать воду. Сверху накладывается лист бумаги и придавливается к поверхности. Получается оттиск в зеркальном отражении. Он может быть менее четким по сравнению с оригиналом, более расплывчатым, могут стереться границы между разными красками.

Название «монотипия» произошло от греческого слова «μονος» — «один», так как отпечаток в этой технике получается только один. Если хочется что-то изменить или улучшить, нужно изготовить новый «оригинал», то есть нарисовать все заново.

Традиционная техника печатного художественного изображения в арт-работе с дошкольниками и младшими школьниками может быть модифицирована.

- На одном и том же листе можно делать несколько оттисков. Если после получения отпечатка ребенок продолжит рисовать на той же основе и повторно приложит лист с оттиском, рисунок изменится, вдохновляя автора на новое творчество. Действия можно повторять до тех пор, пока процедура будет приносить удовольствие, или же до получения наиболее привлекательного результата (рисунок 10).
- При желании возможно «прописать» готовый отпечаток — дорисовать или приклеить сверху нужные элементы для завершения образа (рисунок 11).
- Известная всем работникам детских садов «кляксография» — это тоже вариант монотипии. Лист сгибается пополам и снова раскладывается на столе. С одной стороны от сгиба наносятся пятна краски (хаотично или в виде конкретного изображения). Можно нанести краску непосредственно около линии сгиба либо в другой части половины листа — от этого будет зависеть, сольются ли оригинал и будущий оттиск в одно целое или между ними будет расстояние, как между двумя разными изображениями. Затем лист снова сгибается и плотно проглаживается ладонью. Краска симметрично отпечатывается на другой половине листа. Сложенный лист раскрывается, и перед взором оказывается ЧТО-ТО (рисунок 12)!
- Красивые необычные оттиски получаются с помощью ниток. Если нитку (длиной сантиметров 30—40) опустить в краску, затем выложить на листе по собственному усмотрению, оставив вне листа лишь кончик, а затем накрыть сверху другим листом и, придавив его рукой, вытянуть нитку из пространства между листами, то на обеих примыкавших к окрашенной нити поверхностях останутся необычные отпечатки (рисунки 13, 14)!

Можно получать разные оттиски:

- если проглаживать верхний лист с разным нажимом;
- если на оригинал наносить много/мало краски;
- если, наложив лист на оригинал, слегка/сильно сдвинуть его — полученные в результате разводы дают богатый материал для детских фантазий.

Часто бывает, что, проглаживая верхний лист, ребенок оставляет на его тыльной стороне следы испачканных краской рук. Эти случайно появившиеся разводы могут привлечь ребенка не меньше, а то и значительно больше, чем сам оттиск. И дальнейшая активность развернется именно здесь — пальцы будут целенаправленно окрашиваться, а краска вытираться о лист бумаги. (рисунки 15 а,б) Для ребенка это собственный, придуманный им, способ рисования. Для психолога — организованное самим ребенком условие избавления от гиперсоциализации, подавленности и страхов, укрепления уверенности в себе. Ребенку задается вопрос, какое из изображений ему нравится больше, выбранный вариант получает название и внимание автора, взрослого, других детей.

### ***Рисование на стекле***

Перед тем как предложить ребенку стекло, надо обязательно обработать его кромку в мастерской (техника безопасности).

В отличие от рисования по бумаге стекло дарит новые визуальные впечатления и тактильные ощущения. Ребят захватывает сам процесс рисования: гуашь (именно ее свойства лучше подходят для рисования по стеклу) скользит мягко, ее можно размазывать и кистью, и пальцами, так как она не впитывается в материал поверхности и долго не высыхает.

Детям нравится рисовать на стеклах больших размеров, например, 25 × 40 см или 40 × 70 см, — на них есть где развернуться. Прямо в процессе рисования стекло можно промыть мокрой губкой, нанести новый рисунок, снова смыть. Так и поступают реактивные и тревожные дети (фото 1).

Часто случается, что кто-нибудь выливает на стекло много воды, перегоняет ее из стороны в сторону, собирает губкой, смешивает с

краской и т.д. Такая манера характерна для детей дошкольного и младшего школьного возраста, имеющих проблемы аффективно-личностного плана. Пространство активности ребенка расширяется за счет вытекания воды за пределы стекла. К тому же консистенция воды значительно отличается от краски. Меньшая плотность и текучесть увеличивают скорость манипуляций, убирают статику и конкретику изображений.

За счет того, что краска не впитывается, сколько бы разноцветных слоев ни наносилось, под ними всегда будет просвечивать прозрачная основа. Благодаря этим свойствам изображение на стекле воспринимается как сиюминутное, временное, лишённое монументальности и постоянства. Только наметки, игра, можно не нести ответственности за результат, так как результата и нет. Ребенок словно не рисует, а тренируется рисовать, и соответственно имеет право на ошибки и исправления, без болезненных переживаний о свершившемся, которое уже не изменить.

Описанный прием используется для профилактики и коррекции тревожности, социальных страхов и страхов, связанных с результатом деятельности («боюсь ошибиться»). Подходит зажатым детям, так как провоцирует активность. Раскрывает детей, «задавленных и затюканных» замечаниями учителей и родителей, учебными неудачами, нагрузкой, непомерными требованиями. Совместное рисование на одном стекле как проблемная ситуация провоцирует детей устанавливать и поддерживать контакты, формировать умение действовать в конфликте, уступать или отстаивать позиции, договариваться.

### ***Рисование пальцами***

Почти во всех перечисленных выше способах создания изображений имелись комментарии о спонтанном переходе детей на рисование пальцами и ладонями.

Даже никогда не рисовав пальцами, можно представить особенные тактильные ощущения, которые испытываешь, когда опускаешь палец в гуашь — плотную, но мягкую, размешиваешь краску в баночке, подцепляешь некоторое количество, переносишь на бумагу и оставляешь первый мазок. Это целый ритуал!

Ценность рисования пальцами с точки зрения диагностики индивидуальности описывается психологом Асей И. Кэйдис [см. 40, с. 355—376]. В качестве сильных сторон метода перечисляются:

- свобода от двигательных ограничений;
- свобода от культурного влияния;
- свобода от социального давления;
- отсутствие проблем эквивалентных форм.

Все эти особенности значимы для успешного арт-терапевтического процесса.

Ради достижения изобразительных эффектов нанесением краски непосредственно ладонями и пальцами от ребенка не требуется развитой мелкой моторной координации. Движения могут быть размашистыми, крупными, экспрессивными или, наоборот, точечными, локальными, отрывистыми. Толщина пальцев уже сама по себе не предполагает создание тонких мазков, линий (рисунок 16).

Рисование пальцами и ладонями не подвержено влиянию стандартных шаблонов. Так рисовать детей не учат ни в детском саду, ни в школе. Поэтому такой способ создания изображений проективно представляет индивидуальность ребенка.

Рисование пальцами — это разрешенная игра с грязью, в ходе которой деструктивные импульсы и действия выражаются в социально приемлемой форме. Ребенок, незаметно для себя, может осмелиться на действия, которых обычно не совершает, так как опасается, не желает или не считает возможным нарушать правила.

У одного и того же ребенка каждый процесс и продукт рисования пальцами не похожи на предыдущие. Всякий раз происходит по-новому: выбирается другой цвет, соотношение линий, темп, ритм и т.д. Потому результат манипуляций с краской может быть непредсказуем: неизвестно, какое изображение получится в итоге.

Рисование пальцами не бывает безразлично ребенку. В связи с нестандартностью ситуации, особыми тактильными ощущениями, экспрессией и нетипичным результатом изображения оно сопровождается эмоциональным откликом, который может иметь широкий диапазон от ярко отрицательного до ярко положительного. Новый опыт эмоционального принятия себя в процессе рисования,

пробы несвойственных ребенку характеристик поведения расширяют и обогащают образ Я.

Далеко не все дети по собственной инициативе переходят на рисование пальцами. Некоторые, заинтересовавшись и попробовав этот способ, возвращаются к кисти или губке как к более привычным средствам изображения. Некоторым ребятам сложно приступить к рисованию пальцами. Как правило, это дети с жесткими социальными установками поведения, ориентированные на раннее когнитивное развитие, а также те, в которых родители видят «маленьких взрослых», от которых ждут зрелого поведения, сдержанности, разумности мнений. Именно для этих детей «игры с грязью» служат профилактикой и коррекцией тревожности, социальных страхов, подавленности.

### ***Рисование сухими листьями, сыпучими материалами и продуктами***

Каждую осень в конце сентября я собираю желтые, красные, рыжие листья, высушиваю их на подоконнике, складываю в картонную коробку с отверстиями для вентиляции. Сухие листья приносят детям много радости. Даже если вы не производите с ними никаких действий, а просто держите их в ладонях, перцептивные впечатления после привычного пластика, полиэстера и ДСП вызывают сильный эмоциональный отклик. Сухие листья натуральны, вкусно пахнут, невесомы, хрупки и шершавы на ощупь.

С помощью листьев и клея ПВА можно создавать изображения. На лист бумаги клеим, который выдавливается из тюбика, наносится рисунок. Затем сухие листья растираются между ладонями на мелкие частички и рассыпаются над клеевым рисунком. Лишние, не приклеившиеся частички стряхиваются. Эффектно выглядят изображения на тонированной и фактурной бумаге (рисунок 17).

Даже когда дети пытаются изобразить что-то опредмеченное, например, Чебурашку или машину, изображение получается «лохматым», пушистым, малоразборчивым, но при этом эффектным и привлекательным.

Так же можно создавать изображения с помощью мелких сыпучих материалов и продуктов: круп (манки, овсяных и других хлопьев, гречи, пшена), сахарного песка, вермишели и т.д. В частности, если в кабинете психолога есть песочница, бывают случаи инициативного использования песка. Маленькие дети высыпают на лист с клеем сыпучие материалы либо прямо из емкости для хранения, либо целыми горстями. Очень часто дети засыпают всю поверхность листа крупой, даже если до этого нанесли совсем немного клея. При стряхивании лишних материалов изображение все равно останется только в месте приклеивания (рисунки 18, 19).

Рисование сухими листьями или сыпучими продуктами захватывает окружающее ребенка физическое пространство. Материалы рассыпаются, разлетаются вокруг рабочего места, покрывают поверхность стола, пола. Легкие и хрупкие сухие листья в руках превращаются в мелкую труху. Дети набирают их снова и снова, сгребая в кучки со всей поверхности, до которой дотянулись и которую смогли «отбить» у соседей. Перемешанные между собой и раскиданные сыпучие продукты, труха листьев по своей внешнему выражению — сор, который в обыденности аккуратно выметается, выбрасывается, от которого детей приучают избавляться, к которому не разрешают прикасаться.

Когда занятие заканчивается и дети уходят из арт-комнаты, взору открывается помещение, закиданное ровным слоем мусора. Именно этот момент и есть та временная точка, в которой карета превращается в тыкву, а сыпучие материалы — в мусор. До него обстановка арт-помещения является креативным пространством, необходимым для творческого самораскрытия личности. Обстановка помогает детям приобретать новый опыт свободной активности, а манипуляции с сыпучими материалами — в социально разрешенной форме удовлетворять деструктивные влечения в обход социальных барьеров и догм.

Описанная техника создания изображений подходит детям с выраженной моторной неловкостью, негативизмом, зажатостью, способствует процессу адаптации в новом пространстве, дарит чувство успешности.

## ***Рисование предметами окружающего пространства***

На моем опыте дети рисовали мятой бумагой, резиновыми игрушками, кубиками, губками, зубными щетками, палочками, нитками, коктейльными соломинками, ластиками и чем-то еще. Детская инициатива использовать нетипичные предметы для создания изображений всегда приветствуется, если, конечно, не является вредительством в чистом виде, не ущемляет права других детей. Привлечение окружающих предметов по инициативе ребенка служит для психолога знаком вовлеченности в творческую деятельность, успешности адаптационного процесса, возрастания самооценки, появления сил для выдвижения и отстаивания собственных идей. И еще это просто весело!

Предложения по-новому использовать неизобразительные материалы может исходить и от психолога. Целенаправленное «раскачивание» двигательных и функциональных стереотипов создает почву для общего укрепления эмоциональной сферы, уменьшения зависимости — в частности, от ритуалов, — повышения настроения, развития воображения, адаптационных способностей.

### ***Трехмерные изображения из газет, фольги, слюды***

Бесплатные рекламные газеты (прошу прощения у издателей) — это популярный расходный материал, которого очень много у всех владельцев почтовых ящиков. В семьях его используют для бытовых нужд: обертывания и прокладывания вещей при хранении, укрывания поверхности стола во время рукоделия или ремесленничества. Рекламные газеты — это незаменимый помощник во время ремонта квартиры и хозяйственных дел на даче. Прямое назначение рекламных газет быстро обесценивается ввиду их регулярного появления в почтовом ящике вновь и вновь. И отношение к рекламным изданиям такое же, как к компьютерному спаму, — скорее обреченное, чем радостное.

Во время творческих действий с газетами и скотчем создается образ, вызывающий положительный отклик у ребенка. Даже дест-

руктивные акты разрывания, комканья, стискивания бумаги нацеливаются именно на созидание Нового. Можно сказать, что из «мусора» возрождается «ценность», из Ничего создается Что-то, так же как в процессе арт-терапии из неуверенного, робкого, пугливого, затюканного постоянными придирами и нападками ребенка возрождается Личность.

Дети легко абстрагируются от рекламно-информационного назначения газет, а в нашем случае воспринимают их как бумагу, на которой можно поискать картинки. Как и при создании изображений на плоскости, дети не получают от взрослого готового образца, к которому надо стремиться в ходе изготовления творческого продукта, но перенимают способы действий, диктуемых свойствами материалов. В данном случае — свойствами газетной бумаги. Она легко мнется, рвется, режется, складывается, заматывается, скручивается. Она тонкая, но при необходимости удерживает форму. К ней надежно приклеивается скотч, на нее хорошо ложится гуашь.

Внешний вид созданного продукта может получиться самым разным — от двумерных плоских силуэтов до многоярусных пышно украшенных конструкций (рисунки 20, 21). Это зависит от возраста детей, воплощаемой идеи (или идей), количества создателей, стратегии психологического руководства. Взрослый может принимать участие в изготовлении творческого продукта, но стратегия взаимодействия с детьми и степень оказываемой детям помощи должны быть определены задачами данной арт-сессии. Соответственно его роли по степени участия можно определить как *«партнер»*, *«ассистент»*, *«наблюдатель»*.

Кроме описанных изобразительных техник и их вариаций, для эмоциональной тонизации детей 4—10 лет можно подбирать задания, подобные тем, которые предложены в книгах Р. Гибсон и Д. Тайлер «Веселое рождество» и «Веселые игры»; М. Дрезниной «Игры на листе бумаги»; А.А. Фатеевой «Рисуем без кисточки»; Н.Л. Кряжевой «Развитие эмоционального мира детей». Дети любят, когда прямо на их глазах происходит чудо — только что исчерканный, замаранный лист легким движением руки и степлера превращается в предмет: шапочку, коробочку, домик, игрушку. На закрашенный раз-

ными цветами ватман приклеиваются кусочки зеленой бумаги в виде листьев кувшинок — и взору предстает сказочное болото, и где-то на нем обязательно появится Царевна-Лягушка. Мелкие кусочки разорванной бумаги приклеиваются рядом, и теперь они напоминают лохматое существо. На смоченный мокрой губкой лист бумаги прилетают капли краски — росинки, и от каждой росинки рождается цветок. Блеклый невыразительный рисунок вставляется в веселую рамку, сразу становится «картиной». Таких приемов можно придумать множество, важно знать, какие коррекционные задачи вы хотите решить, и в соответствии с ними подбирать или изобретать задания (рисунки 22, 23, 24, 25 *а—б*, 26).

Как правило, дети выполняют задания арт-терапевта индивидуально, каждый создает свой рисунок или трехмерное изображение. Но особое удовольствие доставляет создание коллективных работ — общих картин, композиций, где объединяются изображения, созданные всеми детьми группы. В процессе коллективного выполнения задания создаются условия для развития умений договариваться, уступать, вносить собственный вклад в общее дело, проявлять инициативу, выдвигать предложения, отстаивать собственное пространство, идею. По завершении происходит процесс совместного любования общим продуктом. Положительные переживания объединяют детей.

В учебном пособии Т.С. Комаровой и А.И. Савенкова «Коллективное творчество детей» подробно раскрываются три основные формы организации совместной изобразительной деятельности.

- «Совместно-индивидуальная» форма — индивидуальные работы участников, создаваемые согласно единому сюжету или изобразительной технике, на завершающем этапе становятся частью общей композиции. Например, на общем листе пальцами и ладонями дети рисуют насекомых, изображения которых сплетаются в единую картину Микромира или созданные с помощью техники монотипии цветы собираются на стене в общий букет (рисунок 27).

- «Совместно-последовательная» форма — работа по очереди, по принципу эстафеты. Вклад одного участника находится в тесной зависимости от результата действий предыдущего и последующего участников. Например, создание изображения «по кругу». Первый ребенок начинает, второй продолжает и так далее. Таких кругов может быть несколько, до получения результата, удовлетворяющего всех участников группы (см. рисунок 28).
- «Совместно-взаимодействующая» форма — самая сложная в плане организации, когда работа выполняется всеми участниками одновременно, согласование их действий осуществляется на всех этапах. Например, рисунки на листе ватмана (рисунки 29, 30) или создание в ящике с песком острова, на котором всем жителям будет уютно и интересно жить.

Все эти формы работы используются и на групповых арт-сессиях, хотя по целям и задачам, внутреннему содержанию и результату деятельности, по роли взрослого, стилю общения, методам и приемам воздействия они отличаются от тех же форм работы, применяемых на уроках или занятиях по рисованию.

Имеет значение окончательный внешний вид коллективной работы — зримый образ. Коллективное изображение (плоскостное, трехмерное) всегда богаче по содержанию, производит более яркое впечатление, чем индивидуально выполненная работа. Дети понимают, что все вместе могут получить более значительное изображение, чем каждый в отдельности. Каждый может видеть в нем что-то свое, давать ему свое название. Однако чувство причастности создает ощущение единства с группой, право на пребывание в ней здесь и сейчас.

Конечно, необходимо учитывать готовность детей к той или иной форме совместной деятельности. Для того чтобы и процесс, и результат детской коллективной деятельности были успешными, следует начинать с более простой совместно-индивидуальной формы работы, постепенно переходя к более сложным.

## Глава 2

### Групповая арт-терапевтическая работа

В организационном плане работа с группой более сложна, нежели индивидуальное взаимодействие. Объединяя детей, следует учитывать принципы функционирования психологических групп.

#### *С чего начинать работу*

Прежде чем включить ребенка в арт-терапевтическую группу, желательно подготовить его к тому, что на занятиях предстоит рисовать. За все время работы мне встретились только два ребенка, которые рисовать отказывались наотрез. Это Андрюша (пример работы с ним приведен выше — см. с. 15—16) и Донат, его ровесник (описание этого случая приводится на с. 60—62). Оба примера вряд ли можно назвать типичными с точки зрения степени аффективных проявлений, но особенности семейной ситуации, вызвавшие протестное поведение детей — конфликты родителей, невнимание к внутренним переживаниям ребенка, погруженность в собственные проблемы, родительская растерянность в первом слу-

чае; противопоставление «уникальный ребенок — посредственное общество», раннее обучение, рационализация, полярность родительских требований во втором, — нередки в современных семейных отношениях. В обоих случаях отказ от рисования был связан с серьезными проблемами, вызвавшими симптомы, с которыми родители обратились к психологу. Нежелание рисовать являлось показателем наличия внутреннего конфликта, и, пройдя курс индивидуальной арт-терапии, мальчики смогли получать удовольствие от манипуляций с красками, рисования.

Встречаясь с родителями и ребенком до начала занятий, желательно показать им помещения для арт-занятий, подвести к детским рисункам, развешанным и разложенным по пространству комнаты, обратить внимание на их отличия от тех, которые дети делают в детском саду и школе. Среди них есть рисунки маленькие, с половину альбомного листа, и совсем огромные, размером в два листа ватмана; есть работы, выполненные с помощью клея и сыпучих материалов, а есть и такие, которые «оживают», если их трогать (по сути — непрочно приклеенные или насыпанные), и поэтому ими можно любоваться, положив на пол.

Бывает, что у ребенка одновременно появляются двойственные чувства. С одной стороны, рассказы психолога о том, что на занятиях дети рисуют нитками, листьями, газетами и другими непонятными (пока!) материалами, а также необычные рисунки других детей привлекают его. С другой стороны, он уже знает, что рисовать у него получается плохо: его не хвалили в детском саду, а в школе он получает не самые лучшие оценки на уроках рисования. И вообще, рисовать ему сложно и, хоть он и старается, все равно получается не так, как у других детей. Поэтому особого интереса к собственному рисованию у него нет. Что ж, эта ситуация, к сожалению, типична.

В этом случае важно «заразить» ребенка желанием попробовать «так же», сказав следующее: «Здесь ребят не учат рисовать. И вовсе не важно, умеешь ты рисовать или нет. Нужно только твое желание. Посмотри, какие здесь рисунки... Кто-то рисует лучше, кто-то хуже — это не имеет значения. Мы рисуем не так, как в школе (детском саду). Приходи, и ты попробуешь».

Может случиться, что в группу попадет ребенок, имеющий хорошие изобразительные навыки, посещающий или посещавший ранее художественную школу. Ситуация может стать дополнительным барьером, антистимулом творческой активности остальных участников группы. Наблюдая за рисованием этого ребенка, другие могут даже отказываться приступать к выполнению заданий. Они говорят: «я не умею рисовать», «у меня не получится», «у меня получается какая-то мазня» и т.п. Прием предвосхищающей оценки поможет детям справиться с тревогой: «У тебя обязательно получится! Давай попробуем вместе! У тебя уже получается!» К тому же при правильном подборе изотехник и заданий дети действительно не испытывают сложности в создании изображений. Ребенок получает эффектный творческий продукт, что позволяет ему поверить в свои силы.

### **Правила организации арт-занятий с дошкольниками и младшими школьниками**

Для того чтобы арт-терапевтическая работа с дошкольниками и младшими школьниками имела успех, желательно соблюдать определенные правила. Они сформулированы с учетом возрастных особенностей детей и направлены на создание определенного психологического пространства (вы можете дополнить этот список своими пунктами, которые будут отражать ваш индивидуальный профессиональный стиль).

■ **Правило 1.** *Количество вводимых правил должно быть сведено к минимуму.*

Необходимые правила должны быть сформулированы так, чтобы они воспринимались как естественная регуляция активности. Их основное назначение — ограничения, позволяющие психологически и физически обезопасить нахождение в одном пространстве нескольких детей.

Приведем примеры правил.

### *Для игр в песочнице:*

- «Не кидаться песком в другого человека — ни намеренно, ни случайно».
- «Играть песком только в пределах песочницы».
- «Не разрушать, не портить, не изменять постройки других детей без их согласия».

### *Для создания любого творческого продукта:*

- «Все мы разные, каждый делает (рисует, придумывает, фантазирует, собирает) по-своему, поэтому у каждого получается что-то свое, непохожее на других».
- «Каждый продукт творчества заслуживает уважения, так как в нем проявляется личность автора».

Последние правила присутствуют на занятиях все время. Могут меняться их формулировки, подбираться другие, сходные по смыслу, слова, однако суть не меняется. Они будут постоянно сопровождать детское творчество, отчасти имея характер прямого внушения.

### ■ **Правило 2.** *Взрослый регулирует активность детей.*

В связи с этим важно заранее определить:

- в какую оболочку поместить изобразительную технику, дабы создать первоначальный интерес к ней у детей (сюжет, тему);
- сколько времени предположительно будет затрачено на то или иное задание;
- что будет служить связкой между заданиями;
- как уменьшить статичность позы рисующих, когда и каким образом дети смогут двигаться, перемещаться;
- какими приемами можно сохранить работоспособность детей с дефицитом внимания и расторможенностью;
- чем занять ребенка, который раньше других выполнит задание;
- какие материалы могут понадобиться в процессе воплощения замысла по определенной теме.

С одним заданием дети могут справиться намного быстрее, чем вы предполагали, другое может серьезно «зацепить» их. Если дети чем-то увлеклись, но вам по объективным обстоятельствам необходимо заканчивать занятия вовремя (например, в соответствии с циклограммой работы кабинета), можно отказаться от части запланированных заданий. Для этого надо точно знать, чем уместно пожертвовать, а что должно быть сделано обязательно.

Занятие надо продумать таким образом, чтобы между его частями не было пауз. Пауза — это серьезная организационная помеха, из-за которой дети «разбредаются» по комнате, в буквальном и переносном смысле. Их внимание цепляется за предметы в окружающем пространстве, за слово, сказанное кем-то для потехи.

Дошкольникам со слабой регуляцией поведения изосредства лучше выставлять на стол после того, как дана инструкция, показан способ действий. Иначе, вместо того чтобы внимать взрослому, дети будут хватать и делить кисточки (хотя их много, всегда находится какая-то особо любимая), отнимать друг у друга баночки с гуашью, кричать. Чтобы остановить эту возню и вернуть детей в русло занятия, надо приложить усилия. Поэтому — без пауз! У психолога все материалы должны быть заранее подготовлены, находиться в определенном удобном для него месте, быть в достаточном количестве. Все действия взрослого должны быть оправданы, инструкции — лаконичны и понятны.

Дети часто спрашивают: «А что мы сегодня будем делать?», «А что мы будем делать после этого?», «А что будет потом?». Тревожным детям важно знать подробности, которые касаются содержания занятия, времени, состава и качества материалов, сравнения изобразительных средств по размеру и т.д.

Например, вопрос «А сколько будет длиться занятие?» вовсе не означает, что ребенку скучно, он лишь определяет запланированное время, снижает неопределенность. Зачастую реакцией на ответ психолога о продолжительности бывают фразы: «У-у, как мало!», «А я хочу еще два часа!» — или что-то в этом роде. Разрабатывая занятие, психолог должен учесть, что может возникнуть необходимость рассказать о запланированных действиях и при этом сохранить детский интерес и сюрпризы.

■ **Правило 3.** *Как можно меньше разговоров, занятия строятся на **действии**. Маленький ребенок должен действовать, а взрослый создавать для этого условия.*

Есть дети, у которых необходимость произносить фразы, облачать в слова чувства и мысли вызывает тревогу, вводит в замешательство или ступор, заставляет низко оценивать себя и свой потенциал. Изобразительные техники дают ребенку возможность говорить без слов: очень точно описывать свое состояние, отношение, мнение, желание, вспоминать случаи из жизни, сочинять рассказы. Ребенок таким образом напитывается своей способностью высказываться: «Я могу говорить о непростых вещах, и меня понимают окружающие. Мне не надо торопиться с высказыванием. Мой рисунок — это постепенный рассказ или даже разговор». Со временем у ребенка расширяются представления о своих способностях, увеличивается арсенал используемых для воплощения идей средств. В том числе появляется готовность говорить вслух, сначала в виде спонтанных комментариев, а потом, параллельно с возрастающей уверенностью в уместности и содержательности словесных высказываний, в виде непосредственного речевого общения и самовыражения.

■ **Правило 4.** *Содержание занятия, выбранная техника должны **определять действия** ребенка.*

Это правило отражает недирективность стиля руководства детской активностью. Психолог не навязывает ребенку способы деятельности и поведения вопреки его желанию, однако изобразительные техники как часть психологического пространства арт-сессии подбираются таким образом, чтобы создавать необходимые условия для решения общих и индивидуальных коррекционных задач.

Так, при рисовании на стекле у детей часто происходит спонтанный переход к рисованию пальцами и ладонями, что является знаком максимального раскрепощения, ухода от давления социальных норм, снижения контроля. В таком состоянии ребенок способен прорисовать собственные переживания, являющиеся источником напряжения.

Зажатым детям подойдет рисование «по мокрому»: даже от легкого прикосновения на листе появится пушистая снежинка; неуверенный в своих изобразительных способностях ребенок согласится черкать линии, изображая лучи солнца.

Развивать самоконтроль расторможенных детей можно с помощью рисования в ограниченном пространстве или же по бумаге, к поверхности которой приклеен обычный речной песок. Ребенку в этих случаях приходится преодолевать неудобства, вызываемые в первом случае маленькой амплитудой, а во втором — сопротивлением поверхности листа, которая диктует определенный точечный способ нанесения краски, опять же предполагающий усиление контроля над своими движениями.

■ **Правило 5.** *В ходе арт-сессии дошкольникам и младшим школьникам очень важно в полной мере напитаться процессом рисования.*

Более важно не то, что ребенок создает в результате творчества, а то, что он приобретает в процессе творчества — новый субъективный опыт, опыт выражения индивидуальности, открытости, спонтанности, искренности. Возраст ребенка определяет его возможности осознавать собственные проблемы, обсуждать их со взрослым. Чем младше клиент арт-терапевта, тем в меньшей степени работа предполагает понимание и рефлекссию, чем он старше, тем больше специалист может опираться на осознание и обсуждение психологического материала. Детям-дошкольникам, в силу возрастных особенностей, трудно отрефлексировать эмоциональное содержание только что появившегося изображения, но полученный в ходе его создания опыт, пусть даже и не осознаваемый, складывается в копилку впечатлений, из которых развивается отношение к себе и окружающему миру, на основе которых рождаются реакции на различные ситуации.

Надо давать ребенку возможность создавать изображение определенным способом (техникой) до тех пор, пока он не удовлетворит свой интерес и желание (например, пока не скажет «Я всё!»). Это может длиться достаточно долго и, конечно, не одинаково у детей одной группы. Надо продумать, чем займутся те дети, которые закончат рисовать раньше.

■ **Правило 6.** *Каждый ребенок в равной степени должен получать свое конкретное количество внимания, специфическое коррекционное воздействие.*

Как известно, детская группа является «ресурсным местом» для ее участников, то есть дает внутреннюю опору личности, служит источником уверенности и душевной силы. Однако таковой она становится, когда каждый ребенок удовлетворяет свои ожидания, связанные с группой в целом, отдельными ее членами и взрослым.

В одной группе собираются дети с разными проблемами. Если арт-терапевтическая работа проводится в городском психологическом центре, где группа организуется на основании личных обращений клиентов-родителей, то вместе могут оказаться дети и с яркими страхами, и с агрессивным поведением, и со школьной тревогой, и с проблемами общения, и с детско-родительскими конфликтами. При таком разнообразии индивидуальных проблем детей выравнивает между собой подбор по одинаковому психологическому возрасту и приблизительно равному уровню интеллектуального развития. Группа может быть и однополой, и разнополой. В дошкольном возрасте этот параметр имеет значительно меньшее значение, чем в более старшем. В школе легче подбирать детей со схожими проблемами и симптомами и организовывать «работу по теме».

В группе есть общие правила и нормы, но при этом для каждого ребенка намечается своя стратегия взаимодействия, определяются задачи индивидуальной коррекции: у одного ребенка следует провоцировать и поддерживать любую инициативу, другому — показывать наличие интересов других детей, третьему помочь проявить свои лучшие черты, дабы вызвать интерес у сверстников, деятельность четвертого организовать так, чтобы он перестал быть помехой для окружающих детей, стал более автономным и т.д.

Группы желательно собирать небольшие по составу, 4—5 человек, чтобы можно было удерживать в поле зрения всех, отследить динамику развития, своевременно адаптировать пространство (содержание сессии, стиль и задачи взаимодействия, изотехники) под коррекционные потребности каждого конкретного ребенка.

Несмотря на стремление выработать технологию арт-терапии с дошкольниками, психолог в любую минуту должен быть готов почувствовать, увидеть, понять ребенка и отодвинуть все правила, чтобы следовать за его уникальностью.

■ **Правило 7.** *Условия должны «провоцировать» успешность ребенка. Проживание чувства собственного успеха является одним из ведущих механизмов коррекции.*

Это правило, кроме подбора изобразительных техник и создания креативного пространства в арт-помещении, включает в себя построение определенного стиля коммуникации «Психолог—Ребенок» и «Психолог—Дети».

Случается, что, стараясь оказать ребенку психологическую поддержку, психолог бодрым голосом говорит: «Ну чего ты испугался, не бойся, ничего страшного не произошло!» От одной такой фразы невольно начинают от страха бегать мурашки.

Психолог должен уметь абстрагироваться от жалоб родителей или педагогов и смотреть на ребенка «чистым» взглядом, позволяющим видеть вполне нормальные черты в проблемном ребенке. Тем не менее существуют конкретные способы общения с детьми, которые позволяют уведомить ребенка, что он понят, принимаем, его реакции естественны и имеют право на существование. С помощью данных способов происходит презентация ребенка таким, какой он есть, без учета его прошлого опыта истеричности, капризов, восприятия собственной порочности и т.д.

*Способы речевого взаимодействия психолога с проблемными детьми*, направленные на формирование доверия к группе, расширение позитивных представлений ребенка о себе и повышение самооценки:

- объяснение, комментирование деструктивных, неадекватных поступков или оценок ребенка другим детям;
- внешнее описание действий ребенка в позитивном ключе;
- называние известных качеств новым, позитивным, социально принимаемым словом.

## Примеры из практики

Ситуация	Негативная реакция ребенка	Версия психолога	Способ позитивного высказывания
Четыре ребенка выполняют марианна на общем листе ватмана – рисуют «Разговор ветра и дождя».	Максим (4 года 5 мес.): «Я плохой, очень плохой! Я рисую каляку-маляку!»	«Максим увлечен рисованием. Его ветер сильными порывами закручивается в круги, поднимает капельки дождя, растягивает их в длинные струйки».	Внешнее описание действий ребенка в позитивном ключе.
Дети комкают пищевую фольгу, создают «драгоценные камушки».	Максим (4 года 5 мес.): «У меня получился безобразный большой камень!»	«У Максима получился действительно большой камень! Он может стать центром композиции. Посмотрите, как много у него мелких граней, как они блестят на свету».	
Три ребенка в одном ящике с песком строят «Необитаемый остров».	Донат (4 года 10 мес.) крайне возмущен тем, что другой ребенок пренебрег идеей строительства, которую предложил Донат, а потом еще зачерпнул песок из его части песочницы. Горько заплакал, демонстративно отсел в сторону, отвернулся.	«Донат сильно расстроился, так как хотел построить на острове башню, для которой нужно много песка. Я уверена, что в этой песочнице найдется место для всех детей и для всех идей».	Объяснение, комментирование деструктивных, неадекватных поступков или оценок ребенка другим детям.
Дети нарисовали свои страхи и приступили к их уничтожению. Три человека собрались около психолога, вокруг емкости для сжигания бумаги.	Денис (6 лет). В стороне от остальных детей экспрессивно рвет свои рисунки, кидает на пол, топчет ногами обрывки и громко ругается.	«Денис нашел свой способ избавления от страха. Давайте не будем ему мешать. Можно не смотреть в его сторону, чтобы не смущать. Этот способ только его, не надо за ним повторять, ищите свои пути».	

Это вовсе не значит, что психолог поощряет деструктивные действия и негативные оценки ребенка. Взрослый дает новое название действию или характеру, за которым последует изменение содержания. Не «упрямый», а «настойчивый», не «психованный», а «эмоциональный», не «трусливый», а «осторожный». *Арт-процесс — это творческий процесс создания новых положительных качеств и перестройки отношения к имеющимся.*

### **Утверждение (обозначение) ценности детской работы**

Отношение разных детей к продуктам своего творчества различно. Часто в связи со своими личностными особенностями на первых занятиях дети считают, что им не удалось сделать или нарисовать красиво, что их работа неинтересна, в ней нет ничего привлекательного, она ни на что не похожа, что у них «не получилось», то есть что она не имеет ценности. Дети таким образом проявляют отношение к себе, тревогу по поводу своих способностей в сравнении с другими детьми, опыт предшествующих негативных оценок окружающих. Задача взрослого — провозгласить ценность работы, продемонстрировать ее, подтвердить своими словами, поступками:

- У каждого из вас получается по-своему, не похоже на других. Это здорово!
- Это очень интересно (красиво, необычно, уникально, своеобразно, удивительно).
- Ребята, посмотрите, как получилось у Никиты, он придумал свой способ рисования. Мы так раньше не делали.

Ребенок видит, что у других получается иначе. В эти минуты он лучше видит свои работы и лучше понимает другие. Провозглашается ценность и уникальность самого ребенка, принимается его личность в ее своеобразии.

## Поиск и обозначение образа в детской работе

Взрослый помогает ребенку увидеть законченный образ в его творческом продукте. Даже если ребенок действовал, не преследуя цели создать определенный (или любой) образ в своей работе, взрослый должен ему этот образ помочь увидеть, предложить, обозначить. Тем самым повышается ценность детских действий в глазах самого ребенка и его сверстников, у манипуляций с изоматериалами появляется полноценный результат, рождается законченность арт-процесса.

Готовый творческий продукт можно рассматривать, держа в руках, расположив на мольберте, оставив на столе, повесив на стену. Ребенку бывает легче расширить свое вербальное осознание, приняв эмоциональное содержание результата творчества. Не обязательно придумывать ассоциацию-образ на весь рисунок, если сложно что-то подобрать, можно выделить лишь какую-то «выдающуюся», важную часть. Например, интересное смешение красок, разводы, особый элемент, закрашенность всего листа или, наоборот, совсем маленький завиток, который говорит о лаконичности автора. Если образ в рисунке не виден объективно, его необходимо придумать. Диалог психолога и детей может быть примерно таким:

- Рома, на что же это похоже? (Если ребенок испытывает затруднения, продолжите.) Ребята, а у вас какие есть идеи, что напоминает Ромин рисунок? По-моему, это похоже на (утро в лесу, дракона, бабочку, танцующих людей и т.д.).
- Ребята, посмотрите, как тщательно Артур закрасил весь лист зеленой гуашью, не пропустил ни одного места. Это очень старательная работа.
- Маша, обрати внимание, какие необычные потеки образовались в том месте, в котором ты сильнее прогладила лист. А что ты видишь? Мне это напоминает капли дождя.

Конечно, взрослый предлагает свои версии в том случае, если их нет у самого автора. Если же ребенок самостоятельно придумывает

название своей работе, психолог эмоционально соглашается, поощряя на дальнейшие творческие действия: «Это действительно так! Я тоже вижу здесь двух жирафов!»

Внимания психолога заслуживает каждая работа ребенка! Существует важное правило: необходимо очень бережно обращаться с продуктами детского творчества, ни в коем случае не выбрасывать, не мять, не смывать, не заталкивать в шкаф *на глазах у автора*. Безусловно, мы сохраняем детские работы для отслеживания динамики коррекционного процесса, однако случаи бывают разные. Детских работ может быть очень (очень!) много, что-то может быть нарисовано между делом или для пробы и пр. Когда вы будете точно знать, что ребенок ушел, что он не наткнется случайно на мусорное ведро с останками его «шедевра», можете приступать к уборке. Что бы ни изобразил малыш, его творению надо уделять внимание, высказывать уважение.

### **Что делать с продуктами детского творчества после того, как они созданы?**

Есть несколько путей, по которым может пойти жизнь детской работы после того, как она создана.

**Первый вариант** — ребенку предлагается найти в помещении место для только что выполненного рисунка. Какое бы место ребенок ни выбрал, психолог должен постараться расположить, укрепить, разместить детскую работу именно там. Иногда это место находится под самым потолком, и приходится сооружать пирамиду из столов и стульев, дабы дотянуться до нужной точки. В самых редких случаях ребенок выходит за пределы арт-помещения, укрепляет рисунок на стенах или дверях коридора, холла. Это может быть при явной демонстративности или компенсаторном желании расширить сферу своей творческой активности (особенно если до арт-курса у ребенка образ Я создавался под влиянием критики взрослых, успехов в учебе, ощущения собственной неловкости, отсутствия каких-либо способностей. Желание расширить сферу творческой ак-

тивности в этом случае является положительным знаком происходящих в ребенке изменений, появления новообразований). С позиции признания работа ребенка должна оставаться на выбранном месте до окончания курса занятий либо снята в любой момент самим ребенком или, по его просьбе, психологом.

**Второй вариант** — можно попросить ребенка оставить свою работу для выставки, которая находится вне арт-помещения, например, в коридоре рядом, где родители и дети находятся до и после занятий. Этот способ используется для повышения ценности детской работы в глазах ее автора и других детей. Что такое «выставка», детям понятно — это место, где для всеобщего обозрения собраны какие-нибудь предметы, в нашем случае детские работы. Для выставки отбирают самые удачные творения, и это детям тоже известно. Знание, что его работа обладает некой исключительностью, является для ребенка одним из строительных кирпичиков положительного самовосприятия. Однако описанный прием надо использовать аккуратно. Есть опасность неоправданно выделить какого-то ребенка из числа других, создать особое отношение к нему, противопоставить группе, пусть даже и на одном занятии. Каждый ребенок достоин получить необходимое конкретно ему внимание психолога, но без ущерба другим детям!

**Третий вариант.** Дети часто хотят забрать рисунки домой. Как правило, такое желание появляется у одних и тех же детей, из занятия в занятие. Ребенок рожняется со своей работой, она действительно является частью его самого, как выражение внутреннего состояния, доказательство собственного бытия в мире, подтверждения его успешности. Это очень ценные переживания. Конечно, ребенок может унести свою работу. Вместе с рисунком он забирает с собой свои чувства, ощущения и новую информацию о себе. Тем самым облегчается перенос личностных и поведенческих новообразований, которые мы формируем у ребенка на занятиях, в реальную жизнь.

Иногда бывает, что ребенок не может забрать работу сразу, например, она долго сохнет, или по какой-то внешней причине. Дети

высказывают намерение унести ее через неделю (такова периодичность занятий), но факт заключается в том, что если рисунок не забран домой сразу, то скорее всего он так и останется в арт-комнате. Появляется рисунок более ценный для ребенка «здесь и сейчас», родившийся на текущей арт-сессии. И хотя про предыдущую работу ребенок помнит, она редко уносится домой.

**Четвертый вариант** развития событий. В течение одной арт-сессии разворачивается и завершается полный цикл создания творческого продукта:

- появление желания действовать в определенной изобразительной технике;
- действия, направленные на получение удовольствия от творческого процесса, а также на создание изображения;
- встреча с готовым творческим продуктом, поиск ассоциаций, его название;
- любование творческим продуктом.

Каждый этап цикла имеет эмоциональный отклик, ребенок в полной мере насыщается арт-процедурой, что позволяет ему не быть в зависимости от созданного продукта. Когда работа не вызывает эмоционального напряжения, ребенок может свободно оставить ее на столе, полу, то есть там, где закончилась арт-терапевтическая сессия. Все рисунки собираются, при необходимости просушиваются, обязательно подписываются (имя автора, дата создания, название, техника) и помещаются в определенное место для хранения.

Все рисунки, так или иначе оставшиеся у психолога, сохраняются до окончания курса занятий, а если планируется дальнейшая работа с ребенком или семьей, то и дольше. В рисунках заключена важная диагностическая информация, позволяющая оценить динамику изменений и результаты коррекции.

## **Палитра «Цветного мира»: несколько случаев из практики арт-терапии симптомов дезадаптации**

Как чувствует себя ребенок, которого называют проблемным? Вряд ли вы поверите фразе наподобие этой: «Ну, у него все в порядке, у ребенка всегда хорошее настроение, он оптимистичен, доброжелателен, открыт, уверен в себе, у него много приятелей, он не конфликтен, уравновешен, с родителями и педагогами покладист и послушен. Вот только что-то нервничает без повода, кричит и плачет, когда сталкивается с трудностями. А так все в порядке!» Такого не бывает, и поверить этой фразе невозможно уже просто потому, что в ней есть противоречие — человек не может одновременно действительно быть уверен в своих силах и при этом бурно паниковать в ситуации проверки его способностей.

Существуют специальные способы, предназначенные для арт-терапии конкретных симптомов дезадаптации: страхов, неуверенности, зажатости и пр. Однако уделение профессионального внимания психолога только выделяющимся симптомам неприспособленности значительно обедняет процесс коррекции, придает ему уплощенный характер. Усилия арт-терапевта должны быть направлены в первую очередь на организацию условий для гармонизации эмоционально-аффективной сферы в целом, включение механизмов самоисцеления, формирование способов реагирования с позиции внутренней уверенности в признании, принятии и понимании окружающими. Более точно говорить о сочетании общетерапевтических и специальных способов и приемов при организации арт-терапии симптомов дезадаптации.

В ходе арт-терапии аффективно-личностных проблем дошкольников на первых порах предлагаются задания, в которых изобразительные средства используются как неоформленные материалы — спонтанные штриховки, марания, монотипии, игры с грязью (водой, песком, краской), неструктурированные изображения из бросового материала. Предлагая способы невербального самовыражения, арт-терапия постепенно позволяет раскрыть вербальный канал экспрессии. От простых мараний, мазаний краской, которые дети не

могут обозначить словом, происходит переход к ассоциативным названиям своих рисунков, изображений. Называние зримого результата происходит после его создания, так же как и в доизобразительный период развития рисования. Ребенок приобретает важный опыт — опыт свободной активности, искреннего выражения чувств. Даже не осознавая собственные проблемы, ребенок приобретает силы, чтобы справиться с ними. Вспомните случаи из практики, приведенные в Главе 1 (Андрей, 4 года 5 мес.; Илья, 4 года 6 мес.). Когда дети в полной мере напитываются эмоциями повторного проживания ранней стадии онтогенеза в виде воссозданного «периода марания и каракулей», детская тревога уменьшается, аффективные реакции уравниваются и дифференцируются, дети чувствуют безопасность и поддержку и потому способны конструктивно решать задачи взаимодействия с другими детьми без ссор и обид.

Школьники чаще приступают к сюжетным изображениям, легче включаются в диалог по их содержанию. Тем важнее направленно создавать арт-терапевтическое пространство, в котором весьма значимым компонентом становится стиль отношений взрослого и ребенка.

Далее в качестве примеров приводятся несколько случаев из практики групповой и индивидуальной работы. Они описывают арт-терапию таких распространенных симптомов неприспособленности, как агрессивность, страхи, расторможенность, последствия гиперсоциализации.

### *Случай первый*

#### *Игорь, 10 лет*

Мама обратилась с жалобами на агрессивность сына в ее адрес. Мальчик огрызался в ответ на указания и просьбы, демонстрировал физическую угрозу, например, замахивался кулаком (но не прикасался к матери), проходя мимо, резко проводил пальцем по ее шее, сопровождал жесты злобной мимикой и фразами «чтоб ты умерла», «убью».

Из бесед и психодиагностики стало известно, что в семье, в которой есть еще старшая дочь, долгое время не было отца, и в настоящее время женщина пытается наладить личную жизнь и начать совместное проживание с мужчиной. С отцом мальчика отношения очень напря-

женные по причине его жесткости, неуравновешенности, злоупотребления алкоголем. Для мальчика отец является значимым человеком, однако стремление к нему тщательно вытесняется, рационализируется. Мать весьма обеспокоена воспитанием сына, и это сказывается на сложившемся стиле их отношений. Содержание контактов касается учебы, поведения, разбора ситуаций по принципу «хорошо—плохо», «правильно—неправильно». Мальчик успешен в школе, но хорошая учеба скорее заслуга матери, контролирующей каждый шаг сына. В прошлом учебном году мальчик посещал спортивную секцию, но сейчас дополнительных занятий у него нет, так как это мешает готовить домашние задания. Гиперопека, содержательная ограниченность общения, требовательность, а также высокая тревожность матери, уменьшение личного внимания вызвали у мальчика резкие защитные реакции в виде агрессии, снижение успеваемости по русскому языку.

Работа с детско-родительской парой велась по двум направлениям. Во-первых, матери был предложен релаксационный курс, который значительно ослабил психологическое напряжение и позволил эмоционально дистанцироваться от нагнетания семейных проблем. Мальчик посетил шесть индивидуальных арт-сессий, содержанием которых явилась гармонизация аффективно-личностной сферы, устранение напряжения, накопление позитивной информации о положительных качествах, индивидуальности, интересах и возможностях.

До встречи с Игорем я представляла себе такого «монстра», который желает смерти своей матери, грубит, и угрожает физической расправой. Меня волновало, смогу ли я увлечь его арт-деятельностью, придет ли он на последующую сессию. Однако точно в назначенное время появился обычный мальчик с растерянным взглядом. Он сразу пошел на контакт, но это была скорее дань уважения взрослому. Игорь был какой-то угловатый, говорил отрывистыми краткими фразами. Во время разговора взгляд блуждал по стенам и потолку. Мимика была очень бедная. Ни в вербальных, ни в невербальных проявлениях эмоциональный отклик не прочитывался. Единственным определением всего, что касалось его самого, в том числе состояния или отношений, было «нормально».

Коррекционная работа началась с построения песочного мира, и в дальнейшем это задание повторялось еще дважды, через занятие. Первый песочный мир был плотно заселен военными, полицейскими и супергероями. Отношения между фигурками были поверхностными, несодержательными. Главную роль играл вооруженный офицер, который контролировал все происходящее, но близкого контакта с ним ни у кого из фигурок также не было. Весь мир четко делился на две части. Слева располагался город (зона прошлого), который не нравился создателю, а справа (будущее) — местность, в которой хотелось находиться. Разделя-

лись части возвышающимся хребтом, с которого офицер обозревал песочный мир. И в этот раз, и во время строительства на дальнейших арт-сессиях в правом верхнем углу располагался небольшой островок, в который стремились главные герои миров — там им было спокойно, уютно, туда в гости приходили друзья, пили чай, общались. Еще с правой стороны каждого из построенных миров, из нижней части в верхнюю протекала река (источник ресурсов). Из раза в раз первоначально построенный мир перестраивался Игорем: река становилась шире и полноводнее, тщательно детализировался «островок благополучия» и его окрестности. С каждым разом уменьшалось количество жителей, в итоге остались очень близкие люди (семья) и их друзья. Если кратко — внимание мальчика уделялось конструированию будущего, в котором будут иметь место душевное спокойствие и гармония отношений. Игорь сам программировал себя на то, что у него все будет хорошо.

Построение песочных миров чередовалось с изобразительными арт-техниками. На втором занятии была поднята тема агрессии. Игорю было предложено нарисовать маски нападающего и защищающегося персонажей, побыть в роли каждой, взаимодействуя с психологом. В каждой роли мальчик применял тактику активного героя и выходил победителем. Следующим заданием было строительство и разрушение башни в песочнице. Сначала, при закидывании башни песочными «снарядами», действия Игоря были неуверенны, вялы, но потом он осмелел, и песок начал с силой вылетать из его ладоней так, что песчинки фонтаном разлетались за пределы ящика. Вновь сделанные постройки были также разгромлены.

Далее мальчику предстояло нарисовать «Злость» (гуашь, марания). Игорь очень быстро справился с заданием, в качестве комментариев смог только пожать плечами и сказать, что нарисовано «нормально». Интерес к рисунку мальчик не проявил, от предложения найти ему место в пространстве комнаты отказался. Последним заданием данной арт-сессии стало создание рисунка в круге. Мальчик немного оживился и уточнил: «Надо нарисовать планету?» На выставке, которая располагалась в коридоре возле арт-комнаты, висел рисунок другого ребенка, как раз круглая планета с материками и океанами. Оказалось, Игорь не остался равнодушен к этому изображению, из чего был сделан вывод о том, что какой-то отклик на происходящее «здесь и сейчас» в душе мальчика происходит, хотя пока и не очень заметный. Игорь нарисовал свой вариант планеты и даже обрезал лишние углы листа. Этому рисунку было выбрано место на стене, на уровне груди автора.

Четвертое занятие полностью было посвящено индивидуальности Игоря — положительным качествам, интересам, планам на будущее. Мы вместе рисовали лучи солнца (штриховкой), давали лучам имена

положительных качеств и способностей мальчика. Игорь сделал два рисунка — «Я сейчас» и «Я через 10 лет». Затем Игорь был водружен на возвышение, которым послужил закрытый крышкой ящик с песком, и в его честь была произнесена пламенная речь, адресованная якобы присутствующим журналистам, пришедшим на пресс-конференцию для знакомства с Игорем. Эмоциональная речь психолога перемежалась аплодисментами и экспрессивными жестами. Игорь широко улыбался, его глаза блестели, он смотрел прямо перед собой. Игра не смутила его, а следующее задание — нарисовать свой «Успех» — было принято им с большим желанием. Игорь рисовал долго. Это было самое длительное рисование за все время наших встреч. Рисунок представлял собой фейерверк ярких разноцветных точек, которые Игорь набрызгал на лист формата А3. «Успех» занял место возле «Планеты».

Шестое, последнее, занятие имело целью повышение эмоционального тонуса мальчика. Были подобраны техники, которые позволяли Игорю чувствовать свой успех, креативность, незаурядность (монотипии, рисование нитками). Эти рисунки получили названия и по просьбе автора были распределены по всему пространству арт-комнаты.

К последней встрече Игорь изменился внешне — голос стал звучать громче, фразы стали более развернутыми и содержательными, угловатость движений смягчилась, улыбка перестала быть редкостью. Отчетливый вид приобрели увлечение конструированием, интерес к ТВ-каналу «Дискавери». Игорь спланировал записаться в кружок моделирования. Диагностический срез подтвердил значительное снижение напряжения, возрастание оптимистичности, уверенности, эмоциональной стабильности.

Параллельно была определена стратегия взаимодействия матери и сына, направленная на изменение содержания общения, накопление вариантов совместного проведения выходных, организацию дополнительных внеучебных занятий мальчика, создание ощущения успешной матери и обновленного образа сына, основанного на позитивных качествах, проявившихся в ходе арт-сессий.

Итоговая встреча с матерью, совместный анализ результатов проделанной работы показали улучшение детско-родительских взаимоотношений, появление понимания потребностей мальчика, в свою очередь, с его стороны — расположенности и открытости по отношению к матери. У матери выросла родительская уверенность. Угрозы и агрессивные выпады прекратились. Члены семьи стали больше времени уделять внеучебным занятиям, прогулкам, активным играм. Психологическая атмосфера семьи наладилась.



Этот случай — один из примеров работы по устранению агрессивных симптомов. Он иллюстрирует необходимость разобраться в том, что скрывается за жалобами родителей или учителей на агрессивные действия ребенка. От взрослого ребенок ждет, что тот увидит, какой он на самом деле. Робость и неуверенность, неловкость и зависимость — вот какие качества могут стоять за агрессивностью. При организации работы по запросу «Помогите, мой ребенок агрессивный» важно изначально определить истинный источник агрессии, затем — увидеть черты реального ребенка, скрывающегося за демонстрацией силы, превосходства или злобы. Важно понять причину, чтобы оптимальным образом наметить специфическое направление коррекции.

Как известно, существует социальный запрет на любые агрессивные действия. В нашем современном обществе приветствуются сдержанность, самоконтроль, терпение к ближнему. Нельзя кидаться, замахиваться-отмахиваться, «давать сдачу», драться, рвать, мять, колотить. Тем не менее реакция на стресс, мобилизующая организм, живет в теле человека, у одних людей более явно, у других менее. Как бы ни был социализирован ребенок, влечение совершать заложенные природой движения не исчезает, а просто хорошенько прячется. Если к списку того, что «делать нельзя», добавить «мусорить» и «пачкать», то хочется воскликнуть: «А дышать можно?»

В онтогенезе ребенок проходит стадию развития, когда им движет огромное желание разрушать. Он с восторгом разбирает и разбрасывает кольца пирамидки, ломает башенки из кубиков, стучит игрушкой по столу, разрывает страницы газет, вновь и вновь вытаскивает из шкафа крышки от кастрюль. Но эти действия — всего лишь игра, именно так они и воспринимаются взрослыми.

В литературе по арт-терапии можно найти достаточно интересного материала по методам и приемам коррекции детской агрессивности. Они разнообразны, но, как правило, предполагают рефлекссию совершенных «здесь и сейчас» действий, а также полученного результата, и соответственно больше подходят для работы с детьми старшего школьного возраста.

Самоизучение в значительно меньшей степени доступно детям не только 4—6, но и 7—9 лет, особенно имеющим проблемы эмоционального и интеллектуального плана. В работе с ними на передний

план должны выходить недирижабельные приемы, работающие без подключения функций контроля, осознания. Имеются в виду *способы разрядки напряженного состояния*, перед лицом которого ребенок становится беспомощен. К общей арт-работе над гармонизацией аффективно-личностной сферы маленького агрессивного ребенка уместно будет добавить приемы, подобные этим:

- рвать бумагу на мелкие-мелкие (насколько хватит желания) части, которыми затем можно кидаться друг в друга, отбиваться от «неприятеля»;
- устроить фейерверк, набирая мелкие бумажки или сухие листья горстями и подбрасывая их над собой. Для этих развлечений (а эти задания, несмотря на их кажущуюся деструктивность, именно развлекают детей) отлично подходят конфетти, но они мельче, их труднее выметать, имейте это в виду в ситуации лимита времени между занятиями;
- рваные кусочки бумаги можно использовать для создания коллажей. Их темы могут быть совершенно разными: абстрактные (человеческие чувства, нравственные понятия) и реалистичные (связанные с погодными явлениями, живым и неживым миром);
- смять в небольшой комочек бумагу и рисовать ею приемом «набивка». Движения рисующих «набивкой» резкие, ритмичные, активные;
- строить и рушить песочные крепости, лепить комки-«снаряды» из влажного песка и закидывать ими неприятеля;
- делать трехмерные изображения из бумаги, фольги посредством сминания, обрывания и пр. исходного материала;
- развернуть войну на листе бумаги со стрельбой, взрывами, ранами и всеми остальными атрибутами;
- устроить сафари: сделать из веревки лассо и ловить им игрушечных животных саванн (слонов, жирафов, зебр);
- уместны и другие игры-драматизации, в которых есть роли с агрессивными характерами (полицейские, супергерои);
- бороться с манекеном человека, который можно кидать на пол, швырять в стороны, подминать под себя, катать и таскать по полу, сгибать ему конечности.

Во всех этих случаях в социально приемлемой форме присутствуют выражение силы, превосходства, принижения соперника, активная защита, успешное преодоление давления. Имеет значение какой продукт получает ребенок «на выходе». Если его деструктивные действия привели к созданию необычного коллажа, рисунка постройки, рельефа, сюжета и это подчеркивается, провозглашается либо им самим, либо психологом, ребенок запоминает именно *зримый результат*. Имеющие место разрушения приобретают иное, творческое звучание. Позволяя ребенку быть самим собой, взрослый тем не менее дает понять ему и окружающим, что он человек, заслуживающий уважения, признания.

### *Случай второй*

*Андрей, 5 лет 10 мес.*

Мальчик пришел на седьмое по счету групповое занятие. В этот день была штормовая погода, и больше никого, кроме него, родители не привели. Пока ждали остальных детей, мальчик возился с Черным Человеком — есть такая крупная игрушка в нашем психологическом Центре. Это манекен человека размером с ребенка трех лет, сшитый из плотной материи, набитый тканью и поролоном. Манекен мягкий, конечности свободно свисают от мест крепления к торсу. Манекен состоит из туловища, головы, рук с кистями и ног со ступнями. Какое-либо оформление или детализация отсутствуют. Дети с большим удовольствием его мнут, заваливают на пол, имитируют борьбу, кидают, таскают за конечности и т.д. С ним можно делать многое из того, чего нельзя делать со сверстниками.

Андрей мял, кидал, растягивал Черного Человека минут 15—20. После этого он оставил его и сел за стол, на котором находились материалы для рисования. Мальчик выбрал лист формата А4 и приступил к делу. Он рисовал без комментариев. На листе появились кресты, скелеты, овалы (холмики), прямоугольники (гробы). На просьбу психолога рассказать, что у него изображено, Андрей сообщил: «Это кладбище. Здесь могилы, здесь скелеты лежат». На предложение порисовать еще мальчик был категоричен: «Нет, я все!» После этого он снова взялся за Черного Человека, хорошенько помял, повалял и покидал его и засобирался домой. Пока Андрей одевался, состоялась беседа с бабушкой, из которой выяснилось, что в семье недавно похоронили близкого родственника, причем родителям пришлось уехать на несколько дней, а Андрея оставить на это время с бабушкой.



Почему все произошло так, как произошло? Мне видится, что повлиял сам настрой мальчика на избавление от напряжения с помощью прорисовки впечатлений. Дело не в узконаправленных приемах избавления от страхов, а в естественных способах гармонизации эмоционального состояния, которые мальчик принял для себя и смог использовать на свое благо.

Описанный механизм действует и в обычной жизни, вне стен психологических кабинетов, когда дети рисуют динозавров, вампиров, монстров, кладбища, могилы, угрозы и пр. Он подобен выплескиванию кипящей воды и пены из котелка, висящего над костром. От огня температура содержимого становится настолько высокой, что выталкивает все, что уже не умещается, становится лишним, избавляясь заодно и от попавших мошек и пепла. Потом еда продолжает спокойно вариться дальше, до следующего сброса температуры. Так же и с детьми. Находясь под непрерывным воздействием окружающей угрозы (боевиков, фильмов ужасов, комиксов и мультфильмов с безобразными диспропорциональными персонажами, игрушек-мутантов, рекламы, изображений на одежде), они находят свои естественные неосознаваемые способы избавления от напряжения, тревожащих и пугающих впечатлений в том числе с помощью рисования. Единственно, бдительные взрослые не знают, как относиться к этим рисункам, и чаще всего, движимые растерянностью и лучшими побуждениями, просят детей рисовать что-нибудь другое, выбирать не черные, а яркие цвета.

Избавление маленьких детей от конкретных страхов (пожаров, собак, врачей, мертвецов, сказочных и мистических персонажей, войны, оружия и др.) проходит с использованием ставших традиционными приемов, предложенных А.И.Захаровым [18]. Для большей эффективности наряду с рисуночными способами уместно использовать игровые приемы, сочинение сказок, драматизацию.

Следующий пример иллюстрирует, как отношения с людьми из так называемого терапевтического окружения, к которому, кроме арт-терапевта, относятся члены детской группы и семьи, помогают ребенку справиться с гнетущими страхами.

## Случай третий

*Алена, 9 лет 11 мес.*

При обращении к психологу мама сделала акцент на сильные страхи дочери, которые появились после поездки в летний лагерь отдыха (4 месяца назад). У Алены с языка не сходили Пиковая дама, рассказы о Черной руке, Красных линиях и другие «страшные истории». Увеличилась мнительность, вера во всевозможные мистификации. Страхи усиливались в вечернее и ночное время: Пиковая дама пряталась то в тени шкафа, то за тумбочкой. Сгущающийся сумрак создавал ощущение присутствия чего-то или кого-то жуткого. Страхи угнетали девочку, делали ее уязвимой, увеличивали эмоциональную неуравновешенность. Страхи выматывали родителей — людей с земным взглядом на жизнь. Они не знали, как помочь дочери, как себя вести с ней. Чувствовалось напряжение в семейных отношениях, особенно между отцом и дочерью.

Семья посетила занятия по оптимизации детско-родительских отношений, на которых анализировался стиль внутрисемейного общения, взаимные ожидания членов семьи, их влияние друг на друга.

Алена была включена в детскую группу для прохождения курса арт-терапевтических занятий «Цветной мир». На контакт шла легко и с самого начала была настроена избавиться от страхов. В группе сложились доверительные отношения. Мы говорили об особенностях каждого участника, дети рассказывали о своих переживаниях. К занятию, посвященному работе со страхами, остальные дети знали об Алене и с интересом ждали, когда девочка расскажет и нарисует свои истории. Можно смело говорить об эмоциональном отклике, появившемся у членов группы на чувства Алены. На предыдущем занятии девочки не было, и когда на нем вскользь поднялась тема страха, ребята сказали: «Давайте сегодня не будем про страхи. Это Алена хотела. Ее же сегодня нет. Она расстроится. Давайте в следующий раз».

Занятие по страхам было «подарено» Алене. После рисования она возбужденно рассказала, что произошло с ней в летнем лагере, как ее пугали девочки из отряда, какие истории они рассказывали по вечерам, как на постельном белье откуда-то проявлялись «красные» линии и как в Королевскую ночь появились следы Пиковой дамы. Все внимательно слушали, стараясь не перебивать. Психолог время от времени задавала уточняющие вопросы, комментировала возникновение переживаний с точки зрения Алены и впечатлительности, которой пользовались ее знакомые девочки.

Среди присутствующих детей оказался мальчик, Артем, так же, как и Алена, летом отдыхавший в лагере. От рассказов Алены он оживился и поведал, как вместе с мальчишками ходил пугать девчонок, рассказывать им страшные истории, рисовать фломастером полосы на постель-

ном белье, бегать в простыне, передвигать мебель в комнатах, и как их всех это развлекало. Его воспоминания словно наизнанку вывернули истории про Пиковую даму. Между Аленой и Артемом завязалось обсуждение.

Договорились, что Алена нарисует свои страхи, а Артем — как пугал девочек. Когда рисунки были готовы, ребята обменялись ими. С обоюдного разрешения Алена закрасила рисунок Артема темной краской. Она вылила на лист бумаги все свое негодование! Артем забрал рисунок Алены домой. На встрече через неделю Артем снова попытался завести разговор об Алениних страхах, но девочка только отмахнулась от него. Истории про Пиковую даму уже не занимали ее так, как прежде.

Еще через неделю состоялась беседа с мамой Алены. Выяснилось, что отношения родителей и дочери потеплели. Взрослые стали лучше понимать причину переживаний девочки. Отец начал стараться терпеливо реагировать на эмоции Алены. Девочка и родители стали больше времени проводить вместе. Страхи Алены значительно ослабли, она практически не вспоминает о том, что еще недавно царило в ее переживаниях. Эмоциональная восприимчивость и ранимость Алены как личностная черта была принята родителями и самой девочкой.



Интенсивные вербальные и «перцептивные» высказывания, внутренняя готовность к разрешению проблемы, веселые воспоминания Артема, внимание группы, бережное сопровождение психолога — все эти факторы ослабили напряжение девочки. Добавим изменение отношения родителей к эмоциям дочери. Только рисование страхов не имело бы такого эффекта.

### *Случай четвертый*

#### *Никита, 8 лет*

На консультации жалобы мамы были сконцентрированы на учебных проблемах мальчика. Тревогу забила школьная учительница: мальчик быстро уставал, постоянно отвлекался, в связи с чем плохо усваивал материал. Весь первый класс у педагога хватало сил и терпения уделять Никите особое внимание, но эти же проблемы перешли в следующий год. Из школы мальчик был направлен на психолого-медико-педагогическую комиссию (ПМПК), где должен был быть решен вопрос о форме дальнейшего обучения.

В ходе психологической диагностики была выявлена быстрая истощаемость умственной деятельности, сопровождающаяся коротким пе-

риодом работоспособности и длительным периодом восстановления. Двигательная активность сохранялась в течение всего времени. Неврологический статус ребенка включал гиперактивность как следствие органических нарушений мозговой деятельности (двигательную расторможенность, вынужденную, неуправляемую реактивность, сочетающуюся с повышенной возбудимостью, переключаемостью). На фоне перечисленных характеристик у Никиты наблюдались и другие особенности: суетливость, паясничанье, отказ от усилий, попадания в неприятные истории, драчливость. При этом мальчик оставался доброжелательным, открытым, заинтересованным, вежливым. Добавим еще его обаяние, благодаря которому у учителя сохранялось желание помогать и дополнительно заниматься с ним.

С семьей был согласован план комплексной помощи, который включал перевод ребенка в класс коррекционно-развивающего обучения (при поддержке ПМПК), индивидуальные занятия по нейропсихологической программе и групповой курс арт-терапии «Цветной мир».

На первых занятиях Никита вел себя привычным образом. Пытался шутить, выкрикивал разные глупости, кривлялся, бегал по комнате, размахивал и кидался игрушками. Его поведение подкреплялось таким же точно у одной из девочек. С ними обоими была определена стратегия подкрепления творческой активности и игнорирования шутовства. Постепенно оба ребенка втянулись в творческий процесс и даже инициировали новые способы создания изображений. Первоначально Никита терялся, когда его творческие идеи одобрялись, недоверчиво смотрел на взрослого, словно ища дополнительного подтверждения. Но со временем он перестал в этом нуждаться и с головой окунулся в арт-процесс. Мальчик каждый раз забирал свои рисунки домой, продлевая тем самым ощущение самости.

Творчество организовывало Никиту. Так сложилось, что в группе он был единственным мальчиком. Этот факт, а также наличие нестандартных идей сделали Никиту негласным лидером. Мальчик это ощущал, демонстрируя ответственность за результат общего дела. Никита приобрел ценный опыт внимания сверстников, связанный не с паясничаньем, а с социально значимым поведением.

Семья мальчика имела в своем опыте непростые испытания, тем не менее каждый ее член, сохранял присутствие духа. Не всегда хватало терпения, но имелось желание помогать близким. На консультации были приняты рекомендации по организации режима дня мальчика, процедуре подготовки домашних заданий, способам преодоления раздражения и гнева.



Вопреки существующему мнению о том, что у гиперактивных детей необходимо развивать самоконтроль посредством сдерживающих приемов, таких как рисование на ограниченной поверхности, сверхподвижному ребенку можно позволить творить в естественном темпе с естественной амплитудой. В обычной жизни расторможенным детям приходится выслушивать постоянные замечания, осуждения, которые не дают им до конца удовлетворить потребность в активности, большую, чем у других детей. Позволяя ребенку быть естественно-энергичным, направляя при этом энергию в конструктивное русло, мы помогаем преобразовывать двигательную активность в активность творчества. В ходе первых встреч ребенок становится очень расторможенным, бурно-эмоциональным, но в дальнейшем успокаивается, меняется. С такими детьми бывает очень интересно. Они раскрываются и потом удивляют. Вот вроде был ребенок, от которого раньше ждали только суеты, синяков, невнимательности, а теперь он с увлечением, подолгу создает свой шедевр!

Ребенок обретает способность контролировать свое поведение, но не потому, что его обучили способу контроля, а из-за избавления от первоначального ощущения собственной неполноценности, появления внутренней силы, веры в себя и творчество. Нельзя сказать, что дети начинают стабильно сидеть за столами, между заданиями они могут отвлечься на что-то постороннее, но тем не менее приобретенная вера в себя помогает им руководить собственным поведением, поэтому их активность не является помехой для других. Значимым становится мотив получения одобрения. Не замечания и ограничения, а признание и приятие руководят ими.

Условиями успешности коррекции являются стабильная обстановка в семье, терпеливое отношение к ребенку, реальное предоставление ему своего родительского времени (может, даже пересмотр бытового уклада семьи), отсутствие стрессовых ситуаций, ограничение внешних впечатлений. Если родители ничего не меняют в своем поведении (слишком увлечены собственными проблемами и интересами, привыкли к определенному распорядку, в котором нет места близкому контакту с ребенком и учету его психофизиологических особенностей, не имеют желаний подстраиваться под них, менять свой стиль жизни и др.), процесс коррекции растягивается во времени и приобретает меньшую эффективность.

*Донат, 4 года 7 мес.*

Родители обратились по поводу сильных страхов сына. Мальчик боялся посещения стоматолога, и хотя его «психологически готовили» к визиту, не мог избавиться от навязчивого страха, который проявлялся в бесконечных вопросах, будет ли ему больно (до 20—30 раз в день). Родителей это удивляло, так как ранее опыта лечения зубов у Доната не было. Во время приема у стоматолога мальчика вырвало, и начиная с этого момента рвота стала регулярной. Теперь симптом страха имел место и при приеме пищи. Донат начал бояться, что его вырвет даже при мыслях о приеме пищи и рвоте. Спазмы желудка начинались во время завтрака или обеда, купания в ванне, сидения на горшке и т.д., то есть в самых непредсказуемых ситуациях. Мальчик изводил себя и родителей вопросом «А если меня вырвет?». Любые объяснения не имели никакого действия. Таким образом, передо мной предстала вконец измученная семья: растерянные и угнетенные родители и бледный, с синими кругами под глазами, мальчик. В ходе беседы выяснилось, что и отец и мать мальчика имеют знания из детской психологии и понимают эмоциональную основу происходящего с Донатом.

Уже на первой консультации проявились яркие отличия в личностных особенностях родителей. Отец намного старше матери, прямой, резкий, не терпящий нотаций в свой адрес, с ярко развитым критическим мышлением, общительный, современный человек, искренне любящий сына, осознанно подходящий к воспитанию. Мать — мягкая, внимательная к людям, открытая, с собственным, но не категоричным мнением. Оба родителя имели самостоятельный бизнес, являлись приверженцами физической культуры. В семье постоянно возникали конфликты, касающиеся подхода к воспитанию сына. Например, как и во сколько укладывать его спать — отец перед сном подолгу играл и общался с Донатом, мать же считала необходимым соблюдать режим. Ссоры родителей происходили при сыне (они жили в однокомнатной квартире).

В семье сложилась традиция обсуждать и рационализировать проблемы, к этому был приучен и мальчик. Очень явно выделялось противопоставление семьи обществу: отец считал, что Донат не должен ходить в детский сад, так как его работники портят детей, наносят им психические травмы. Школы достойной он тоже не видел, потому часто размышлял о домашнем обучении, имевшем место в царской России. Немудрено, что Донат был уверен в своей исключительности, а также в том, что другие дети ничего собой не представляют, общаться с ними не нужно, а может, даже и вредно. То есть мальчик был искусственно ограничен в контактах с детьми. В свои четыре с половиной года Донат обладал развитыми интеллектуальными способностями, хорошо читал, умел писать. Любимая книга — энциклопедия о животных: он знал их

виды и подвиды, прекрасно разбирался в динозаврах, знал наизусть их названия. И несмотря на это, он совершенно не умел общаться со сверстниками, дичился их. Можно сказать, что Донат испытывал противоречивые чувства к детям — с одной стороны, интерес, а с другой — страх и невозможность рационализировать отношения с ними.

С семьей был заключен договор об арт-терапии эмоционального состояния мальчика и периодических беседах с отцом. Работа проходила трудно. На первых сессиях мальчик не соглашался рисовать, вместо этого писал на бумаге тексты — простым карандашом или черной краской. В письменный текст мальчик включал все, что обычно дети передают с помощью рисунка. Объяснял отказы не неумением, а нежеланием рисовать. Помогали игры в песочнице, благодаря им удалось наладить контакт, преодолеть барьер сверхконтроля. Сначала игры с песком представляли собой зарывание множества мелких игрушек, потом в качестве развития добавились их поиск и выкапывание. Значительно позже Донат стал соглашаться на разыгрывание элементарных бытовых сюжетов с участием игрушечных животных, изображающих членов семьи. Это дало возможность начать проработку отношений мальчика с родителями, отдельно к матери и отцу, супружеской паре в целом, восприятию себя внутри семьи.

Параллельно продолжалась работа по привлечению мальчика к изобразительному творчеству. Как уже отмечалось, изначально Донат отказывался мазать или штриховать. Поэтому в первые занятия включались задания, предполагающие больший контроль, в частности, конструирование из мозаики. Раскачивание стереотипов шло очень медленно. Постепенно, от встречи к встрече, у Доната уменьшалась тревожность, снижался страх перед неизвестным. Рвота прекратилась, но ей на смену пришли ранимость и обидчивость. Мальчик стал бурно реагировать на любую фразу, которая расходилась с его мнением, — слезами, скандалами, но при этом не уходил из кабинета. Отношения мальчика и психолога походили на военные действия «кто кого». Однако работа продолжалась. И несмотря на этап противостояния, Донат стал соглашаться рисовать, мазать, действовать с гуашью. Постепенно его поведение стало более спонтанным, реакции спокойнее. В этой связи с родителями было согласовано включение мальчика в детскую арт-терапевтическую группу.

Следующий виток работы проходил в обществе детей. Самая большая сложность Доната заключалась в том, что для него совершенно неприемлемым было чье-то мнение, кроме своего. Его шокировало, что другой ребенок может не поделиться краской, влезть на его часть листа или придвинуть к себе большую часть песка. Возмущение и бессилие выражались в слезах, демонстративном отказе от деятельности, осуждении ребенка. Регулировать такие ситуации было сложно, так как конф-

ликтными они были только с точки зрения Доната. Преодолевать эгоцентризм помогали задания на демонстрацию разности мнений, творческих замыслов. Природная потребность быть с детьми пересиливала противоестественное поведение, поддерживала мальчика в его непростых переживаниях. На последнем этапе работы Донат стал заметно уравновешеннее, терпимее к другим, свободен в творчестве. Однако все еще оставалась некоторая отстраненность от детей, наблюдательность.

Курс арт-терапии позволил мальчику приобрести необходимый опыт, с помощью которого он расширил представление о себе, соотнес себя и свои поступки со сверстниками. Мальчик не только пребывал в одном помещении с детьми, он попробовал себя во взаимодействии с ними. Аффективные реакции стали менее яркими. Высказывания мальчика позволили судить о том, что разнообразилось его отношение к миру: в них появилось не только интеллектуальное, но и эмоциональное, чувственное содержание.

Уменьшилась тревога, отношения с отцом стали менее категоричными. Родители перестали выяснять отношения при сыне, достигли определенного согласия в вопросах воспитания.

Состояние Доната отслеживалось и в дальнейшем. С нового учебного года родители определили мальчика в логопедический детский сад, куда он ходил с удовольствием, но нерегулярно. Влияние отца все так же имело решающее значение в формировании мировоззрения Доната.



При гиперсоциальном стиле воспитания перед детьми рисуется образ идеальной семьи с идеальными родителями, которые четко знают, что хорошо и плохо, полезно и вредно, правильно и неправильно. Детям ничего не остается, как жить по этим же правилам и тоже соответствовать идеалу. В расчет не принимаются реальные потребности и запросы ребенка. Так, часто родители отказываются от рекомендаций невролога, дабы избежать записи в медицинскую карточку («Ведь это может повредить при определении ребенка в элитное учебное заведение!») и не желая признать неврологическое неблагополучие своего чада, которое не укладывается в идеальный образ семьи.

Как правило, запускающим механизмом действенных мер для семьи является какие-то серьезные происшествия, с которыми семья уже не может справиться самостоятельно (в случае с Донатом — постоянная рвота и навязчивые страхи). Изменение ситуации обычно происходит очень долго и болезненно, как для самого ребенка, так и

для близких. Наиболее сложно работа проходит с детьми, уверенными в собственной исключительности, смотрящими на сверстников свысока, у которых эта исключительность уродует личность, коверкает отношения, воздвигает высоченные барьеры к получению радости от общения. Родители часто скептически относятся к психологической помощи, пряча за этим свою растерянность и сомнения. Ситуация, когда отец и мать имеют очень разные взгляды на воспитание, еще сильнее невротизирует ребенка. С такими родителями можно говорить прямо, иногда жестко, давая им понять полноту ответственности за состояние ребенка.

В ходе сеансов арт-терапии психологом целенаправленно рассказываются стереотипы детских запретов. Отличительная особенность предлагаемых изобразительных заданий — отход от социально привлекательных шаблонов. Для этого включаются приемы самого разного плана: использование песочницы, рисование пальцами и предметами окружающего пространства. На сессиях создаются условия, в которых ребенок неминуемо грязнит поверхности стола, стульев, пола. Проговаривается нормальность этой ситуации. В играх с песком детям свойственно закапывать фигурки (они прячут, а потом ищут их), пачкать грязью лица игрушек, позволять им хулиганить, нарушать правила и нормы, то есть делать то, что самим себе никогда не позволено. Тем самым удовлетворяется интерес к запретным действиям, преодолеваются поведенческие барьеры (пусть даже в игровой форме), расширяется диапазон жизненной активности ребенка. Уходит напряжение, эмоционально-аффективная сфера гармонизируется.

## **Этапы групповой арт-терапевтической работы**

Арт-терапевтическая работа с детской группой проходит несколько этапов, каждый из которых имеет свои особенности. В таблице 1 описаны характеристики изменений поведения и аффективного реагирования детей, собранные в ходе проведения цикла занятий «Цветной мир». Смена этапов работы обусловлена задачами коррекции, из которых следует содержание заданий и приемов, а также определенная стратегия психологического воздействия.

## Этапы групповой арт-терапевтической работы

Этапы работы	Оrientировочные номера занятий	Характеристика этапа	Задачи этапа	Стратегия действий психолога
1. Этап «Ориентировки»	1	<p>Поведение детей сдержанное и напряженное. Если присутствие на занятии не идет вразрез с их желанием (т.е. либо была проведена предварительная беседа, показаны детские рисунки, вследствие чего возник интерес, либо ребенок не склонен к негативизму), дети стараются вести себя в соответствии с социальными нормами. В первую очередь они присматриваются ко взрослому, к его реакции на их действия и слова, примеривают свои возможности к предлагаемым заданиям. К окончанию занятия психологическое напряжение сильно уменьшается. У дошкольников и школьников с проблемами регуляторного плана увеличивается расторможенность, падает контроль поведения.</p> <p>Эмоциональное отношение детей к занятию либо совсем не выражается, либо проявляется очень скупое. Однако впечатления могут быть вылеснуты на родителей.</p>	<p>1) Установление эмоционально-позитивного контакта с ребенком. 2) Знакомство с участниками группы. 3) Ориентировка ребенка в обстановке, правилах и нормах.</p>	<p>Психолог ведет себя одинаково со всеми детьми группы. Каждый ребенок получает равное количество участия и внимания, обращены по имени. Правила озвучиваются психологом по мере приближения к ним. Так, еще до начала рисования психолог обращает внимание детей на то, что вес они разные (по-разному выкладывают, имеют разные имена), поэтому во время изобразительной деятельности прототаривание правила «Каждый из нас рисует по-своему, непохоже на других...» звучит как логическое продолжение. Соответственно до работы в песочнице правила игры с песком не требуются.</p>

Таблица 1 (продолжение)

Этапы работы	Оrientировочные номера занятий	Характеристика этапа	Задачи этапа	Стратегия действий психолога
2. Этап «Эмоционального насыщения»	2—3	<p>Дети растормаживаются, ведут себя деструктивно. Они словно «захлабываются эмоциями». Могут быть следующие проявления: снижение контроля поведения, громкая речь, бурный смех, неустойчивое внимание, яркие эмоциональные реакции, хаотичные перемещения по комнате. После занятия ребенок перевозбужден, его трудно успокоить, увести из игровой комнаты, заставить одеваться. Обычно на этот этап уходит три занятия. К четвертой встрече поведение детей становится более спокойным.</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Адаптация к групповым нормам.</li> <li>2) Установление первичных взаимоотношений.</li> <li>3) «Заражение», увлечение творчеством.</li> <li>4) Диагностика поведения ребенка.</li> </ol>	<p>Психолог объясняет, комментирует деструктивные, неадекватные поступки или реакции ребенка другим детям, дает описание действий ребенка в позитивном ключе, называет известные качества новым, позитивным, социально приемлемым именем (см. Правило 7). Например, неадекватный смех преподносится как признак веселого нрава («Полина очень веселая, смешливая девочка»), истеричность — как черта ранимости («Денис — очень чуткий человек, переживает из-за неудач. Это бывает у многих»).</p>

Таблица 1 (продолжение)

Этапы работы	Оrientировочные номера занятий	Характеристика этапа	Задачи этапа	Стратегия действий психолога
3. Этап «Объективации трудностей и их коррекции»	3—9	<p>На этом этапе происходит объективация и перестройка негативных стереотипов поведения. Под влиянием арт-среды ребенок может отказаться от старых стереотипов поведения и реагирования, механизмов психологической защиты, но еще не приобрел новые. В связи с этим повышается уязвимость детей, ранимость, имеют место конфликты, отрицательные оценки, недовольство действиями другого ребенка. Эти ситуации являются почвой для коррекционной работы. В них дети демонстрируют свое естественное поведение, установки; благодаря им психолог получает материал для изменений.</p>	<p>1) Диагностика поведения ребенка. 2) Реализация общих и индивидуальных целей коррекционной работы.</p>	<p>На этом этапе особо важно комментировать детское поведение родителям — они должны понимать, что происходит с их чадом, относиться адекватно. Имя в качестве психологического материала реальные проблемы детей, психолог получает возможность определять индивидуальные задачи коррекции и стратегии взаимодействия «Психолог—Ребенок» и «Дети—Ребенок».</p> <p>Дается альтернатива воплощению детской активности (энергии). Вместо дезорганизованных поведенияческих актов она направляется или перенаправляется в творчество, в активность на листе бумаги. Для комментирования действий, эмоциональных реакций детей из словаря психолога убираются фразы с частицами «не» и «ни» («не бойся», «ничего страшного»), подбираются фразы с позитивным или нейтральным смыслом («нормально», «бывает», «случается», «обычно»).</p>

Таблица 1 (окончание)

Этапы работы	Ориентировочные номера занятий	Характеристика этапа	Задачи этапа	Стратегия действий психолога
4. Этап «Обобщения и настраивания на оптимистичное будущее»	9—10	Как правило, это последние занятия цикла. В них делается акцент на взаимодействие детей, создаются оптимистичные установки. Действия дошкольников становятся целенаправленными, появляется самостоятельность в определении замыслов, способах их реализации. Поведение приобретает уверенность, эмоциональный баланс, уравновешивается, повышается уровень притязаний в творчестве. Настраивание характеризуется устойчивым положительным фоном.	1) Обобщение и конкретизация сформированных в процессе работы качеств и способов реагирования. 2) Создание условий для их переноса в реальную жизнедеятельность.	Выделение на этом этапе особой завершающей стратегии скорее носит не временный, а общий характер. Подключение родителей обеспечивает перенос личностных новообразований в семью, изменение детско-родительских отношений, определение новой стратегии родительского поведения. В занятия включаются образительные техники, предполагающие получение положительных эмоций, переживания успеха, поднимающие настроение. Приветствуются шутки и юмор. Создается оптимистичный настрой на будущее (ребенок сможет, справится с возможными трудностями, он интересен и т.д.), обобщается индивидуальный образ Я, то есть происходит заполнение чаши личностных ресурсов.

## ***Структура занятия***

В связи с тем, что арт-терапия предполагает свободу и самостоятельность участников творческого процесса, работа одновременно с несколькими детьми осложняет организацию коррекции. Однако известно, что группа представляет собой не только арифметическую сумму личностей нескольких детей — обычных мальчиков и девочек — и взрослого. Группа превращается в нечто целостное и является сильным средством психологического влияния на участников. Имеют значение межличностные отношения, складывающиеся между детьми, психологическая атмосфера, правила и нормы существования группы. Для того чтобы в ходе арт-терапевтической работы с дошкольниками и младшими школьниками была возможность воспользоваться ресурсом детской группы, при планировании занятий следует опираться на структурированный подход, позволяющий и психологу, и детям находиться в едином пространстве и при этом не мешать друг другу, а взаимодополнять друг друга.

Важно помнить следующее:

- состав участников группы должен быть постоянным;
- необходимо принять групповые правила;
- занятие должно начинаться и заканчиваться ритуалом;
- следует придерживаться структуры занятия, сохранять логическую последовательность его частей.

Наличие сквозной последовательной смены частей занятия снижает тревожность, увеличивает предсказуемость, делает обстановку более защищенной.

### ***1. Ритуал приветствия***

На занятиях будут расшатываться старые стереотипы поведения и реагирования. Чтобы дети чувствовали свою безопасность, чтобы обстановка имела какую-то стабильность, чтобы в ней изначально имелось что-то постоянное, базовое, надежное, в структуру занятия вводятся элементарные ритуалы. В нашем случае — это ритуал на-

чала и окончания занятия. Дети и психолог собираются в определенном месте арт-помещения, например, рассаживаются на ковры или на специальных напольных подушках, здороваются или соответственно прощаются друг с другом, высказываются по любому поводу (не только по поводу занятия) или выслушивают других. Ритуал занимает от 30 секунд до двух-трех минут, тем не менее он выбран для создания акцента на одной из постоянных, базовых составляющих — детской группе как источнике межличностных отношений, позволяющих ребенку ощущать поддержку и принятие, признание сверстников и самооценности.

Не все дети сразу начинают общаться друг с другом вне занятия, бывает даже, что до конца курса некоторые из них путают имена. С помощью ритуала начала занятия возникает группа детей, хотя минуту назад каждый из них был сам по себе. Простой ритуал является отправной точкой: «включает» внимание, настраивает на работу, объединяет детей. Ритуал окончания занятия отмечает границу креативного пространства, переключает на привычный режим жизни. Ритуалы начала и окончания показывают зону действия групповых норм и правил. «Сейчас это можно, после окончания — нельзя». Такие вешки позволяют ребенку сориентироваться в социальных нормах и не запутаться в том, что и когда позволено.

Часто родители детей, посещающих занятия, а также психологи, интересующиеся арт-терапией, задают вопрос: получив на арт-сессиях полную свободу, попробовав действовать так, как обычно ребенку не позволяется (пачкать, разводить грязь, рисовать пальцами и т.д.), не начинают ли дети вести себя так и в обычной жизни? Даже маленькие дети интуитивно чувствуют, а старшие хорошо знают, что и когда делать можно (именно поэтому с одним взрослым они могут позволить себе поступки, которые с другим взрослым не дозволены ни в коем случае, и это нормально). Ритуалы начала и окончания занятия помогают включить одни правила регуляции поведения и отключить другие. Возвращаясь после занятия к прежним правилам поведения, ребенок оставляет при себе приобретенный опыт свободной активности, спонтанности и искренности в выражении чувств.

## 2. *Настрой, разогрев*

Прежде чем приступить к проработке выбранной темы, психологу предстоит позаботиться о том, чтобы у каждого ребенка и группы в целом появилась готовность к осуществлению творческой деятельности. Для того чтобы дети настроились на изобразительное творчество, им в первую очередь предлагается почувствовать художественные материалы — попробовать разный нажим на грифель, амплитуду штрихов, направления линий, соотнести степень яркости и насыщенности цвета, — почувствовать, как здесь и сейчас на листе появляется изображение.

На этом этапе ребенок словно играет с изоматериалами, тренируется, «делает наброски» предстоящего сегодня действия. Поэтому и задания предлагаются очень простые, ритмичные, построенные на линии, форме и цвете, — то есть *графические*.

Этап «разогрева» может быть организован в индивидуальной и коллективной форме. Возможные варианты:

- на собственном листе ребенок создает *свой* графический рисунок;
- на общем листе *одновременно* рисуют *все* дети;
- на общем листе *по очереди* дети добавляют элементы к совместному изображению.

Как правило, тема рисования для всех одна, однако воплощают ее дети по-разному. Например, при выполнении задания «нарисовать летательный межпланетный корабль» кто-то рисует технические приборы и части конструкции, кто-то — небесные тела, а кто-то просто занимается раскрашиванием контуров, штрихованием поверхности листа («неба»). При поддержке психолога каждый находит себе применение, то есть вносит свой вклад в общее дело.

Продукт коллективного рисования может быть совершенно непредсказуем. Дети могут начать с чего-то реалистичного, а закончить абстрактными штрихами и каракулями. Постарайтесь не ждать чего-то конкретного, и вы удивитесь неожиданному развитию рисунка. Обратите внимание детей на эту диковинную метаморфозу — ваше искреннее удивление станет еще одним образцом открытого проявления чувств.

Графические рисунки выполняются в определенном ритме, который оказывает благотворное влияние на эмоциональную сферу ребенка. Ритм создает настрой на активность, тонизирует, является дополнительным организационным компонентом. Штриховки помогают преодолеть тревожность перед рисованием, ориентируют на процесс получения изображений, снижают уровень ожиданий от результата.

### **3. Основное содержание**

Эта часть посвящена созидательному творчеству. На каждом занятии воплощается свой образ, собирающий в себе ценные личностные качества.

В основную часть может быть включено от одного до трех заданий и при необходимости логические связки или разминочные упражнения. Маленькие задания дополняют друг друга, создавая единый образ происходящего. Например, на занятии по мотивам космических путешествий в основной части дети последовательно создают карту звездного неба, прокладывают на ней маршрут, придумывают новые планеты, которые встречают на своем пути, заселяют их жителями. То есть все задания подчиняются воплощению образа человека, стремящегося к неизведанному, который не только не боится встречаться с трудностями, а, наоборот, испытывает удивление и восхищение от новых открытий. Созидающий образ Творца новых миров позволяет ребенку получить опыт собственного могущества, ответственности, эстетического решения задачи. В процессе творчества планета и ее жители наделяются чертами, свойствами самому ребенку. А ощущение ценности созданного мира помогает формировать у ребенка чувство самооценности. «Вся Вселенная помогает тебе!»

Планируя занятия, следует учесть, что на первых встречах детям нужно предлагать изобразительные техники с акцентом на действия с неоформленными материалами, позволяющие снизить страхи, тревожность, активизировать воображение. «Графический отклик» в процессе арт-терапии особенно важен для детей, которые не могут осознать и словесно выразить свои внутренние конфликты. Обсуж-

дение может быть ограничено вопросами, почему ребенок выбрал тот или иной материал, что чувствовал. Затем техники арт-сессий направляются на восприятие ребенком себя: исследуются отношения с внешним миром, прорабатываются проблемы, с которыми ребенок сталкивается в обычной жизни. В дальнейшем увеличивается количество парных и групповых заданий. Детям приходится обсуждать идеи, договариваться, распределять меру участия, делить территорию. Постепенное продвижение по ступеням вверх помогает психологу сделать арт-процесс последовательным, логически обоснованным, безопасным.

#### ***4. Любование детскими работами, нахождение образов, обозначение их ценности***

Эта часть занятия не выделяется в четко обозначенный во времени и пространстве этап, однако этот своеобразный ритуал очень важен с коррекционной точки зрения и является обязательным. Он проходит очень неформально. Дети создают изображения в собственном темпе, и в то время, когда один ребенок продолжает с удовольствием творить, другой уже имеет перед глазами готовый продукт.

С искренним интересом и признанием принимать любое детское творение независимо от того, эстетично оно или содержательно, оригинально или типично, — это одно из специфических умений арт-терапевта. Ранее уже была описана процедура поиска образа и обозначения ценности детской работы, рассмотрены варианты развития судьбы продуктов детского творчества после того, как они созданы. Терапевтичность этого этапа занятия напрямую зависит от умения психолога увидеть, подметить, согласиться, подчеркнуть своеобразие изображения, тем самым опосредованно «подарить» ребенку его собственную индивидуальность как ценность.

#### ***5. Итог занятия (ритуал окончания занятия)***

Ритуал окончания — это «точка» занятия. К концу арт-сессии может наблюдаться свободное брожение детей. Кто-то уходит мыть руки, кисти, банки из-под воды, кто-то заканчивает рисунок, кто-

то ищет место для своей работы, иногда даже за пределами арт-комнаты, если это позволяют условия, там его размещает или прикрепляет; кто-то выходит, чтобы поделиться впечатлениями с родителем или товарищем и т.д. Все чем-то заняты, и при этом каждый своим. Общий итоговый сбор всех участников в традиционном месте позволяет, во-первых, вернуть детей в атмосферу группы, а во-вторых, окончательно завершить арт-сессию, сделать акцент на чем-то особенно важном, с чем столкнулась группа и что стало ее достоянием в этот раз, дать оптимистичную установку на будущую неделю.

Дети часто делятся впечатлением о том, что им понравилось, и сообщают о своем желании продолжить рисование и дома. Кто-то действительно рисует дома, а потом приносит рисунки на занятия, или о них рассказывают родители, кто-то увлекается творчеством и приносит на занятия какие-то другие работы, например, выполненные в кружке или на уроке (занятии) по ручному труду. У меня образовалась коллекция детских подарков — свистульки из глины, гипсовые барельефы, открытки с аппликациями, конструкции из спичек, рисунки, игрушки и т.д. Эти подарки — благодарность без слов за то, что взрослый увлек ребенка творчеством, научил его уважать и ценить себя, помог ему увидеть свою индивидуальность и поверить в то, что он все-таки Хороший Человек.

Есть категория школьников, которые регулярно предлагают свою помощь в уборке помещения после занятия. Это дети, которым крайне не хватает внимания и тепла дома. В кабинете психолога им хорошо: здесь с ними разговаривают, выражают уважение и интерес, здесь они успешны. В семье же их не ждут, вернее, ждут их появления как факта возвращения домой, за которым следуют нотации, выяснения отношений, общение, сведенное к приготовлению домашних заданий. Просто говоря, дети не хотят уходить из арт-помещения. Если режим работы кабинета позволяет, можно принять детскую помощь, однако не надо «приручать» детей. Эта ситуация является хорошим реальным примером для бесед с родителями, запускающим механизм, который помогает увидеть потребности детей, перестроить родительское поведение, изменить содержание детско-родительских отношений.

## Как отслеживать изменение состояния ребенка

На протяжении всего цикла арт-сессий возможен и необходим постоянный контроль изменений состояния ребенка. Для получения информации в динамике психолог может применять:

- наблюдение за поведением и аффективными реакциями ребенка;
- анализ продуктов детского творчества;
- психодиагностические методики и тесты.

Их использование можно сравнить с барометром — они помогают специалисту определять текущие задачи и прогнозировать будущие.

### 1. Наблюдения

Психолог планирует параметры наблюдений за творческим процессом, имеющие значение для конкретной группы, конкретного ребенка. Параметры выбираются исходя из проблем, которые являются содержанием коррекционной работы.

Параметры наблюдений:

#### ***Вовлеченность — дистанцированность***

Ребенок:

- соглашается на деятельность или отказывается;
- сохраняет интерес на протяжении всего занятия («погружение в работу») или его творческая деятельность непродолжительна;
- стремится работать на всем пространстве общего листа или предпочитает работать на собственной (ограниченной) территории;
- использует нетипичные средства для создания изображений, придумывает собственные способы рисования;
- проявляет активность или пассивность;
- быстро включается в творческий процесс или постепенно «раскачивается»;
- продолжает взаимодействие с изображением после окончания создания или отстраняется от него;
- имеет эмоциональный отклик на творчество или не выражает эмоционального отношения.

## ***Расслабленность — напряженность***

Ребенок:

- проявляет спонтанность (переходит к другим способам, например, к рисованию пальцами или ладонями, рисованию на обратной стороне листа) или стереотипность поведения;
- демонстрирует широкую или ограниченную амплитуду изображающих действий;
- работает с желанием, увлеченно или по необходимости, следуя инструкции взрослого, под страхом наказания;
- проявляет экспрессивность или сдержанность при рисовании
- смешивает цвета непосредственно на поверхности изображения или на палитре;
- создает изображение молча или сопровождает творческий процесс спонтанными вокализациями, комментариями; речь плавная или беспокойная;

## ***Групповой аспект***

Ребенок:

- проявляет или нет инициативу в установлении и продолжении контакта;
- продуцирует творческие идеи, которые члены группы поддерживают либо нет.
- учитывает или нет интересы других членов группы;
- обнаруживает независимость или полагается на других;
- какую стратегию взаимодействия использует;
- пытается ли вытеснить других (перемещается в пространство других детей, рисует поверх их изображений);
- забирает себе краски и другие изобразительные средства или пользуется тем, что оказывается доступным («по остаточному принципу»).

## ***2. Анализ продуктов детского творчества***

В арсенале объектов для получения информации о динамике состояния ребенка имеются изображения двух категорий.

Во-первых, для анализа можно использовать *детские работы* — *естественный продукт арт-сессий*:

- абстрактные рисунки: марания, каракули, штриховки; тематические рисунки: изображения людей, объектов, сюжетов; оттиски;
- аппликации из бумаги, сухих листьев, сыпучих материалов и продуктов; коллажи;
- скульптуры из глины, объемные конструкции из газет и бросового материала.

Для анализа продуктов детского творчества также уместно определить параметры, по которым будет проходить их «прочитывание». Сравнение между собой работ одного ребенка дает информацию об изменениях, происходящих во внутреннем плане.

Параметры анализа:

- выбор средств для создания изображения (краска или простой карандаш, величина и формат листа, использование предметов окружающей обстановки);
- абстрактность или реалистичность изображения;
- размер изображения;
- расположение изображения или его элементов в пространстве (на листе, в помещении);
- заполненность или пустота изобразительного пространства;
- цветовое решение (сочетание цветов, цветовая многослойность, смешивание цветов);
- предпочтение цветов (психологическое значение);
- элементы изображений (их психологическое значение);
- повторяющиеся элементы;
- процессуальный анализ создания изображения: последовательность появления элементов, изменение изображения (смывания, стирания, перерисовывания, исправления, добавления);
- нажим, продавливания на обратной стороне;

- наличие границ (контура, рамки, обрамляющей рисунок, черты, отделяющей пространство одного ребенка от другого);
- надписи как часть изображений;
- названия изображений;
- разработанность или схематичность образа;
- необычность, отличие от нормы, утрированность, диспропорциональность;
- количество созданных изображений (в рамках одного задания, одного занятия).

Перечисленные параметры были выделены на основании опыта занятий с детьми 4—10 лет. Для организации работы с детьми более старшего возраста вы можете расширить перечень, ознакомившись с категориями качественной оценки «свободного рисунка со свободным выбором художественных материалов» в книге М. Бетенски [4], элементами интерпретации спонтанных рисунков Г. Ферса, приведенных в книге Л.Д. Лебедевой [25].

Во-вторых, в содержание цикла арт-сессий могут включаться специальные одинаковые *задания-«маркеры»*, служащие своеобразными координатами, по которым затем выстраивается «график изменений», происходящих с ребенком. Для этой роли оптимально подходят рисуночные задания, так как результат их выполнения — рисунок — может быть сохранен, а впоследствии сравнен с новым рисунком по этому же заданию. Задания-«маркеры» не исключают терапевтических целей использования и выбираются из числа заданий личностной направленности. Таким маркером может служить прием раскрашивания силуэта человека или рисование настроений. Рисунки сравниваются по форме и содержанию, авторскому стилю, стратегии выполнения и состоянию ребенка во время рисования. Дополнительные сведения об авторе можно получить при интерпретации рисунков в соответствии с валидными критериями известных методик.

Эти рисуночные задания дают информацию не только психологу, но и самому ребенку. Выполняя одинаковые задания в разное время и имея благодаря этому реальные продукты своего творчества прямо перед глазами, ребенок видит, как он меняется.

В качестве приема направленного получения информации детям можно предложить сделать рисунок в круге, первый — в начале цикла занятий, а затем второй — в конце (рисунки 31 а—б, 32 а—б). Рисунок в круге отражает самость ребенка, в связи с чем интересно авторское отношение, точнее, предпочтение одного рисунка другому. После вопроса психолога «Какой рисунок для тебя важнее, ценнее?» ребенок делает выбор, который наряду с диагностическими данными помогает лучше разобраться во внутреннем мире ребенка. Желательно, но вовсе не обязательно, чтобы ребенок предпочел итоговый рисунок первоначальному. Содержание обоих рисунков анализируется в контексте того состояния, в котором они были созданы. Например, вполне может быть, что прохождение курса групповой арт-терапии обогатило (а значит — усложнило) отношение ребенка к себе, предыдущее же самовосприятие было более простым и привычным. В этом случае ребенок скорее выберет первый рисунок. Также имеет значение эстетическая сторона рисунка: первая работа может быть выполнена с большей аккуратностью и старанием, присущим тревожным детям, а вторая — в свободной манере, со спонтанным смешиванием красок, что никак не свойственно тревожности. В этом случае ребенок тоже может выбрать первый рисунок, однако анализ манеры рисования, названия рисунка, цветового решения, общего поведения, настроения может указывать на повышение уверенности, самопринятия и раскрепощение, а сделанный выбор расскажет о проявившейся склонности к эстетике, художественному вкусу. Ретроспективный анализ продуктов детского творчества в сочетании с наблюдениями и психодиагностикой позволяет получить более многогранную информацию об индивидуальности ребенка.

### **3. Психодиагностические методики и тесты**

На их использовании остановимся очень кратко, так как в настоящее время психологам доступна качественная психодиагностическая литература: теоретическая и практическая. В профессиональном арсенале каждого психолога есть предпочитаемые тесты и методики, на которых они, как говорится, «набили руку», которые дают им нужную диагностическую информацию.

В практике встречаются дети, которым даже при условии хорошего контакта с диагностом сложно сделать выбор (придумать вариант ответа в тесте Розенцвейга, выбрать предпочтительный цвет в ЦТО), трудно приступить к рисованию («Я не буду рисовать, я не смогу, не умею, у меня не получится красиво, я не знаю, как нарисовать маму...»), которые не могут развернуто отвечать на вопросы да и просто понятно говорить (например, при страхе ответов или задержке речевого развития). Такие особенности можно перечислять долго, здесь же примеры приведены для того, чтобы проиллюстрировать необходимость иметь в своем арсенале различные варианты методик. Имеются в виду не варианты какого-то одного вида, например, рисуночных тестов или методик, построенных на рассказах по картинкам, а широкий спектр разных методик, которые можно использовать в сочетании. Конкретный ребенок раскроется на конкретном задании, наиболее доступном и интересном ему.

Если ребенку в силу его особенностей сложно говорить, возможно, ему легче высказаться графически — нарисовать. Для этого подходят рисуночные проективные методики: «*Несуществующее животное*» М.З. Дукаревич, «*Дом-дерево-человек*» Дж.Бука, «*Рисунок семьи*» Т. Хоментausкаса, «*Мандала*» Дж. Келлогг, адаптированная для детей. При этом важно помнить о закономерностях развития детского рисунка, нормативном онтогенезе графической деятельности, возрасте ребенка и особенностях интерпретации, с этим связанных. Подробно возможные ошибки проективной трактовки детского рисунка и их анализ описаны М.М.Семаго и Н.Я.Семаго в книге «Теория и практика оценки психического развития ребенка. Дошкольный и младший школьный возраст».

Для дошкольников желателен подбор методик, предполагающих действия или «выбор в действии»: «*Эмоциональные лица*» Н.Я. Семаго, «*Цветовой тест отношений*» А.М. Эткинда, «*диагностическое использование песочницы*» (построение песочных миров). Если у ребенка преобладает вербальный интеллект, он лаконичен в действиях и рисунках, но с удовольствием беседует и рассуждает, можно поиграть с ним в «*Метаморфозы*» Жаклин Руайер, адаптированную Н.Я. Семаго, предложить разные варианты *незаконченных предложений*.

Есть предостережение, касающееся проведения диагностики актуального состояния ребенка цветомпредпочтением, например, с помощью теста М. Люшера. Если диагностическая информация собирается после арт-сессии, выбор может быть продиктован цветом краски, которой ребенок только что создавал изображения. В моей практике был случай, когда все дети группы после успешного прошедшего занятия на первые позиции выбирали серый цвет, называя его при этом «серебряный», так как на этом занятии им была предложена серебряная краска, которой они с удовольствием марили.

В оптимальном варианте у психолога должна сложиться некая система, состоящая из сочетания различных методов сбора диагностической информации. В ней займут свое место *способы первичной и итоговой диагностики*, а также *технология получения процессуальных сведений*. Эти три компонента диагностической системы являются основой определения актуальных задач коррекции, выбора содержания арт-терапевтических заданий, позволяют психологу чутко реагировать на происходящие изменения, делать прогноз развития.

### **Что делать с родителями, пока их дети посещают арт-сессии?**

Психологи — работники психологических центров имеют больше возможностей встречаться с заинтересованностью родителей детей, посещающих арт-занятия, нежели специалисты школ и детских садов. При обращении в центр по собственной инициативе родители, как правило, настроены на решение проблемы и потому стараются получить максимум от сотрудничества с психологом. Приводя детей в центр каждую неделю, родители имеют возможность регулярно беседовать с психологом о содержании занятий, о самочувствии и активности детей, задавать актуальные вопросы, возникшие в последнее время. Таким образом, у родителей постепенно меняется взгляд на семейную жизнь с ребенком, воспитание, они начина-

ют лучше понимать своих чад. В этом плане работа с дошкольниками более эффективна, так как маленьких детей на занятия приводят родители, в то время как школьники обычно приходят самостоятельно и беседы с их родителями происходят реже.

### ***Родители***

Необходимо проводить *коррекцию родительских ожиданий* от курса арт-терапии. Ребенок не поменяется сразу. Курс рассчитан на несколько недель. Изменения будут, но появятся не сразу. Как постепенно наматывался клубок проблемы, так же требуется время для того, чтобы его размотать.

Родители должны понять важное положение: чтобы решить проблему отношений, должен меняться не только ребенок, но и они сами. Если задачи психолога касаются только устранения неприятных фактов поведения, реагирования, отношения, коррекционная работа будет представлять собой устранение симптомов. На какой-то период родители и дети получают профессиональную психологическую поддержку, наполняют чашу своих ресурсов. Но причина проблемы скорее всего останется и будет заявлять о себе снова и снова.

### ***Психолог***

Психолог, в свою очередь, должен понимать, чего хотят от него родители. Не забегать вперед, не навязывать свое мнение, не обвинять родителей в том, что отказываются прикладывать усилия и не видят глобальности проблемы. Их проблема именно та, с которой они обратились.

За несколько недель, пока длится курс групповой арт-терапии, ребенку оказывается психологическая поддержка, активизируется его позитивный потенциал, с другой стороны, благодаря беседам с психологом изменяется поведение родителей, которые начинают следовать новой стратегии поведения, оговоренной в ходе консультаций.

В сложных случаях семье предлагается посетить цикл занятий по оптимизации детско-родительских отношений. Усилия психолога

направляются на то, чтобы семья смогла идти дальше самостоятельно, обрела силы для собственного маршрута.

Обычно для иллюстрации текстов авторы приводят успешные примеры из своей практики. Мне же хочется поделиться неудачным опытом, который тем не менее я отношу к разряду «дорогих» уроков.



### *Сереза П., 9 лет*

Серезу направила ко мне на курс «Цветной мир» коллега по психологическому центру. До начала работы детской группы с мамой я не беседовала, так как женщина уже получила консультацию. Мне, по просьбе коллеги, предстояло работать только с мальчиком.

Ситуация состояла в следующем. Сереза — замкнутый мальчик с трудностями общения и низким психическим тонусом. Воспитывается мамой и бабушкой, с отцом контактов никогда не имел. У матери неудачно сложилась личная жизнь. Женщина как данность воспринимает собственные проблемы, многого от жизни не ждет. Нерешительная, терпеливая, работает уборщицей в школе. Сереза имеет неврологическое заболевание, которое влияет на трудности организации учебной деятельности, невнятность речи. Учится в классе КРО. В семье опекаем, находится под постоянным наблюдением бабушки. До обращений к психологу Сереза подвергался нападкам со стороны мальчишек из разных классов его школы. Его дразнили, закидывали снежками, отбирали деньги. Сопротивления не оказывал — чувствовал себя слабым, беспомощным.

Основная проблема, со слов матери, заключалась в том, что Серезу трудно усадить за подготовку домашних заданий, а выполнение тянется до позднего вечера. Мальчик перестал слушаться, грубит бабушке.

Мной была поставлена цель — развитие и укрепление самости, формирование позитивного образа Я, расширение уверенности в контактах со сверстниками. В ходе коррекции психологом была выбрана тактика опоры на сильную сторону личности Сергея, в качестве которой был выбран интерес к рисованию, чувствительность к цвету, образу. Мальчика необходимо было тонизировать успехами от собственного творчества, от контактов с членами группы.

Таких детей, как Сереза, называют «удобными» — это дети, которые не проявляют инициативу и не отказываются от предложения что-то делать. Из-за того, что Сереза говорил тихо и невнятно, его прихо-

дилось переспрашивать. Но мальчик в ответ отводил взгляд и произносил: «Ничего». Он редко смотрел прямо в глаза.

Запрос матери был продиктован тем, что дома Сергей постепенно перестал быть удобным. Возросла учебная нагрузка, повзрослел сам мальчик. В семье назрел кризис — с мальчиком «стало что-то не так», семейный стиль отношений перестал срабатывать, взрослые потеряли ключи от управления ребенком.

Сергей посещал групповые занятия в течение 12 недель. Его голос стал громче, взгляд засветился, отказов повторить сказанное больше не было. Он нашел силы отстаивать собственное пространство при выполнении рисунков на одном листе с другими детьми. Его идеи стали равноценным вкладом в общую работу группы. На последнем занятии Сергей принял самое активное участие в постановке сценки, сыграл в ней главную роль милиционера—победителя хулиганов.

На занятия Сережу привозила бабушка. Получилось, что именно бабушка была посредником между семьей мальчика и психологом. Во второй половине цикла встреч она пожаловалась, что ей (бабушке) еще труднее стало сладить с Сергеем. Незадолго до этого он пришел домой после школы очень злым. Бросил портфель, обругал бабушку. Не отвечая на расспросы о том, что с ним случилось, заперся у себя в комнате, плакал, колотил большого игрушечного слона. Успокоился к вечеру и только тогда смог рассказать, что мальчишки из школы опять приставали к нему, кидались в него снегом, дразнили. Таких реакций у него раньше не было. Мы обсудили с бабушкой, почему Сергей так себя вел — он стал меняться, почувствовал уважение к себе от других, самоуважение и теперь не хочет мириться с прежним отношением к себе. Однако сил противостоять агрессии у него пока нет. Эти силы он сможет черпать дома, в семье. Сейчас Сережа «тренирует» свою социальную уверенность на более слабом, чем он, по его мнению, близком человеке — бабушке. Мы наметили варианты, как бабушка и мама могут показать Сергею, что они признают его права и уважают его мнение. Вернее будет сказать не **МЫ**, а **Я** предложила бабушке возможные способы, в том числе с определением режима подготовки домашних заданий в будни и выходные, с учетом неврологических особенностей мальчика.

Несмотря на успехи, достигнутые Сережей за период арт-занятий, я не чувствовала работу законченной. Перед последним занятием на беседу приехала мама. Она повторяла те же жалобы, что и бабушка. Можно было сделать вывод, что посредничество бабушки несколько не помогло маме в ответе на вопрос, что же делать с сыном. Ее восприятие проблемы отношений с Сережей почти не изменилось с момента нашей встречи два месяца назад. Она ожидала изменений от сына, но не видела их. Запрос матери касался в первую очередь подготовки до-

машних заданий — мальчик должен готовить их сам, без ругани, слез, истерик. Она не услышала реальных способов управлять им, повысить его интерес к учебе. Сережа не стал, как прежде, удобным ребенком. По мнению взрослых членов этой семьи, Сережа — любимый, но «отбившийся от рук», не совсем здоровый ребенок. Чтобы он, в силу своих умеренных способностей, не потерялся в жизни, его надо контролировать и направлять, держать в рамках приличного поведения, требований школы и мнений знакомых.

Поставленная мной задача предполагала изменение системы отношений, передачу ответственности, умение увидеть сильные стороны ребенка, оценить и уважать их. Ни мама, ни бабушка не были готовы менять систему отношений. Может, в силу своей инертности, занятости. Может, в силу личных особенностей мамы, возраста бабушки. Я не смогла донести до них необходимость встречных изменений со стороны взрослой части семьи. В дальнейшем обращений от этой семьи не было.



На примере Сережи можно сказать, что новообразования в личности мальчика еще не явились залогом улучшения отношений внутри семьи. Да, у Сергея появился вкус к жизни, он почувствовал широту своих возможностей, приобрел важный для него опыт успеха. Он изменился, но вернулся туда же, в ту же ситуацию, в которой конфликт был рожден. Есть вероятность, что в дальнейшем может усилиться отторжение того, что и раньше он интуитивно не принимал в семейных отношениях, против чего протестовал, повысить уровень невротизации.

Процесс психологического консультирования семьи имеет свои правила, последовательность, техники и пр. Мы работаем с ощущениями, чувствами, мнениями отдельных ее членов, отношениями между ними, историей семьи в целом. Поэтому остановимся подробнее на том, что же делать с родителями, пока проходит цикл арт-сессий с их детьми.

1. В самом начале арт-терапевтического цикла следует настраивать родителей на совместную работу. По возможности **наметить стратегию общения с ребенком в семье**. На этом этапе

взрослому еще сложно резко поменять видение ситуации в целом, свое поведение, мнение о ребенке. Но конкретные способы взаимодействия могут показать родителям, что успех в решении проблемы возможен и зависит от действий членов семьи. По сути, психолог помогает взрослым ощутить себя «хорошими родителями». Он поддерживает мать, отца, и у тех появляются силы не испытывать чувство вины или беспомощности, когда их ребенок невыносимо ведет себя.

2. Как можно конкретнее, простыми фразами объяснить, какая работа будет происходить с их ребенком в стенах психологического кабинета, какие задачи будут решаться, каким образом. Если надо, привести примеры. Главное — дать информацию *понятно*.
3. Регулярно давать родителям сведения о том, что происходит с ребенком на занятиях:
  - какие чудесные творения исходят из его рук;
  - что интересного он сказал, сделал, предложил;
  - что нового появилось, раскрылось в их чаде,
  - как он реагировал раньше, как реагирует сейчас;
  - над чем еще предстоит работать;
  - на что обратить внимание родителям дома и т.д.

Психологу желательно научиться рассказывать так, *чтобы ребенок удивлял* своих родителей. Это верный путь рождения нового интереса к родному человеку, который раньше беспокоил, утомлял, раздражал, злил, тревожил.

Рассказ о ребенке должен быть построен на рисунках, фактах поведения, высказываниях. «Посмотрите, что Саша создал! Андрей удивил всех... Наташа сегодня предложила рисовать... Всем это понравилось!» Не надо фантазировать и говорить о том, чего нет. Содержание занятия дает достаточно материала для презентации ребенка родителям. Психологу остается только подмечать этот материал.

Зачем это надо? В детском творчестве родителям легче «прочитать» неповторимость, индивидуальность ребенка. А значит, легче принять его особенности, отнестись к ним как к обычным нормальным или, наоборот, незаурядным, в хорошем смысле этого слова. Быть к ним терпеливыми, толерантными, открытыми.

4. Помогать родителям замечать положительные изменения, происходящие с их ребенком дома. Да, в силу разных причин родители не всегда замечают изменения. Отвечая на вопросы психолога, легче обратить внимание на желанные, греющие сердце эпизоды, моменты, периоды, тенденции. О чем спрашивать:
  - о том, каким взрослые видят ребенка дома: какое у него настроение, поведение;
  - как прожил неделю, было ли что-то, что огорчило или порадовало родителей;
  - есть ли новости из школы, отзывы от учителей.

Если психологическая коррекция не свелась только к занятиям с детьми, а работа с родителями последовательна и систематична, у психолога увеличивается арсенал терапевтических средств, которыми можно воздействовать на улучшение ситуации.

Итак, родители (бабушки, дедушки, братья, сестры, родственники, друзья) привели детей к психологу и теперь ждут в коридоре окончания занятия. Взрослые, которым довелось выполнять ответственное задания транспортировать ребенка к психологу и обратно домой, должны быть готовы к тому, что ребята могут испачкать руки, лицо, одежду. Надо предупредить их о том, что *не следует просить ребенка не пачкаться* — это сильно тяготит детей, выстраивает барьеры активности, провоцирует чувство вины, так как ребенку практически невозможно сдержать обещание.

Если психологу удалось сделать родителей союзниками в создании в группе терапевтической атмосферы, в которой дети чувствуют себя защищенно, позволяют себе естественность и спонтанность, можно наблюдать ситуации, подобные описанной в следующем примере.

### *Полина 7 лет, 1-й класс*

Полина — внешне очень приятная девочка из положительной семьи, в которой есть еще старшая сестра. Хорошо знает правила поведения, старательно их соблюдает, однако время от времени «срывается» на брань в свой адрес и в адрес сверстников. Беспокойная, ранимая, плаксивая, тяжело привыкает к новой обстановке (к детскому саду, к школе). Имеет неврологический диагноз «церебрастения, астено-невротический синдром».

На одной из арт-сессий Полину привело в полный восторг выливание на стекло целой баночки гуаши и размазывание краски ладонями. Широко открытыми от восхищения глазами она смотрела на свои руки и, смеясь, громко говорила: «Ой, какие грязные! Мои брюки, мои руки! Мама придет в ужас! Меня убьют!» И продолжала мазать краской по стеклу. Потом обращалась к соседке: «Новенькая коробка гуаши! Давай всю гуашь выльем и будем как свиньи! Я уже три банки вылила!» И содержимое следующей баночки добавлялось к месиву, перемешивалось пальцами. «Ну, теперь меня точно мама убьет!» — повторяла она с улыбкой, продолжая размазывать краски (рисунок 10).

Полина позволила себе на это время не быть воспитанной девочкой, хотя преодолеть контроль Родителя ей было не просто. Следует добавить, что семья Полины изначально была настроена на помощь девочке, легко шла на контакт с психологом, прислушивалась к рекомендациям. Мама не закрывала глаза на сложности, связанные с организацией жизни ребенка, имеющего неврологические особенности. К окончанию курса арт-терапии Полина стала заметно спокойнее, повысился общий фон настроения. Девочка перестала ругать себя за то, что с чем-то не справляется. Из ее реакций ушла резкость. Эмоции стали более «плавными», уравновешенными.



Как продолжение предыдущего правила, ***родители не должны удрученно смотреть на своих детей после занятия***, старательно сдерживая сопротивление грязной одежде, рукам, лицу. Грязь не только неминуема, но порой и желательна.

Родители делятся с психологом, когда видят, что ребенок становится спокойнее, покладистее, в семье улучшается обстановка, дома все чаще царят мир, комфорт и душевный порядок. А ведь это так важно — знать, что ты действительно смог кому-то помочь!

## Скрытая сторона «Цветного мира», или О чем еще не было сказано

Бывает, что работники образования ошибочно считают арт-терапией любое использование рисуночных заданий в практике развития психических функций. Например, задания типа «Найдите правый верхний угол, поставьте там точку, найдите левый нижний угол, нарисуйте там кружок и т.д.» при развитии пространственных представлений. Или задания на развитие зрительно-моторной координации, по типу «Нарисуй, как на образце», «Дорисуй в зеркальном отражении». Широкое применение приема штриховки в обозначенном контуре для формирования мелкой моторики руки не избавляет ребенка от страха перед рисованием и обучением, наоборот, предполагает усиление контроля над действиями, оценку качества результата выполнения. По своему предназначению такие задания предполагают совершенно другие цели, содержание, результат деятельности и методы воздействия взрослого, нежели те, которые отличают процесс арт-терапии, а именно — овладение техническими навыками, умением пользоваться школьными принадлежностями и т.д. К тому же существуют четкие критерии, по которым происходит оценивание способностей ребенка, а высокие ожидания педагогов и родителей могут спровоцировать усиление тревожности и напряжения. Все-таки специалист, если он считает себя профессионалом (извините за пышный слог), должен хорошо понимать, с какой целью, каким способом, в какой последовательности он собирается прикладывать профессиональные усилия, какой результат ожидает получить и какие подводные камни могут быть встречены на этом пути.

Желая «обогатить» содержание занятий, психологи порой вставляют в них задания познавательного плана. Например: «Давайте отправимся на цветочную поляну! Но сначала перечислите все названия цветов, которые вы знаете». В жизни современных детей и так слишком актуализированы когнитивные ценности, в ущерб душевной гармонии и эмоциональному благополучию. Арт-терапия помогает выровнять интеллектуальный крен. Позвав в союзники творчество и фантазию, которые на самом деле так естественны для

детей, она помогает насытиться эмоциями, сделать окружающий мир разноцветным.

Психологи часто используют музыкальное оформление для увеличения силы воздействия на человека арт-задания, связанного с рисованием. Существуют прекрасные способы, построенные на взаимодополнении рисования и музыкального фона, например, техника направленной визуализации или некоторые релаксационные приемы. По своему воздействию изображение (цвет, линия, форма) и музыка достаточно сильны и насыщены. Помня об индивидуально-психологических различиях детей в восприятии сенсорной информации, приоритете развития одной из репрезентативных систем или их своеобразного сочетания, можно предположить, что либо музыка, либо рисунок будет иметь более сильное воздействие на ребенка.

В изотерапевтической работе с маленькими детьми не всегда следует совмещать рисование и восприятие музыки. В процессе рисования детям музыка часто мешает, они переключаются на нее, отвлекаются, быстрее утомляются. Иногда прямо просят выключить или дипломатично спрашивают, сколько еще она будет продолжаться. Музыка может войти в диссонанс с актуальным состоянием ребенка, вызвать противоречивые чувства, отторжение. Музыка может создать ограничение активности ребенка, мешая разворачиванию творческой идеи, возвращая автора в обозначенное русло мелодии, настроения, темы.

Однако это предостережения. Определенность соотношения «фигуры и фона», в данном случае — рисования и музыки, способна расставить нужные акценты, охватить больше рычагов терапевтического воздействия. Если вы обладаете музыкальным чутьем, имеете в своем арсенале богатую(!) фонотеку, способны гибко и обоснованно подбирать музыкальный материал, он может стать вам добрым партнером в решении коррекционных задач.

При проведении арт-сессии можно столкнуться со следующей ситуацией. Несмотря на то что посредством создания условий или предложения той или иной техники психолог планирует определенную активность, ребенок (что происходит часто, и это здорово) начинает действовать, исходя из собственных желаний, подвижных фантазией. Этот процесс может сильно отличаться от представлений психолога о

том, «что должен делать ребенок». Ребенок может отказаться от выполнения задания, промолчать в ответ на просьбу объяснить содержание рисунка, проигнорировать общее обсуждение. Может выполнить задание на основании собственного опыта и представлений, при этом выполнение будет отличаться от того, что имел в виду психолог. Так, вместо коллективной работы может развернуться индивидуальная или парная, вместо «радостного рисунка» появиться «обиженный» или «тревожный», вместо окружностей — угловатые формы. И это только самые типичные «несовпадения с планом».

Кроме того, надо в этом признаться, целенаправленные деструктивные действия ребенка (например, размазывание краски или выливание воды на стол) могут вызывать у специалиста неприязнь, отвращение, раздражение, вслед за которыми у взрослого, естественно, может произойти снижение контроля своих действий и, как следствие, появиться непроизвольное, неосознанное желание что-то подправить, ограничить, запретить, поменять. Это ловушка, в которую легко попасться.

Отвечая себе на вопросы «Какие чувства вызывают у меня действия ребенка? Как я реагирую на действия ребенка? Почему?», можно избежать лишнего вмешательства в арт-процесс и насилия над самим собой. Даже имея в профессиональном арсенале эффективные техники и приемы арт-терапии, умея устанавливать отношения с клиентами, арт-терапевт не застрахован от сложности предоставления ребенку свободы и одновременного контроля ситуации и минимизации своего влияния на нее.

Возможно, психолог будет работать более эффективно, если он обладает определенными личностными качествами, подходящими для арт-терапевтической работы с детьми.

### ***Качества личности арт-терапевта***

**Во-первых, лояльность к грязи.**

Арт-терапевтическая работа с дошкольниками и младшими школьниками, как вы уже поняли, может проходить за границами традиционных представлений о чистоте и аккуратности.

Есть люди, для которых совершенно неприемлем беспорядок, у которых вид неубранной комнаты вызывает неприятные, дискомфортные ощущения. И уж тем более они не могут спокойно наблюдать, как эта грязь создается — как по столу размазывается краска, разливается вода, разлетаются брызги, капли попадают на пол, а потом подошвами обуви разносятся по комнате. Неудивительно, что такой человек неосознанно будет стремиться этой грязи противодействовать — останавливать ребенка, препятствовать развитию деструктивных актов. Это может выражаться и словесно «Не надо так делать!», и без слов, внешним видом и поведением — недовольной мимикой, произвольными предупредительными движениями рук, стремлением сразу убрать, затереть образовавшуюся лужу. Если в этом описании вы узнали себя, поразмышляйте, сможете ли вы договориться с собственной природной опрятностью, дабы заняться с маленькими детьми заинтересовавшей вас арт-терапией. Часто ребенок испытывает двойственные побуждения — с одной стороны, играть с красками так, как хочется, а с другой — соблюдать правила и не пачкаться. Если вы перед ним будете ходить с тряпкой или складывать стопочкой готовые рисунки, вряд ли это будет способствовать раскрепощению ребенка, наоборот, он будет чувствовать себя скованно и растерянно.

### **Во-вторых, креативность и гибкость.**

Креативность, или «творческость», личности психолога требуется как при подготовке занятий, так и непосредственно при их проведении. Однако это качество приводится рядом с гибкостью, так как имеется в виду не только умение заранее придумать нечто необычное, но и способность быстро и желательно оригинально среагировать на ситуацию и принять альтернативный вариант развития событий.

Для примера приведу случай из практики. Как-то в самом начале третьего по счету занятия с детьми 7—8 лет, посвященного радости, одна из девочек, Полина, поскользнулась, упала, ударилась челюстью и носом, заплакала и никак не могла успокоиться. До радости ли здесь? Полина была умыта, кровь из носа остановлена, фразы о понимании ее состояния психологом произнесены. Одна-

ко занятие надо было продолжать. Полине было предложено выбрать комфортное место в комнате, чтобы нарисовать, как ей больно и обидно. Остальным детям в это время было поручено сделать рисунки, которые порадуют Полину. Психолог периодически переходил от группы детей к девочке, отрабатывая ситуацию в обеих точках. В итоге изображения боли и обиды были заперты в шкафу, а дети рассказали о рисунках радости и подарили их Полине. Таким образом было не только выровнено настроение, но и с помощью реальной ситуации показана сила открытого выражения искренних эмоций.

### **В-третьих, эмоциональная устойчивость.**

В практике психологической коррекции приходится иметь дело с проблемными детьми. И сложность работы заключается не только в том, что с ними трудно наладить контакт или удерживать в организационном плане. Клиентами бывают дети, которые выражают в ваш адрес и адрес детей агрессию — бранятся, рвут и портят чужие вещи, воруют, обманывают, произносят слова, которые в устах ребенка звучат совершенно противоестественно. Арт-терапия — это не только красивые, необычные творческие работы. Детские руки могут создать «кровь», «растекшиеся мозги», «говно», детские уста могут ругаться матом и сыпать оскорбления. Непросто держать ситуацию под контролем — не отправить ребенка к маме, ждущей за дверью, не потерять лицо перед другими детьми и при этом не оставить высказывание без реакции. Измученный расторможенностью и отвлекаемостью маленьких детей, психолог может попытаться собрать их внимание опосредованным негативным высказыванием, например: «Сейчас те дети, кто не ломает и не отбирает, увидят сюрприз». Психолог тоже может устать, обидеться, почувствовать раздражение, потерять контроль над собой и обстановкой. Только чем тогда эта ситуация будет отличаться от тех, в которых появилась проблемность ребенка? У кого тогда этому маленькому человеку искать помощи и понимания? Маленькие клиенты арт-терапевтов, ранимые и неуверенные, раз за разом ждут от вас слова и акты поддержки, которые позволят им стать немного сильнее. И вы должны их

дать, более того — научить детей иметь их при себе, а при необходимости создавать их для себя.

К перечисленным специфическим качествам добавим профессиональную рефлексию, искренность в выражении чувств, конгруэнтность, способность к эмпатии и безусловному принятию, и перед нами предстанет портрет психолога, имеющего много шансов стать хорошим арт-терапевтом и при этом не «сгореть» на работе.

Заканчивая рассказ о теневых сторонах арт-работы с дошкольниками и младшими школьниками, следует напомнить, что для реализации детского замысла могут потребоваться всевозможные материалы (подробнее об этом — в следующем разделе). Желательно, чтобы они были в арт-комнате в достаточном количестве. Какие-то изобразительные средства расходуются в большом количестве — это бумага, гуашь, восковые мелки, клей, какие-то в меньшем — акварель, цветные карандаши и пр. Проведение арт-сессий с дошкольниками — финансово затратное занятие.

Еще один малоприятный момент — обилие уборки. Настройте себя на регулярный труд по приведению арт-помещения в изначальный вид. На это понадобятся и физические силы, и время. Составляя циклограмму работы кабинета, не забудьте выделить дополнительные полчаса на уборку после арт-занятия.

Таким образом, кроме бесспорных преимуществ, в использовании арт-терапии есть и подводные камни. Психолог должен знать о них и быть готовым к адекватному восприятию или преодолению.

## **Глава 3**

### **Оснащение помещения для занятий арт-терапией**

#### **Организация пространства арт-комнаты**

Для арт-работы желательно отвести специальное помещение, достаточное по площади, с хорошим естественным освещением. В идеале — использовать его только для арт-сессий, так как помещение постепенно приобретет своеобразный внешний вид. Его стены будут завешаны детскими рисунками, на подоконниках будут разложены работы, краска или клей на которых еще не высохли, а также объемные пространственные творческие конструкции. Как бы вы ни отмывали мебель чистящими средствами, на ней периодически будут оставаться следы краски. Это нормально, такая среда стимулирует детское творчество, снимает страх испачкаться самому или измазать стол, пол.

Как уже было упомянуто, мебель и пол должны легко мыться. Поэтому ковровое покрытие или ковер, закрывающий все пространство пола, исключаются.

В помещении для арт-работы нежелательны «лишние» предметы. «Лишними» можно считать оборудование, уместное в игровой комнате. Например, мягкие игрушки. Дети, особенно с полевым поведением и низкой произвольной регуляцией, обязательно будут их брать, кидать, мазать краской, пусть и не нарочно. Даже если вы введете дополнительное правило «не брать игрушки», оно все равно не будет соблюдаться в силу особенностей детей. Игрушки придется забирать, отмывать. На это будут уходить время и силы. Внимание детей будет рассеиваться, а организующие указания взрослого могут резонировать с их предшествующим негативным опытом, и психологическая работа по созданию терапевтической атмосферы будет пробуксовывать. Это же касается других элементов детских игровых комнат — ярких пластиковых модулей, горок, музыкальных инструментов, спортивного снаряжения.

Оформление арт-пространства дополнительно тонизирует детей. Однако такая среда может сильно мешать проведению других видов занятий. Если ваша деятельность проходит в психологическом центре, ваши коллеги, так же как и вы, рассчитывают на оптимальные условия для коррекционной работы. Согласуйте с ними этот вопрос.

**Итак, что потребуется для работы:**

- столы, стулья по росту детей. Желательно иметь легкую мебель, тогда вам не будет трудно переставлять ее в пространстве;
- место для выставки детских работ (например, прибитые к стенам рейки, в которые легко входят канцелярские гвоздики);
- место для хранения детских работ (шкаф, стеллаж, тумба);
- небольшой ковер или плоские подушки для удобства работы на полу. Можно использовать туристические коврики — они мобильные, мягкие и легко моются;
- ящик с песком (желательно 50 × 75 × 8 см);
- толстые стекла различного размера (например, 40 × 70 см, 25 × 40 см). Подойдут стекла из старых книжных полок, а также оргстекла, так как они более прочны к ударам. Края стекол обязательно должны быть обработаны для предупреждения

Высохшая гуашь светлеет и разводится в баночке с большим трудом. Однако в арт-работе, основанной на воссоздании периода детского марания, вы вряд ли узнаете об этом. Гуашь просто не успеет высохнуть — если детям дать возможность, они измажут весь ваш запас.

Вместо гуаши некоторые дети выбирают акварель. Возможно, из-за того, что эта краска им более знакома по занятиям и урокам рисования. Но может, и потому, что акварельный мазок прозрачен и легок, а значит, вызывает меньше тревоги, меньше ощущения категоричности «перцептивного» высказывания по сравнению с гуашью.

**Акварель** (от латинского слова aqua — вода) — краски, составленные на растительном клее и разводимые водой. Основные качества акварельных красок — их прозрачность (сквозь краску просвечивает бумага) и чистота цвета. Размывы и затеки акварели создают эффект подвижности. Акварель не терпит густых наслоений краски и многократного прописывания по одному месту. Однако эти характеристики не учитываются детьми на арт-сессиях. Акварельные краски используются точно так же, как и гуашевые, то есть накладываются плотными мазками, слоями.

**Темпера** (от итальянского слова tempera — смешивать краски) — одна из древнейших красок. Темперу изготавливают из эмульсии, куда входит синтетический клей (ПВА) или водный клеевой раствор в смеси с маслом. Темперу разжижают водой, но по высыхании она не размывается. Недостаток темперы — ее быстрое затвердевание, что почти исключает работу по-сырому, то есть возможность сделать с темперного изображения оттиск. Трудно сделать оттиск и с акварельного изображения. *На арт-терапевтических занятиях с детьми темперы практически не используется.* Исключение — рисование на предметах, пригодных для дальнейшего использования (роспись кукол, банок, тарелок и т.д.).

Некоторые фирмы-изготовители предлагают совсем маленьким детям специальную темперную и гуашевую **краску для рисования пальцами**. Она обладает необходимыми характеристиками, однако очень дорога и с учетом большого расходования краски, которая порой в неоправданных сторонним наблюдателем количествах вы-

ливается, вымывается, смешивается прямо в баночке и загрязняется, может быть заменена обычной гуашью.

Помимо традиционных шести-, десяти-, двенадцатицветных наборов гуашевой, акварельной, темперной краски, в продаже есть цвета типа «металлик», разных оттенков, а также золотые, серебряные, бронзовые. Дети их очень любят. При вариации набора основных (красный, синий, желтый) и дополнительных (оранжевый, зеленый, коричневый, охра, бордовый, пурпурный, голубой, фиолетовый, изумрудно-зеленый и т.д.) цветов ребенку обязательно должны быть предложены белая и черная краска. Богатая цветовая палитра и редкие необычные оттенки дают детям широкие возможности для самовыражения.

### ***Карандаши, восковые и масляные мелки***

Восковые мелки предназначены главным образом для детей. Это обстоятельство определяет необходимые данному продукту характеристики. Мелки должны быть нетоксичными, их цвета — яркими, форма — максимально удобной для неловких детских пальчиков. Поскольку дети редко стараются прорисовывать детали, им не мешает то, что восковые карандаши быстро затупляются и ими не так-то просто начертить тонкую линию.

В отличие от диагностического процесса для арт-сессий желательно использовать многоцветные наборы, в которых присутствуют оттенки цветов. Обязательно — простые карандаши, мягкости НВ, В. Простые карандаши часто выбираются тревожными детьми, так как их след можно стереть, тем самым подправить или уничтожить изображение.

При выборе карандашей и мелков в канцелярском магазине помните, что по заявленной твердости карандаши одного производителя будут немного мягче, чем другого. Будет отличаться насыщенность цвета — в одних наборах цвета яркие, в других блеклые. Как правило, более яркие и мягкие карандаши и мелки, а следовательно — более качественные, стоят дороже. Не экономьте на них. От их качества напрямую зависит эффективность детской работы. Для дошкольников созданы карандаши треугольной формы, которые имеют

травмирования детей. Желательно сделать это в специализированной мастерской, а как экспресс-вариант — можно оклеить их скотчем;

- рамки для рисунков (могут быть сделаны из картона и оклеены цветной бумагой);
- костюмы для ряжения или их элементы;
- планшеты;
- мольберт (на который можно выставить детский рисунок, чтобы рассмотреть и полюбоваться);
- пластиковые подносы;
- емкость для сжигания бумаги.

Движения дошкольника далеки от совершенства, так что следы от краски на столе, полу, стульях, одежде, разлитая вода, мусор являются неотъемлемым спутником занятий. Также дети могут разводить грязь специально, либо проверяя реакцию психолога, либо находя в этом желанную свободу. Чтобы не стать заложником уборки, надо продумать, как ее минимизировать. Например, покрыть столы клеенчатой или другой плотной моющейся скатертью, салфетками. Одноразовые скатерти — самый лучший, но опять же затратный вариант. Чем удобнее будет оборудование для уборки, тем легче будет проходить этот этап.

#### **Надо запастись:**

- клеенки или другие покрытия для предохранения столов;
- полотенца, салфетки;
- тазик для мытья рук (если в комнате нет раковины);
- ведро, тряпки, моющие средства, резиновые перчатки.

Желательно, чтобы в комнате для арт-занятий имелись разные изосредства. У детей должен быть выбор материалов для реализации их замыслов. Вполне обычно, что ребенок из занятия в занятие выбирает одно и то же изосредство, например, любит рисовать золотой или лиловой гуашью.

#### **Материалы для создания изображений:**

- гуашь, акварель;
- бумага для рисования (формат А1—А5);

- обои в рулоне;
- глина (или специальное соленое тесто);
- цветные карандаши, восковые мелки, пастель, уголь;
- ластики;
- художественные и клеевые кисти (толстые, тонкие);
- тампоны, губки;
- детский грим;
- пластмассовые сосуды для воды — ополаскивать кисти;
- цветная бумага, картон, ножницы;
- старые газеты, журналы, открытки, рекламные листовки;
- клей ПВА, клей-карандаш, скотч;
- степлер;
- сыпучие материалы (крупы, вермишель, сахар, соль);
- засушенные листья деревьев;
- бросовый и природный материал, коктейльные соломинки, «суровые» нитки и т.д.

Это примерный набор материалов, он может меняться, дополняться. Новые идеи вносят разнообразие в арсенал средств изображения. Бывает, что сами дети приносят на арт-занятия какие-либо материалы.

## **Какие изобразительные материалы подходят для арт-терапевтической работы с детьми?**

### ***Краски***

Во время занятий с детьми старайтесь работать **гуашью**, которая привлекает своей яркостью, плотностью, густотой. Гуашь (от итальянского *guazze* — водяная краска) — краски, состоящие из тонко растертых пигментов с водоклеевыми связующими и примесью белил. Гуашь легко разводится водой, смывается. Гуашь ложится на уже имеющийся на бумаге слой краски и не смешивается с ним. Отмывается с рук при помощи мыла. Современная гуашь легко отстирывается от одежды.

утолщенный грифель и даже при сильном нажиме не ломаются. А треугольная форма предопределяет правильное положение пальцев на стержне во время рисования. Так же детям нравятся толстые карандаши.

Для работы с дошкольниками, особенно с ярким негативизмом, желательно запастись карандашами и мелками необычной формы, конструкции, цветовой гаммы. Например, в виде шарика, удобно вкладываемого в ладошку ребенка, или в виде фантастического персонажа, или с разноцветным грифелем. С таким мелком ребенку будет сложно устоять против рисования, и работа начнется.

### **Пастель**

Слово «пастель» произошло от итальянского *pasta* — «тесто». Качество готовой пастели напрямую зависит от тонкости помола пигментов, входящих в ее состав, и тщательности замеса «теста», из которого ее делают. Пастель входит в группу так называемых графических материалов для художников. Туда же входят еще **угли рисовальный и прессованный, сангина, сепия и соусы.**

В художественных целях пастелью работают по шероховатой поверхности, в углублениях которой удерживаются цветные пылинки пигмента, образующиеся при трении мелка об основу. Чаще всего основой для живописи пастелью служит цветная бумага, бархатная или с тиснением.

Пастель — очень нежный и хрупкий материал. Детям он нравится, но из-за своих свойств подходит не всем. В арт-работе с гиперактивными и расторможенными детьми удобнее использовать крепкие материалы, тогда как пастель, в силу детской моторной неловкости и нечувствительности к силе нажима, может просто разламываться в руках ребенка.

Практически все операции, применяемые при производстве пастели, даже упаковку в блистерные коробки, производители делают вручную! И так во всем мире. Ручное изготовление влечет за собой высокую стоимость. Групповые арт-сессии с дошкольниками и младшими школьниками — процесс материально затратный, потому логичнее подбирать для них более доступные по цене материалы.

Этим вы доставите детям больше свободы творчества, а себе обеспечите спокойное отношение к тому, как они обращаются с изобразительными средствами.

### ***Материалы для рисования на теле и лице***

Прежде чем предлагать детям рисовать на руках или лице, убедитесь, что у них нет кожных заболеваний, кожа не раздражена, не повреждена и у ребенка нет склонности к аллергической реакции.

В продаже имеется специальный **детский грим** (обратите внимание на наличие ГОСТа). Он наносится ватной палочкой или прямо пальцем. Снимается косметическим молочком, вазелином или теплой водой с мылом. Рекомендуется для детей от 3 лет.

Рисунок можно наносить **гелевыми ручками для татуировок**. Паста легко смывается водой, при необходимости — с мылом. Тем не менее, если рисунок оставить на длительное время, например, до утра, чтобы показать одноклассникам после смывания некоторый срок будет оставаться след.

Для раскрашивания лица подойдут и **акварельные краски**, но для рисования следует отобрать ненасыщенные цвета. Они меньше впитываются, и соответственно после умывания кожа остается чистой.

Какой бы материал вы ни выбрали, всегда имейте при себе чистое полотенце, детское мыло, детский крем или косметическое молочко, вазелин, бумажные салфетки. Предлагая детям «рисковать» собственным лицом, постарайтесь обеспечить максимальную защиту.

### ***Кисти***

Слово «кисть» одного корня с такими древнерусскими словами, как «кита» и «кить». Оно обозначает «пучок, связку, кипку чего-либо, связанную с одного конца».

Кисти отличаются друг от друга не только размером, толщиной, но и формой, материалом. Кисти бывают плоские и круглые. В зависимости от материала, из которого сделаны рабочие части кистей,

их делят на мягкие (из волос белки, колонка, барсука, куницы, хоряка, собаки, козы) и жесткие (из свиной щетины). В работе с акварелью художники-оформители используют мягкие кисти. С гуашью и маслом — щетинные и колонковые.

Нет необходимости покупать для арт-занятий самые дорогие кисти. Вместо беличьей кисти отлично подойдет вариант пони, который в два раза дешевле. В арсенале арт-терапевта должны быть кисти из щетины, стоимость которых еще вполтину меньше, чем кисти из пони. Они качественно другие — жесткие, упругие. Дети с проблемами скорее выбирают большие щетинные кисти. Возможно, из-за их отличия от художественных, то есть тех, которыми рисуют на занятиях и уроках рисования, и они изначально не предполагают старание «художника», наоборот, позволяют смело, размашисто мазать.

Для воплощения разных идей дети выбирают кисти разной толщины. Пусть в арт-помещении будут кисти от № 1 до № 20, причем по несколько штук каждой толщины. Не хочется, чтобы дети спорили, кому достанется самая толстая кисточка.

После работы кисти должны быть хорошо промыты. После работы акварелью или гуашью — прополосканы в чистой воде. После темперы — промыты немедленно и особенно тщательно, так как темпера по высыхании не размывается. Очищенные кисти хранятся вверх волосом в стаканчике или банке.

Итак, запаситесь кистями:

- из волоса пони и щетинными,
- плоскими и круглыми,
- толщиной № 1, 3, 6, 9, 12, 20.

## **Бумага**

Существует несколько десятков видов бумаги. В том числе мелованная, диаграммная, чертежная прозрачная, ватман, офсетная и др. Готовая бумага выпускается рулонами и отдельными листами. Листы имеют определенные размеры — форматы. В основу обозначений различных форматов положен формат **11**, или **A4**. Другие основные форматы получаются путем увеличения размеров листа в **2**, **4**, **8** и **16**

раз. Степень увеличения можно определить, не измеряя лист, а перемножая цифры в обозначении формата, например, в формате **24** содержится  $2 \times 4 = 8$  форматов **11**. По другому ГОСТу этот же размер обозначается как **A1**.

Если рассматривать бумагу с позиций художественной ценности, почти для каждого вида краски существует свой вид бумаги, хотя общие черты присутствуют. Так, любая художественная бумага должна быть плотной и не гладкой. Плотной — для того, чтобы красящие вещества впитывались, но не пропитывали лист насквозь; не гладкой — чтобы краске было за что зацепиться на листе. Например, поверхность акварельной бумаги почти всегда шершавая, с различными фактурами.

Конечно, дети могут рисовать на любой поверхности. Однако для мараний больше подходит гладкая чертежная бумага, нежели шершавая художественная, так как фактура последней создает некоторое сопротивление при размазывании краски по площади листа.

Оптимальная основа для мараний — **ватман**. Это сорт чертежной бумаги, который используется и для художественных работ. Он хорошо проклеен, не ломается на сгибах, долгое время сохраняет белизну, выдерживает многократные подчистки, не теряя при этом своих качеств. На бумагу хорошо ложится гуашь, акварель, карандаш, тушь. В меньшей степени этими качествами обладает **полу-ватман**.

Оптимальный по качеству ватман выпускается на фабрике «Гознак». Это название проставляется водяными знаками (видимыми на просвет) у края листа.

Для изображений небольших форматов удобно использовать бумагу из детских альбомов. И опять имеет значение ее плотность и гладкость. Слишком тонкая бумага будет деформироваться от обилия воды, краски, не будет держать форму. Результат рисования станет не так привлекателен. Альбомы фабрики «Гознак» соответствуют необходимому качеству.

Ребенку важно получить опыт собственного успеха, и изобразительные материалы служат в этом помощниками.

Не будем сравнивать качество изобразительных материалов конкретных марок производителей (ведущих фирм), хотя отличия, безусловно существуют. Вы заметите их, если обратите внимание.

Обязательно следите за новинками изобразительных материалов. То, что сегодня кажется чем-то сверхновым, завтра станет будничным. Появляются блопены, масляные мелки для рисования по ткани, краски для создания наклеек и пр. Зайдите в канцелярский магазин и уделите время изучению его ассортимента. Вы обязательно найдете что-то интересное!

## Глава 4

### «Цветной мир»

#### **Цикл арт-терапевтических занятий с детьми дошкольного и младшего школьного возраста**

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 ребенка «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, или неожиданно ушел из семьи) отец. Мама вначале отгородилась от детей, погрузившись в собственные переживания. Потом разделила 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.

**Показания** к прохождению данного цикла занятий заключены в задачах, которые решаются с помощью его содержания:

- отреагирование актуальных состояний;
- снятие эмоционального напряжения;
- коррекция механизмов психологической защиты — демонстративности, негативизма, агрессии;
- коррекция тревожности, негативных установок, социальных барьеров,
- развитие ощущения собственной значимости;
- формирование способов эффективного взаимодействия детей (умений договориться, уступить, сделать вклад в общее дело, увидеть успехи других, оценить свои достоинства);
- поощрение позитивных форм активности (творчества, инициативы в решении задач, сдерживания негативных реакций и др.);
- знакомство с основными эмоциями человека;
- развитие умения контролировать свои действия;
- развитие воображения.

**Противопоказаниями** являются аллергические реакции на изобразительные материалы, а также кожные заболевания, при которых необходим ограниченный контакт с водой, химическими веществами. Детям приходится пользоваться общими средствами: песочницей, кисточками, карандашами, мелками, полотенцем. В некоторых случаях это создает риск передачи инфекции (например, при работе с детьми из социально неблагополучных семей).

Если вы работаете в психологическом центре, не надо включать в группу детей, невротизированных школьной ситуацией (отношениями с педагогом, одноклассниками), в которой вы не можете ничего изменить. В отличие от консультаций с психологом школы родители обращаются к психологу центра за альтернативной помощью, в том числе — анонимной. И конечно, в таком случае они предполагают сохранение тайны информации об их обращении. Для специалиста это означает, что контакт с сотрудниками школы невозможен. Участие ребенка в групповой арт-терапевтической работе по данной программе может усугубить ситуацию в классе: появится явный, еще более невротизирующий контраст между тем, как относятся к ребен-

ку в группе, как он чувствует себя в арт-пространстве, и тем, как складываются отношения с одноклассниками и учителями.

В моем опыте было два ярких случая, которые хорошо иллюстрируют это предостережение.



Маша, 9 лет, неврологический диагноз на момент обращения — астено-невротический синдром. Запрос матери касался истерических агрессивных реакций дочери на неудачи в школе (девочка бранила педагога, кидала стулья, толкала столы). У Маши полная семья: внимательная тревожная мама, папа по несколько месяцев отсутствует дома, уходит в плавание. Истерики Маши имели аффективную окраску, после их завершения девочка плохо помнила, что с ней было, проконтролировать их начало самостоятельно не могла. Было выяснено, что реакции Маши возникают в ответ на конфликтные отношения с классным руководителем. В связи с этим был установлен контакт с психологом школы, с матерью и специалистом обсужден и согласован вопрос перевода дочери в другой класс. Девочка прошла курс индивидуальной арт-терапии по осознанию и дифференциации собственных состояний, гармонизации аффективно-личностной сферы в целом. Работа в центре длилась два месяца, адаптация в новом классе прошла успешно, конфликтов с учителем больше не было.

И еще один случай.

Илья, 9 лет, учился во втором классе с детьми на год младше. Мальчик с очень своеобразной манерой поведения и речи, с истерическими реакциями на неудачу (в том числе возможную) в виде бурных отказов, швыряния вещей, вербальной агрессии и дома, и в школе. Одноклассники смеялись над Ильей, дразнили его. Несмотря на собственную инициативу обращения в психологический центр, мать сохраняла закрытость и дистанцию и сразу выразила сомнения в успехе работы. Обсуждение вопроса перевода мальчика на индивидуальное обучение в связи с колебаниями матери так и не было доведено до конца. Через два месяца мать отказалась от посещения Ильей занятий, сославшись на переход к другому специалисту. В том числе сообщила, что ситуация в школе ухудшилась. Отсутствие контакта и с матерью, и со школой увеличило разрыв между ожидаемым и имеющимся в жизни мальчика, усугубило иррациональность реакций.



Желание помочь не всегда совпадает с реальными профессиональными возможностями. «Не навреди!» — надо помнить об этом, тем более работая с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, которые не могут осознать качество воздействия и имеют зависимость от взрослых.

**Место проведения занятий:** оборудованное помещение, удобное для групповой работы.

**Частота встреч:** 1 раз в неделю.

**Продолжительность:** 40—80 минут.

**Состав группы:** 4—5 человек одной возрастной группы.

### Тематический план

№ занятия, рабочее название	Материалы и оборудование
Занятие № 1 «Рисуем настроение»	– 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»	– 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 тюбиках – листы бумаги формата А4 (по 4—5 на каждого ребенка) – пиктограммы эмоций (на карточках)
Занятие № 3 «Радость»	– 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"> <li>– гуашь, акварель, кисти разной толщины, вода</li> <li>– цветные карандаши, восковые мелки</li> <li>– подборка фотографий, иллюстраций с изображением явлений, событий, ситуаций, потенциально страшных для ребенка</li> <li>– подборка фотографий, иллюстраций с изображением разных человеческих эмоций</li> <li>– ватман формата А4, по 4–5 листов на каждого ребенка</li> <li>– веревочки для завязок, степлер</li> <li>– пиктограммы эмоций (на карточках)</li> </ul>
Занятие № 5 «Удивление»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– гуашь, акварель, кисти разной толщины, вода</li> <li>– цветные карандаши, восковые мелки</li> <li>– листы ватмана формата А3, А1, А4 (тонируемый, на каждого ребенка)</li> <li>– механический пульверизатор</li> <li>– сыпучие продукты (разные крупы, соль, сахар)</li> <li>– клей ПВА в тюбиках</li> <li>– крупная мозаика (например, из коврового материала)</li> <li>– пиктограммы эмоций (на карточках)</li> </ul>
Занятие № 6 «Злость»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– гуашь, акварель, кисти разной толщины, вода;</li> <li>– бумага формата А3 и А4 (на каждого);</li> <li>– фотографии детских лиц с выражением разных эмоций;</li> <li>– цветные карандаши, восковые мелки;</li> <li>– стекла с обработанным краем;</li> <li>– пиктограммы эмоций (на карточках)</li> </ul>
Занятие № 7 «День рождения Газетного человека»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– газеты (большое количество)</li> <li>– скотч, ножницы</li> <li>– бумага формата А3</li> <li>– цветные карандаши, восковые мелки</li> <li>– коктейльные соломинки</li> </ul>
Занятие № 8 «Дракончики»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– гуашь, акварель, кисти разной толщины, вода</li> <li>– детский крем или молочко, вата, зеркала</li> <li>– цветные карандаши, восковые мелки</li> <li>– 1–2 листа ватмана формата А1</li> <li>– степлер, картонные геометрические формы (5–6 см) для конструирования</li> </ul>
Занятие № 9 «Необитаемый остров»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– гуашь, акварель, кисти разной толщины, вода</li> <li>– цветные карандаши, восковые мелки</li> <li>– лист формата А3 для штриховки; листы формата А5, согнутые пополам (много); ватман формата А1</li> <li>– игрушечный паук</li> <li>– старые газеты (много)</li> <li>– песочница</li> </ul>
Занятие № 10 «Автопортреты»	<ul style="list-style-type: none"> <li>– различные изобразительные средства</li> <li>– листы ватмана формата А3 с нарисованной окружностью (по числу детей)</li> <li>– детские и подростковые журналы</li> <li>– клей, ножницы, бумага</li> </ul>

## 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 са-

мими 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 отклик: 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, беззащитность перед окружающим миром, особенно мальчики, могут пририсовать человечку 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 (рисунок 33 а—г).

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 крепить.

## 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 вы-

зывает 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 (см. рисунок, размер заготовки укладывается в формат А4). 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, нанесенная 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 бума-

га 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 мараения, а во-вторых, сами дети своей работой довольны, она вызывает у них радость.

Младшим школьникам можно предложить второй этап рисования. Закончив «мараения», 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 (рисунки 34, 35)!

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 за-

нения, 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 ва-

риант 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 (рисунок 36).

## **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 описываются 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», «Тираннозав-

ры», «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 гендерные 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. Гибсон, 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. Хотелось 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 несколько, 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. «Дракончики»**

### **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 (фото 3).

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 (арт-работа с ним описана на с. 60—62), 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 покрашенная тенью. 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 Машиным «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 (рисунок 37).

#### **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 ост-

ров. 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 содержания 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 (A5), 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 насыщает 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 человечек 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) (рисунки 38, 39).

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.* Внеязычное общение в жизни и в искусстве: Алфавит молчания: Учеб. пособие для творческих учеб. заведений, фак. педагогики и психологии. М.: ВЛАДОС, 2000.
7. *Бурменская Г.В., Карабанова О.А., Лидерс А.Г.* Возрастно-психологическое консультирование. Проблемы психического развития детей. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1990.
8. *Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М.* 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.
14. *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., Саенков А.И.* Коллективное творчество детей. Учебное пособие. М.: Российское педагогическое агентство, 1998.

22. *Карabanова О.А.* Игра в коррекции психического развития ребенка. М.: Российское педагогическое агентство, 1997.
23. *Копытин А.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.: Школа-Пресс, 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 С.И.* 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. *Хвиузова 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.

Людмила Дмитриевна Мардер  
Цветной мир  
Групповая арт-терапевтическая работа с детьми  
дошкольного и младшего школьного возраста

Директор издательства *Е. Мухаматулина*  
Главный редактор *О. Сафуанова*  
Корректор *Т. Барышникова*  
Оригинал-макет *О. Кокоревой*  
Дизайн обложки *А. Гущиной*

Издательство «Генезис»  
129366, Москва, ул. Б. Галушкина, д. 10, к. 1  
Тел./факс (495) 682-54-42, 682-60-51  
e-mail: [info@genesis.ru](mailto:info@genesis.ru)  
[www.genesis.ru](http://www.genesis.ru)  
[www.knigi-psychologia.com](http://www.knigi-psychologia.com)

Подписано в печать 09.08.2007. Формат 60 × 84/16.  
Бумага офсетная. Печать офсетная. Усл.-печ. л. 8,37.  
Тираж 3000 экз. Заказ № 3950.

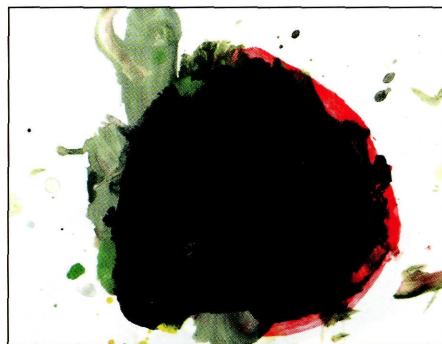
Отпечатано в полном соответствии с качеством  
предоставленных диапозитивов в ОАО «Дом печати — ВЯТКА»  
610033, г. Киров, ул. Московская, 122



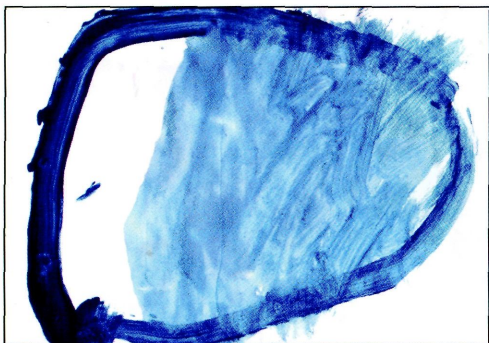
Рис.1. Дима (10 мес.). Первые пробы акварели (А4)



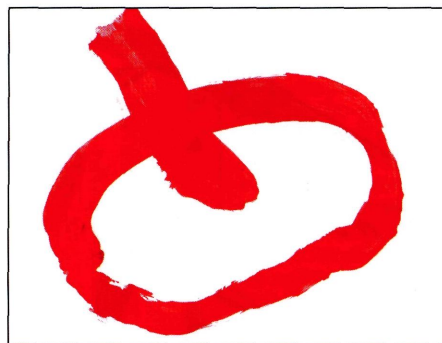
а) Февраль



б) Красота



в) Балаган



г) Яблоко

Рис. 2 (а-г). Дима (2 года). Примеры из серии рисунков (каждый – А4)



Рис. 3. Дима (2 года 10 мес.). Каляка-Маляка (А4)

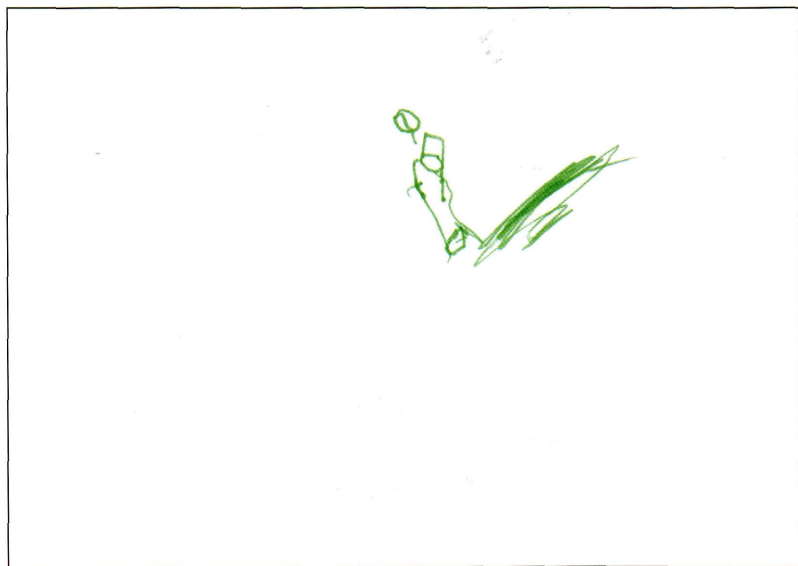


Рис. 4. Дима (3 года 1 мес.). Рисунок человека (А4)



*a)* Так Илья изобразил свою маму (А3)



*б)* А так – себя (А3)

Рис. 5 (а,б). Илья (4 года 6 мес.) изобразил членов семьи в виде чудовищ

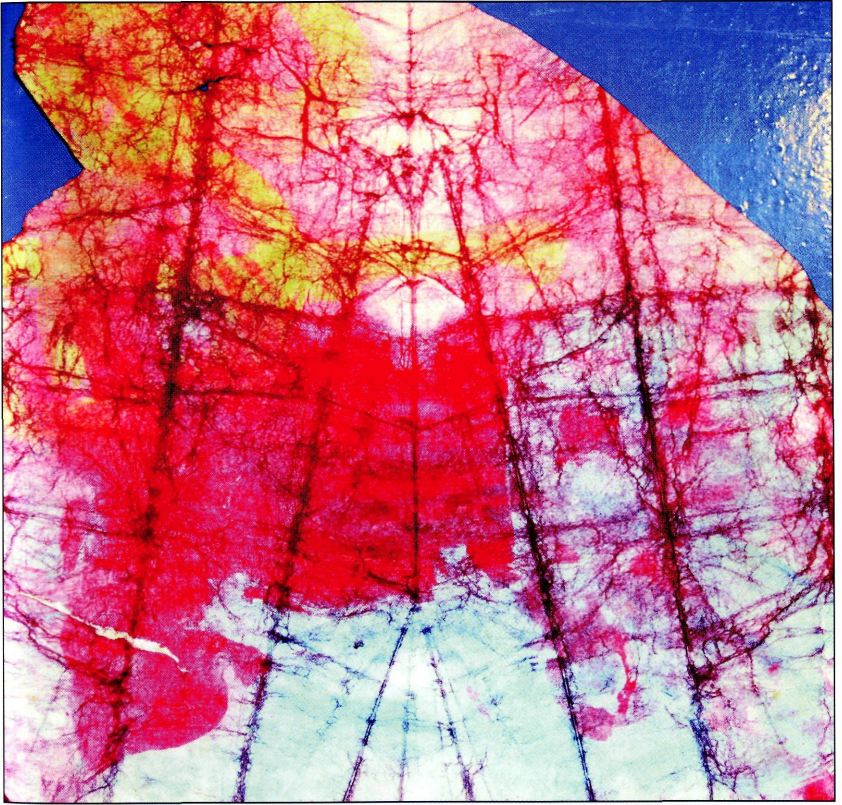


Рис. 6. Илья (4 года 6 мес.). Мятая бумага

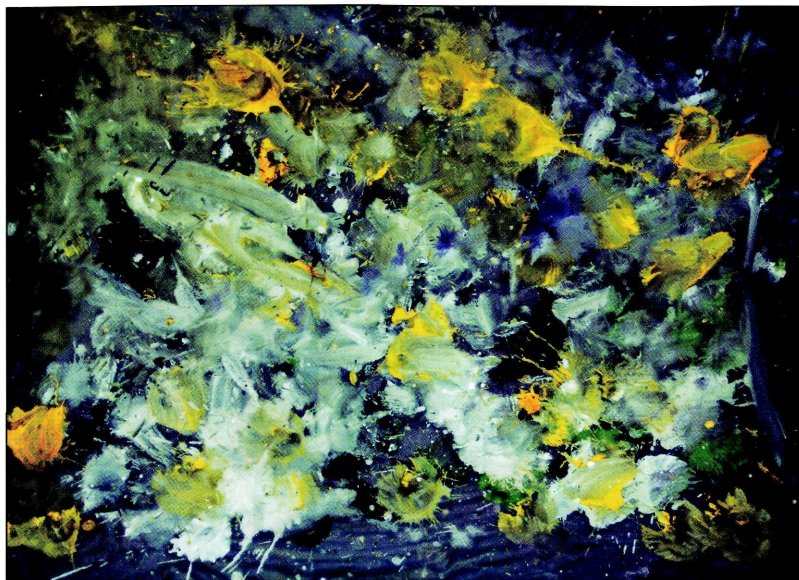


Рис. 7. Красивые марадания (А2). Авторы — группа мальчиков 8—9 лет

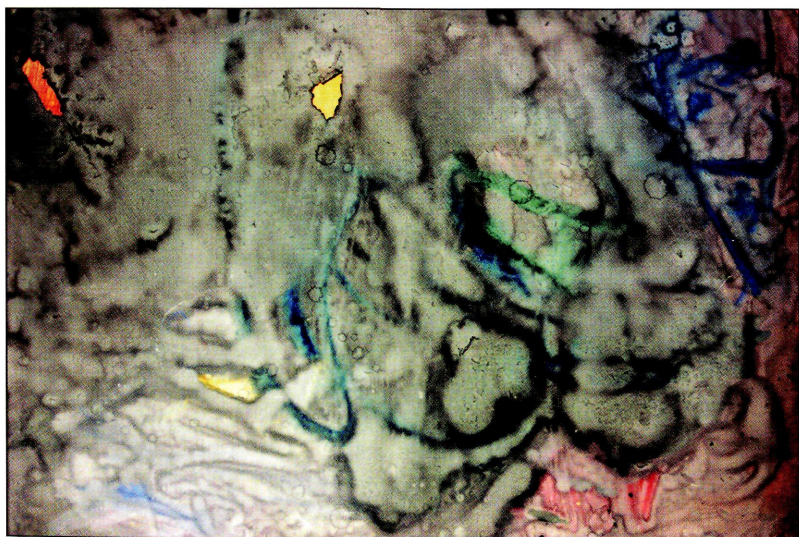


Рис. 8. Рисунок, протертый ладонями до дыр (А2).  
Авторы — дошкольники 4,7—5,3 лет



Рис. 9. Деструктивные марания (А2)

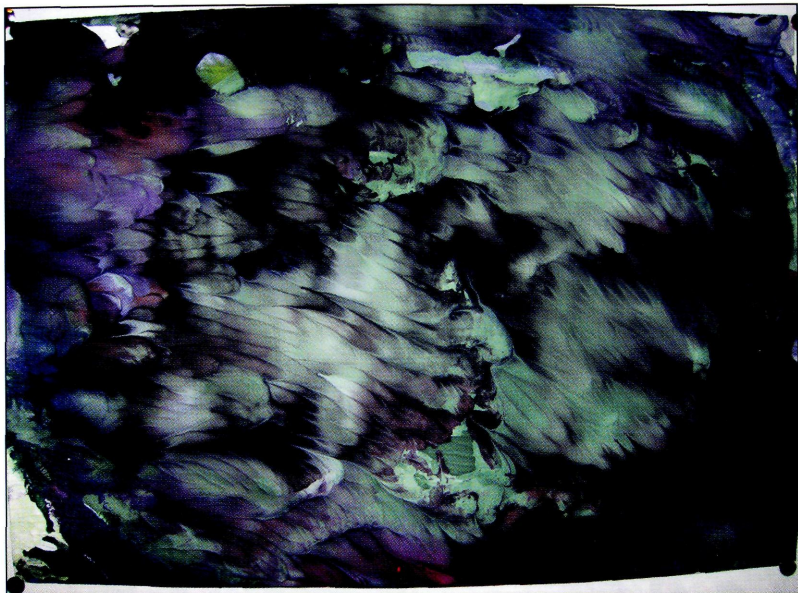


Рис. 10. Полина (7 лет). Оттиски (А3)



Рис. 11. Саша (7 лет) дополнил гуашевую монотипию, в которой он увидел образ Дракона, сыпучими продуктами (А3)



Рис. 12. Никита (6 лет). Монотипия (кляксография): оттиск «Спаниель и вороны» (А4)



Рис. 13. Денис (8 лет). Монотипия: рисование нитками

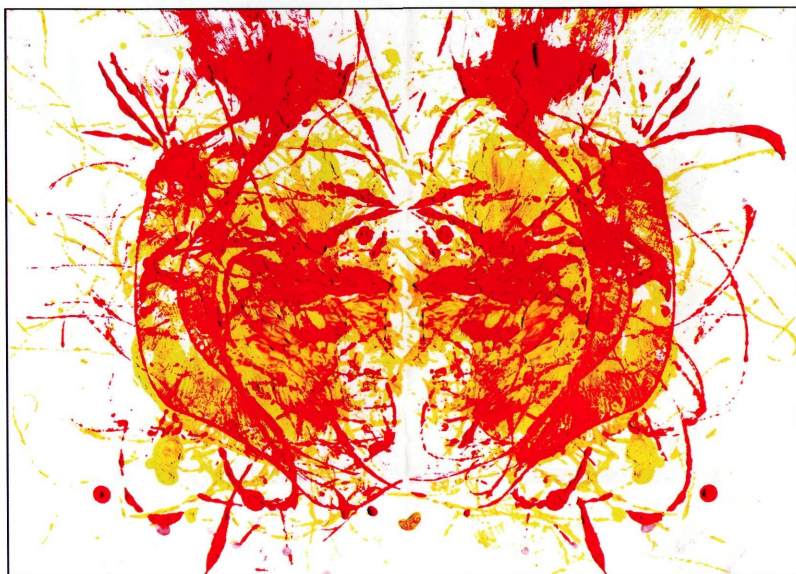
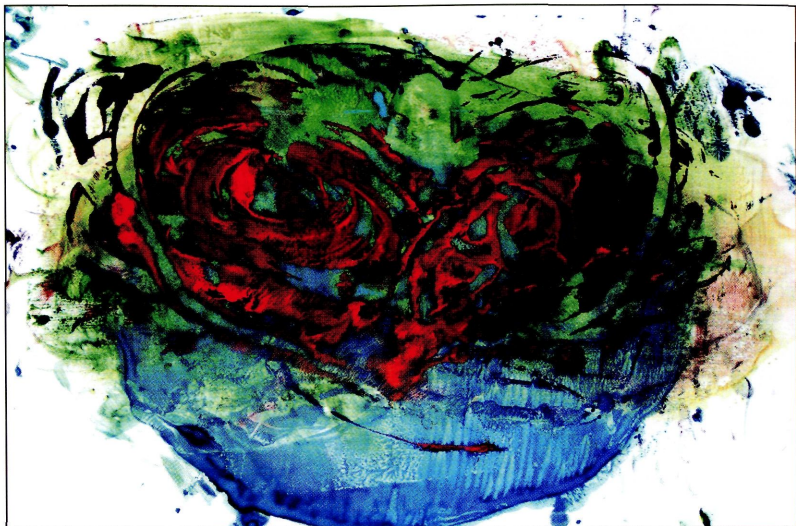
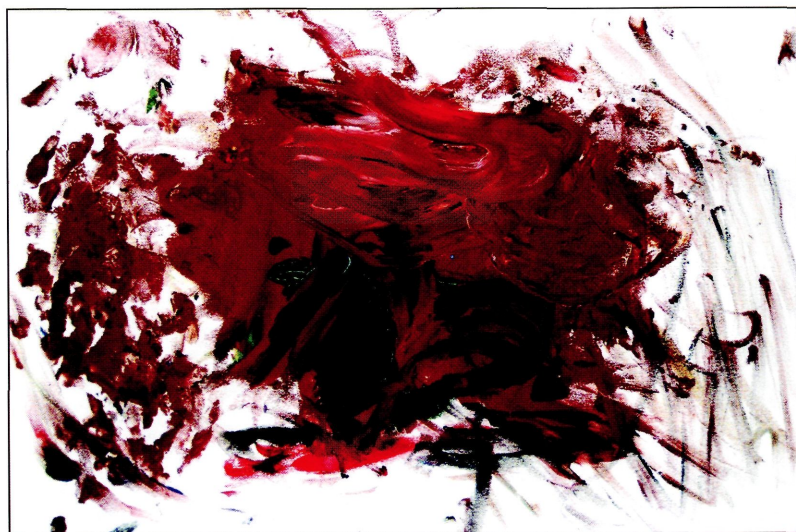


Рис. 14. Илья (10 лет). Монотипия: рисование нитками



а) Лицевая сторона изображения



б) Обратная сторона листа, на которой развернулось рисование пальцами и ладонями

Рис. 15 (а,б). Денис (8 лет). Монотипия (А3)



Рис. 16. Рисование пальцами и ладонями.  
Коллективная работа трех девочек 7—8 лет «Сердце» (А1)

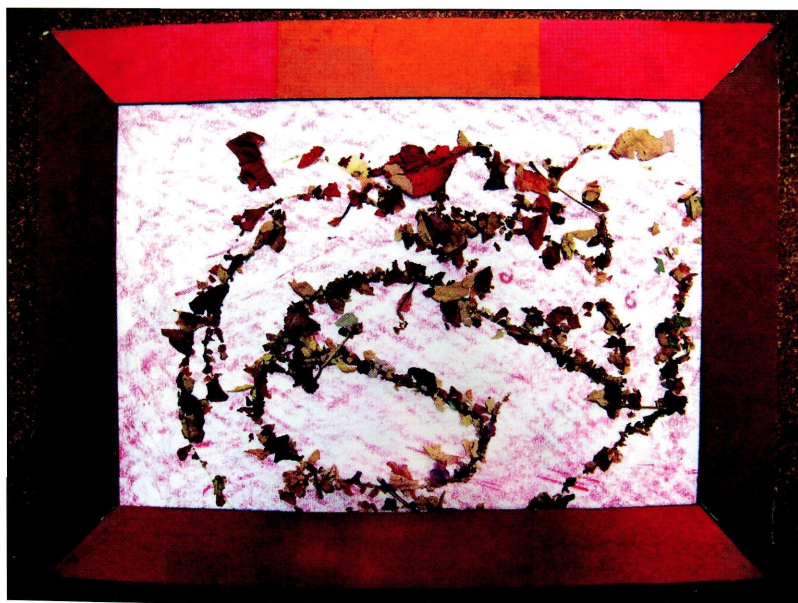


Рис. 17. Максим (5 лет). Рисование сухими листьями (А4)

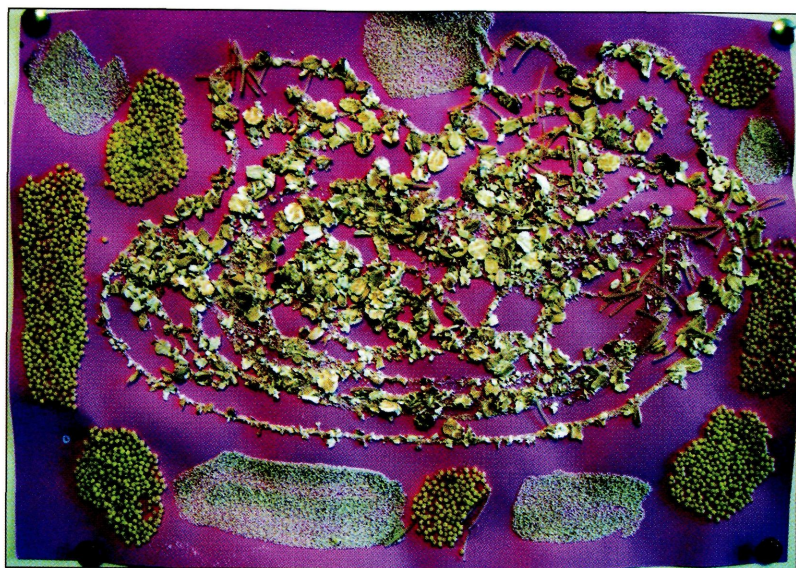


Рис. 18. Ира (7 лет). Рисование сыпучими продуктами. «Новая планета» (А4)

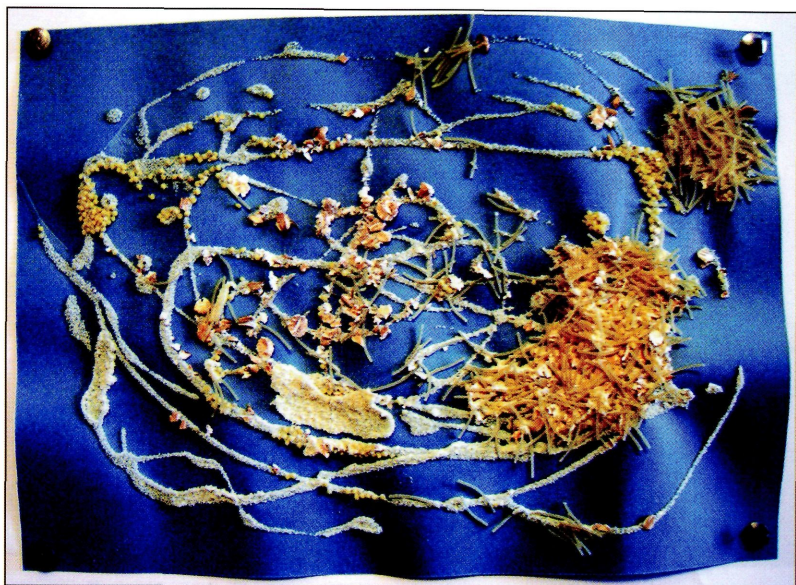


Рис. 19. Глеб (8 лет). Рисование сыпучими продуктами. «Новая планета» (А4)

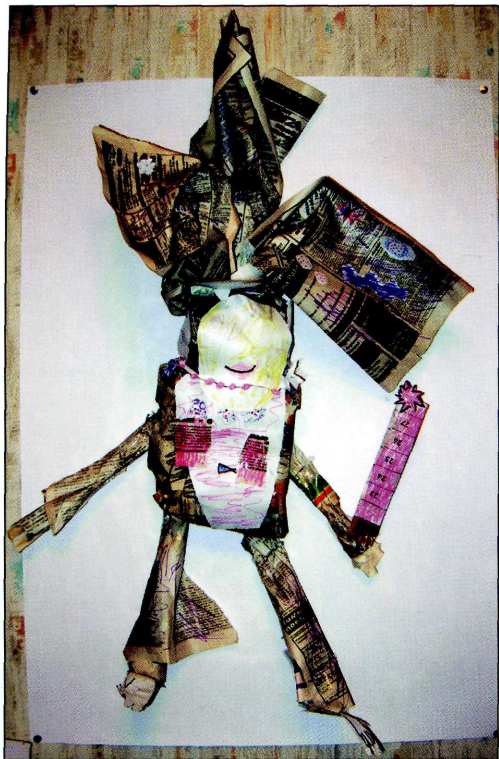


Рис. 20. Газетная «Принцесса».  
Коллективная работа детей 6—7 лет



Рис. 21. Полина (7 лет). Газетный «Щенок»  
(размер 20x15x20 см)



Рис. 22. Колпачки клоунов



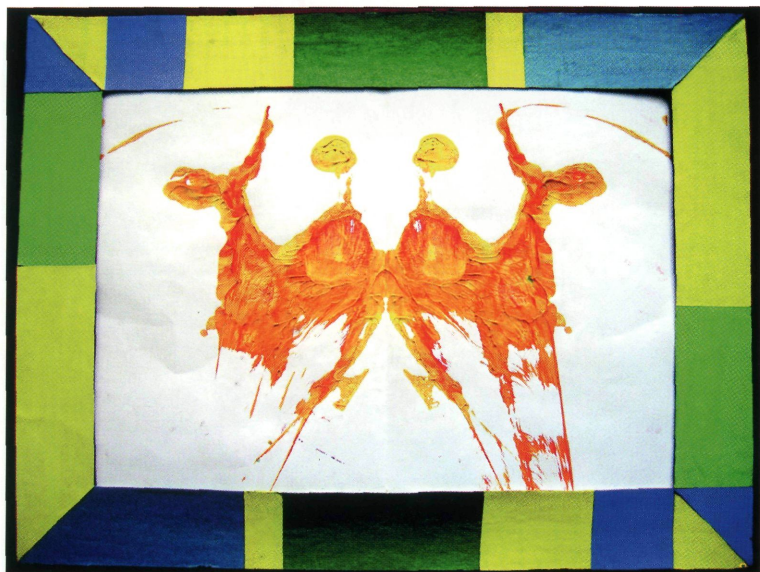
Рис. 23. Лиза (5 лет). Портрет Добрыни сделан из оборванных кусочков цветной бумаги, а потом вставлен в рамку



Рис. 24. Новогодняя елочка. Авторы — дошкольники 5 лет.  
Сначала приемом «набивка» сделана зеленая хвоя, затем клеем ПВА  
нарисованы гирлянды и осыпаны мелкими разноцветными бумажками



а) Рисунок без рамки



б) Рисунок в рамке. Разница значительная!

Рис. 25 (а,б). Монотипия



Рис. 26. Фейерверк из капелек краски, созданный с помощью коктейльных соломинок (А3)



Рис. 27. Коллективное изображение, созданное четырьмя парами рук (А2)



Рис. 28. Коллективное рисование по кругу. Штриховки и каракули.  
«Космический аппарат» (А3)



Рис. 29. Коллективное изображение «Рисуем круги» (А1).  
Авторы – дошкольники 6—7 лет



Рис. 30. Коллективное изображение «Змея и хамелеон» (А1).  
Группа школьников создала Красивый рисунок,  
центром композиции стала огромная змея



а) В начале цикла занятий



б) В конце цикла занятий



*а*) Игорь (10 лет). Работа с мальчиком описана в разделе «Палитра «Цветного мира»...», случай первый



*б*) Никита (8 лет). Работа с мальчиком описана в разделе «Палитра «Цветного мира»...», случай четвертый

Рис. 33 (а-г). Раскрашивание контура человека (А2)



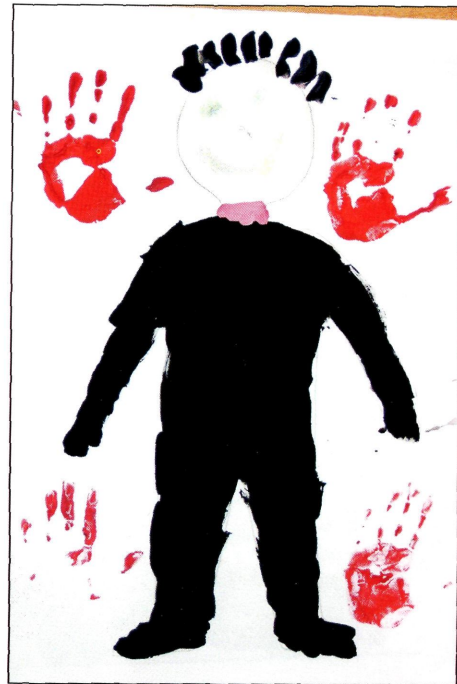
а) В начале цикла занятий



б) В конце цикла занятий



в) Андрей (5 лет)



г) Донат (4 г. 10 мес.) Работа с мальчиком описана в разделе «Палитра «Цветного мира»...», случай пятый



Рис. 34. Илья (5,5 лет). Маска страха (размер 20х20 см).  
Работа с мальчиком описана в первой главе



Рис. 35. Нина (7 лет). Маска страха (А3)



Рис. 36. Космическая карта с нанесенным маршрутом полета (А1). Коллективная работа школьников 7—8 лет

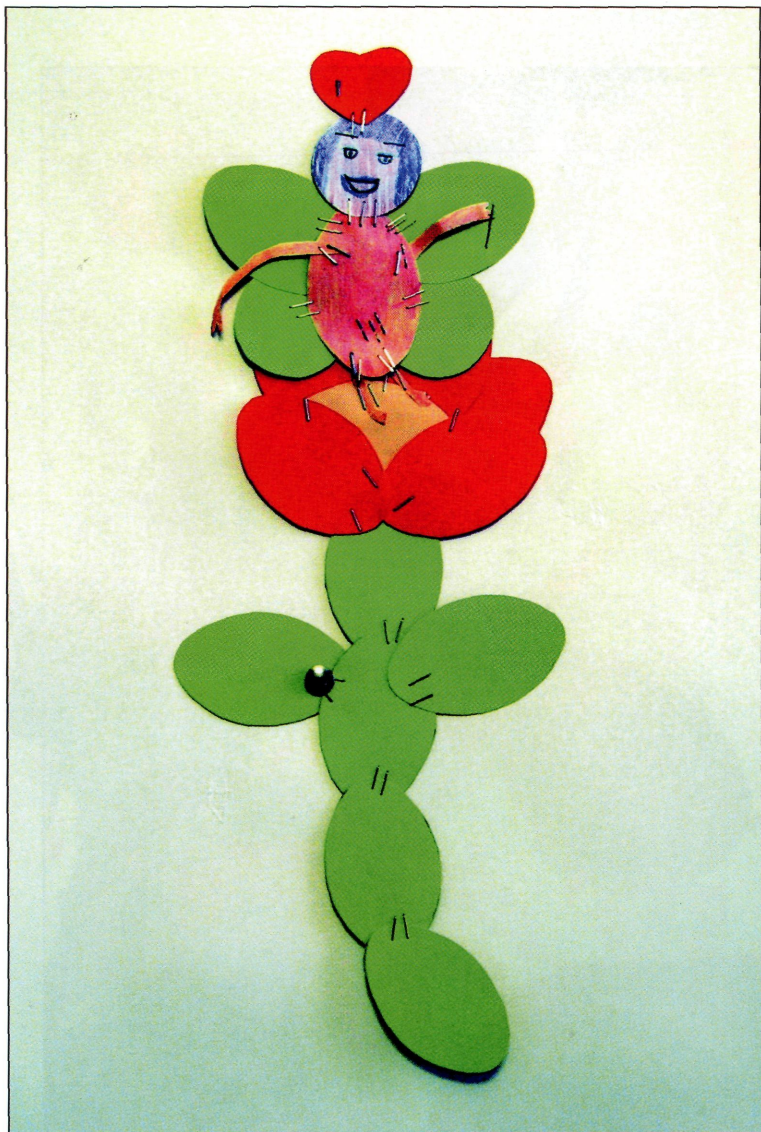


Рис. 37. Маша (10 лет) «Бабочка на цветке».

Конструирование с помощью степлера.

Работа с девочкой упоминается при описании занятия № 8



Рис. 38. Сергей (10 лет). Коллаж-автопортрет (А4)



Рис. 39. Артур (8 лет). Коллаж-автопортрет (А4)



Фото 1. Рисование на стекле



Фото 2. Автор и его портрет на полу



Фото 3. Мордочки Драконов

ISBN 978-5-98563-121-0



9 785985 631210