

АРТ - ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С ДЕТЬМИ

Арт-терапия — это метод коррекции и развития посредством художественного творчества. Ее привлекательность можно объяснить тем, что Арт-терапия использует «язык» визуальной и пластической экспрессии. Это особенно актуально при работе с детьми и делает ее незаменимым инструментом для исследования, развития и гармонизации в тех случаях, когда ребенок не может выразить словами свое эмоциональное состояние.

Дети в большинстве случаев затрудняются объяснить словами свои проблемы и переживания. Несловесное выражение для них более естественно. Особенно это значимо для детей с речевыми нарушениями, т. к. их поведение более спонтанно и они менее способны к рефлексии своих действий и поступков. Их переживания «выходят» через художественное изображение более непосредственно. Такой «продукт» прост для восприятия и анализа.

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

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

Использование арттерапевтических технологий позволяет психологу помочь ребенку справиться со своими проблемами, восстановить его эмоциональное равновесие или устранить имеющиеся у него нарушения поведения, помочь интеллектуальному развитию.

АРТ - терапия в работе с дошкольниками

«Монотипия»

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

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

«Пластилиновая композиция»

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

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

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

«Рисование клубком»

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

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

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

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

«Рисование истории»

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

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

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

«Рисунок по кругу»

Задачи: сплочение группы, развитие креативности, повышение самооценки.

Ход работы: ребята рассаживаются по кругу на стульчиках, у каждого в руках карандаш и подготовленный заранее лист бумаги. Расположенный вертикально лист делится на 3 части, и затем 1 и 3 части заворачиваются вовнутрь, подобно конверту. Далее следует инструкция: «Сейчас мы с вами вместе создадим фантастическое существо. Первый человек рисует голову, передает лист другому, и тот рисует тело, не глядя на голову. Затем лист отдается третьему человеку, который рисует ноги. Следующий разворачивает лист, придумывает имя существу и небольшую историю о нем».

Парное рисование»

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

Ход работы: группа делится по парам, каждой паре раздается по листу бумаги, коробке красок, карандашей. Другие материалы должны лежать на отдельном столе, чтобы любой ребенок мог подойти и взять то, что ему может понадобиться. Инструкция: «Сейчас мы будем рисовать в парах. Двое рисуют на одном листе бумаги какую-то единую композицию или образ. При этом есть очень важное условие: нельзя заранее договариваться о том, что это будет за рисунок, нельзя разговаривать в процессе работы. Кроме красок и карандашей разрешается дополнять образ цветной бумагой, использовать готовые образы из журналов, вырезая и приклеивая их в дополнение к композиции. Начинаем по сигналу».

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

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

«Каракули»

Задачи: развитие воображения, фантазии, работа с синдромом «не умею рисовать», сплочение группы, снятие эмоционального напряжения.

Ход работы: ребенок свободно двигает карандаш по листу бумаги без цели.

Получается сложный «клубок» линий, в котором следует увидеть какой-либо образ и развить его. Затем нужно выразить свои чувства и ассоциации в связи с этим образом, можно сочинить историю о нем.

«Магазин» («Полки», «Страна» и др.)

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

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

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

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

При варианте «Страна» детям предлагается лист бумаги, на котором написано название страны: «Германия», «Индия» и т. д. Ребенок рисует все, что он знает об этой стране: флаг, герб, животных, которые там обитают,

национальный костюм, какое-то известное сооружение, национального сказочного героя и др. Здесь так же можно использовать вырезки из журналов или аппликацию из цветной бумаги. Рекомендуется заранее рассказать детям о стране, а затем рисовать ее.

Арт-технологии в коррекционно-развивающей работе с подростками

Использование Арт-технологий позволяет расширить круг интересов подростка, поможет развить самосознание и получить новый опыт общения со сверстниками, что приведет к интенсивному росту социально ценных побуждений и переживаний.

Существуют различные варианты применения Арт-технологий при индивидуальной и групповой работе с подростками ..

«Коллаж»

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

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

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

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

«Маски»

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

Ход работы: подросткам предлагается сделать маску. Темы работы над масками могут быть разными: «Маска для родителей», «Маска для друзей», «Персона», «Тень» и др. Главное, чтобы маска отражала его внутренний мир, характеризовала его. Перед началом работы следует рассказать о том, что есть маска для человека, для чего в разных культурах применяются маски. На листе бумаги рисуется овал по размеру лица подростка, определяется место для глаз и рта. Затем, используя краски, карандаши, журналы и др., маска

наполняется содержанием. В своей творческой работе дети остаются свободными от каких-либо правил. Подросток сам должен придумать ее и воплотить на бумаге. Следующий этап — маску необходимо вырезать, одеть себе на лицо. Затем маска «оживает» и ей предоставляется время для выступления. Далее группа делится на пары и внутри каждой пары происходит обмен масками. Надев на себя маску партнера, подросток повторяет те слова, которые сказала маска, будучи одетой на партнере. «Хозяин» маски должен рассказать о том, что он чувствует, когда видит свою маску на другом человеке и слышит свои слова. Затем те же действия совершает второй партнер.

«Метафорический автопортрет»

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

Ход работы: необходимо представить себя в виде какого-нибудь предмета или животного, которым подросток себя ассоциирует. Можно нарисовать с одной стороны листа предмет, а с другой — животное либо растение. После создания образа необходимо рассказать о нем от первого лица либо придумать историю (сказку), в которой бы рассказывалось о том, кто он, как его зовут, что он любит и что не любит и т. д.

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

«Герб и символ»

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

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

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

«Вырезанные формы»

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

Ход работы: ребятам предлагается на листах бумаги начертить какую-нибудь фигуру, затем вырезать ее и создать на ней изображение. Затем рисуется другая фигура, которая тоже заполняется изображением. Когда у каждого есть по 2 готовые фигуры, можно сделать выставку фигур с последующим обсуждением. Ребята должны ответить на следующие вопросы:
— зависит ли содержание созданного образа от формы фигуры;
— на какие размышления наводит форма фигуры и т. д.

«Окружающая среда»

Задачи: осознание своих телесных границ, причинно-следственных связей

человека и среды, социальная идентификация, развитие вариативности мышления.

Ход работы: подросткам предлагаются журналы, в которых необходимо выбрать понравившуюся фигуру человека и вырезать ее. Эта фигура приклеивается на лист бумаги и вокруг нее создается окружающая среда (предметное пространство или пейзаж). Затем проводится выставка и обсуждение.

«Автопортрет»

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

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

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