

Арт-альбом

Елена ВАСИНА Анна БАРЫБИНА

ДЕТСКИЙ

для семейного
консультирования



Детский



Васина Елена — психолог-консультант, член Арт-терапевтической ассоциации, бизнес-тренер (г. Москва).



Барыбина Анна — психолог-консультант, детский психолог, член Арт-терапевтической ассоциации (г. Москва).

Предлагаемые арт-терапевтические альбомы (детский и взрослый) могут стать незаменимым помощником в работе практического психолога, занимающегося консультированием детей и их родителей. Богатый арсенал арт-терапевтических техник сделает процесс консультирования более интересным и эффективным. Применение альбомов в работе с семьей позволяет актуализировать разную проблематику детско-родительских отношений: принятие ребенка, особенности взаимоотношений родителя и ребенка, уровень доверия и открытости в отношениях, совместная деятельность и многое другое.

Альбомы могут быть использованы родителями самостоятельно. Они будут интересны тем, кто хочет гармонизировать свои отношения с ребенком, достичь более глубокого взаимопонимания и доверия.



ББК 88.4
В 19

Васина Е., Барыбина А.

В 19 Арт-альбом для семейного консультирования. Детский. СПб.: Речь, 2006. — 24 с.

ISBN 5-9268-0501-5

Предлагаемые арт-терапевтические альбомы (детский и взрослый) могут стать незаменимым помощником в работе практического психолога, занимающегося консультированием детей и их родителей. Богатый арсенал арт-терапевтических техник (тематический рисунок, коллаж, работа с маской, сочинение сказки, элементы перформанса и др.) сделает процесс консультирования более интересным и эффективным. Применение альбомов в работе с семьей позволяет актуализировать различную проблематику детско-родительских отношений: принятие ребенка, особенности взаимоотношений родителя и ребенка, уровень доверия и открытости в отношениях, совместная деятельность и многое другое.

Альбомы могут быть использованы родителями самостоятельно. Они будут интересны тем, кто хочет гармонизировать свои отношения с ребенком, достичь более глубокого взаимопонимания и доверия.

*Консультант кандидат медицинских наук, председатель
РОО «Арт-терапевтическая ассоциация» А. И. Копытин.*

Формат 60х90 1/8. Тираж 1500 экз. Заказ № 556

ООО Издательство «Речь»
199178, Санкт-Петербург, а/я 96,
тел. (812) 323-76-70, 323-90-63
sales@ruch.spb.ru Интернет-магазин: www.ruch.spb.ru

Отпечатано с готовых диапозитивов в ГУП «Типография «Наука»
199034, Санкт-Петербург, 9 линия, 12

ISBN 5-9268-0501-5

© Е. Васина, А. Барыбина, 2006

© Издательство «Речь», 2006

© П. Борозенец, оформление обложки, 2006

Здравствуй, тот мальчик или та девочка, который держит в руках этот альбом!

Наверное, ты часто задаешь маме или папе множество разных вопросов. И наверняка многие вопросы — о них самих: что их интересует? Какие у них мечты? Мы предлагаем тебе пофантазировать на эти и многие другие темы, а потом изобразить эти фантазии, чтобы они лучше и дольше сохранились. Откроем тебе один секрет — родителям тоже очень-очень интересно знать про тебя. Почему ты делаешь именно то, что делаешь? Иногда родители могут догадаться, какими будут ответы на их вопросы, но они могут и ошибаться. Правда, интересно: угадает ли мама или папа, каким сказочным героем ты хотел бы стать, если бы мог? А можешь ли ты представить, что вы с мамой (папой) поменялись местами: ты стал взрослым человеком, а мама (папа) — ребенком? И теперь она (он) думает и чувствует то же, что и ты в твоём возрасте?

А для того, чтобы проверить свои догадки, ты можешь открыть этот альбом — «детский»... а мама откроет свой, «взрослый».

Желаем вам интересных творческих находок
и важных открытий друг о друге!

Путешествовать по альбому помогут эти значки



Звездочка-компас — ход выполнения задания.



Ладонь — совет по технике выполнения задания.



Два контура — обмен впечатлениями о встрече.



Ты видишь визитку — это для тебя.
Заполни ее так, чтобы было понятно, что она твоя.



При работе с альбомом можно использовать различные материалы: акварельные краски, цветные карандаши, гуашь, пастель, мелки и т. д.

Имя.....

Фамилия.....

Возраст

.....

.....

то, что ты хочешь добавить о себе.

Сейчас ты видишь начало роста.

Любое дело всегда начинается с малого первого шага, зернышка, одного штриха...

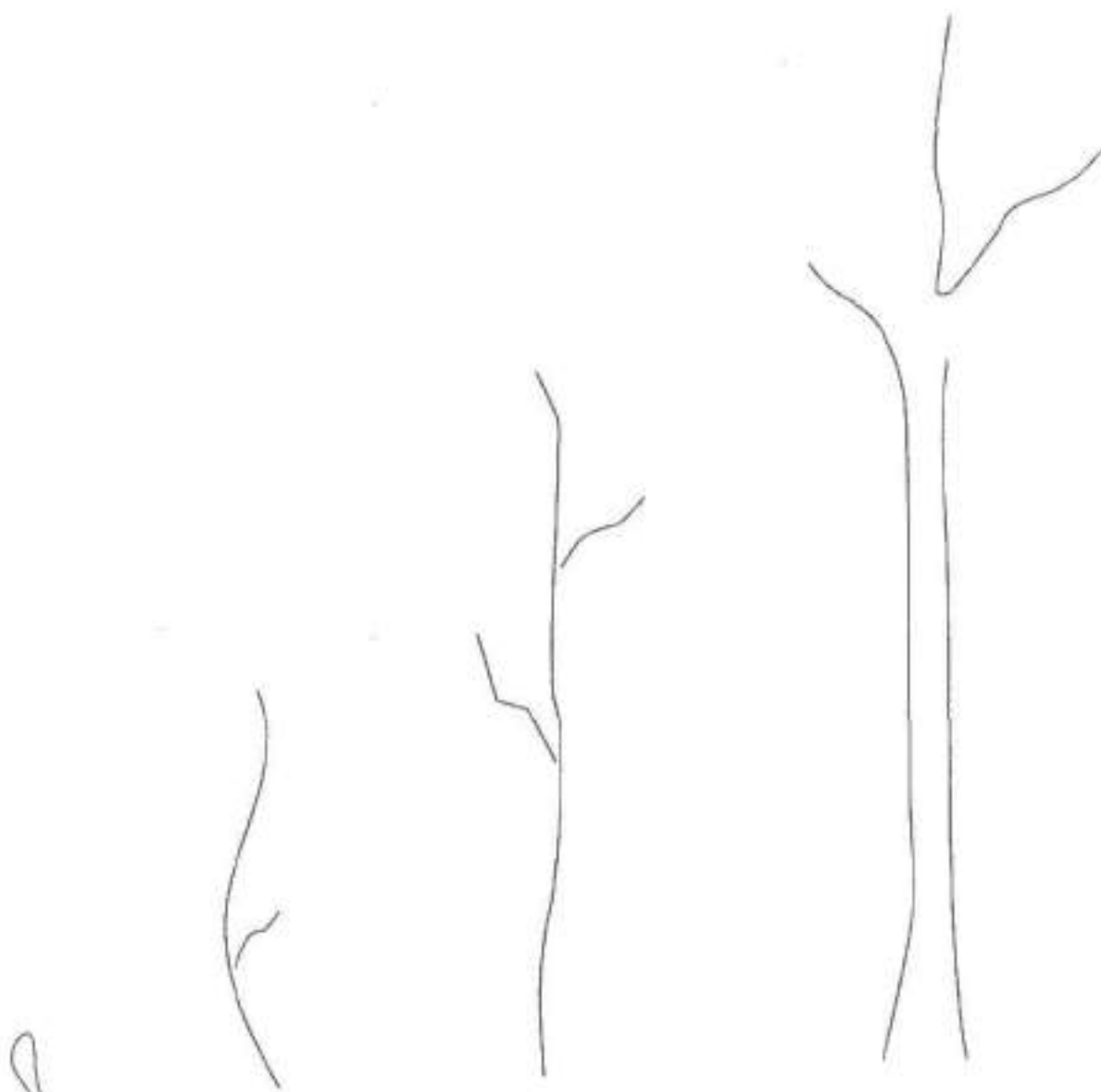
Главное — начать действовать, делать, творить и находить в этом радость. Тогда непременно что-то вырастет, и ты сможешь это увидеть.

Сделай первый шаг!



Посади зернышко и раскрась первые ростки тем цветом, который тебе нравится. Имей в виду: если ты захочешь, ты можешь вырастить особое дерево.

У тебя все впереди!





Создай несколько рисунков о том, что ты любишь делать больше всего.



Расскажи маме (папе) о своем рисунке.
Сравните ваши рисунки. Что тебе понравилось в рисунке мамы (папы) больше всего?

Итак, ты уже двигаешься вперед.

Ты уже начал делать и творить.

Все, что уже сделано в этом альбоме, сделано твоими руками.

Настало время познакомиться с ними поближе.



Рассмотри свои руки.

Выбери цвет краски, который тебе нравится сейчас, и раскрась свою ладонь. Оставь отпечаток в альбоме мамы (папы).



Это задание выполняется гуашью.



Рассмотри ваши отпечатки.

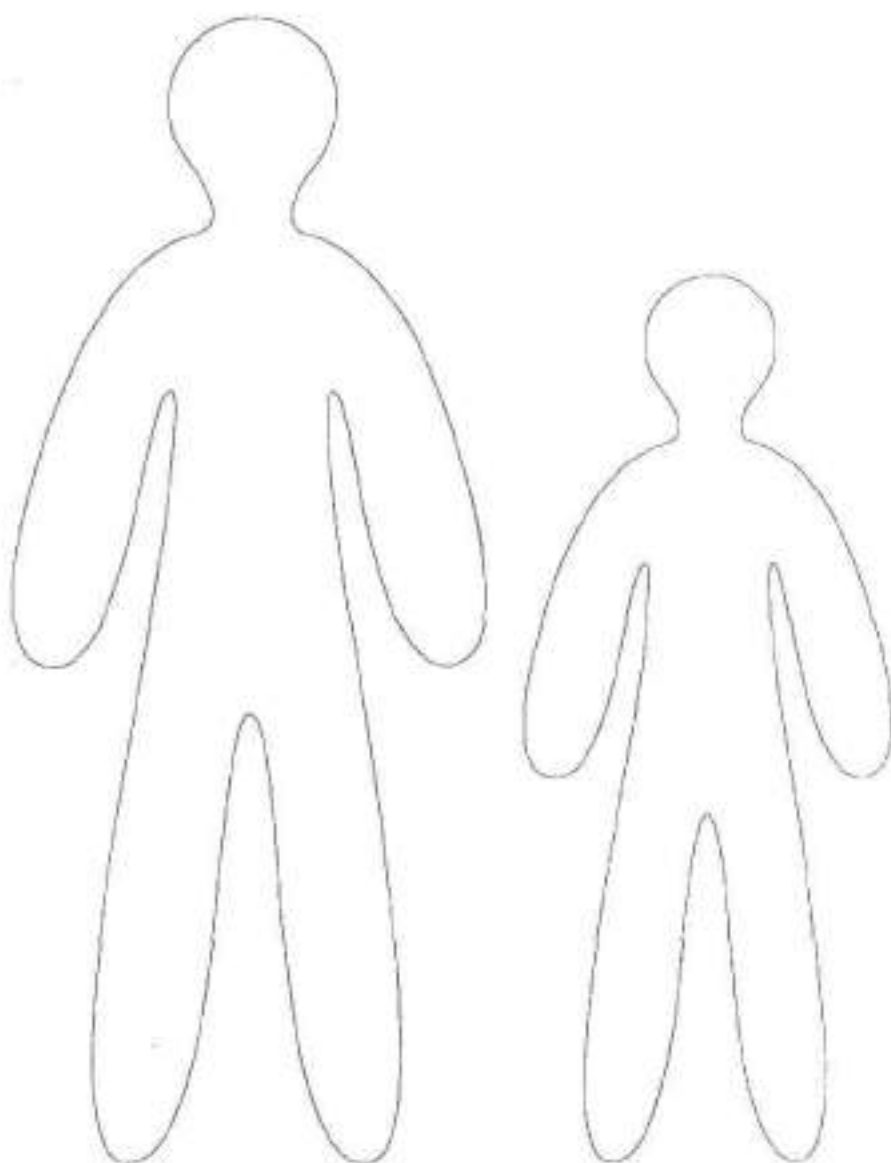
Что тебе больше всего понравилось в этом задании?



Представь, что это ты вместе с одним из родителей. Подбери фотографии ваших лиц и вклей их в контур. Представь, что вам предстоит сниматься в кино.

Кого мог бы играть каждый из вас?

Придумай и нарисуй, как бы тебе хотелось одеть себя и маму (папу).



Рассмотрите рисунки друг друга и придумайте сюжет фильма для этих героев.

Расскажите о них.



Совместно придумайте тему для рисунка, например, «Отдых», «Праздник», «Грусть», «Доброта», «Счастье» и т. д. Нарисуй его.

Сочини рассказ по своему рисунку. Если хочешь, можешь записать его.

Вспомни



Сравните ваши рисунки и рассказы. Есть ли в них сходство?

Расскажите, что вам больше всего понравилось в работах друг друга.



Нарисуй, какой ты представляешь маму (папу) в детстве.



Расскажи о своем рисунке.



Предлагаем вам продолжить эту сказку по очереди, друг за другом:

«Давным-давно, когда тебя еще не было на свете и даже твои родители еще не родились, жили-были два друга. Они были очень разные. Первому всегда не везло, он всего боялся и часто не знал, как поступить в том или ином случае. Второй, наоборот, был смелым, решительным и мог найти выход из любой сложной ситуации.

И вот однажды второй друг получил письмо от своей сестры. Она просила его приехать к ней и помочь в одном трудном деле. Ему очень не хотелось расставаться с другом, и он предложил ему поехать вместе. Первому другу очень не хотелось уезжать от привычных условий жизни, но и с товарищем тоже расставаться не хотелось, и поэтому он согласился. Но друзья еще не знали, какое увлекательное, но трудное путешествие им предстоит! И вот они отправились в путь...»

3. *Demografi*



Нарисуй иллюстрацию к тому моменту из сказки, который тебе запомнился больше всего.



Расскажи о своем рисунке. Понравилась ли тебе сказка?



Создай маски тех персонажей, которые тебе запомнились из встречи 8 (контур маски приведен на стр. 22). Зарисовки масок можешь расположить на этом листе. Оформи эти маски, вырежи их и разыграй с мамой (папой) сценки из этой сказки.



Для оформления масок используй карандаши, краски, аппликацию, вырезки из журналов и др. Можешь придумать «крепления» для масок: приклеить к маске скотчем карандаш или кисточку, чтобы держать ее снизу или сбоку, или прикрепить резинку, чтобы маска держалась на голове.



Расскажи о своих масках. Объясни, почему ты выбрал именно этих героев. Понравилось ли надевать маски и разыгрывать с их помощью сказку?



Нарисуй одного из родителей (или обоих) в виде растения. Предлагаем использовать для этого необычное средство — ватные палочки. Если вы хотите, можете потом обменяться рисунками и дорисовать картину друг друга так, как вам хочется.



Вначале нарисуй контур растения карандашом, а затем раскрась точками с помощью ватных палочек. Помни о том, что каждую новую краску лучше брать новой палочкой.



Расскажи о том растении, которое ты нарисовал.



Вспомни, какие чувства бывают у людей. Заполни пять колонок. Если ты еще не умеешь писать, попроси кого-нибудь из взрослых помочь тебе.

Вспомни 12

Какие
чувства
бывают
у людей?

Когда
я испыты-
ваю это
чувство?

На какой
цвет похо-
же это
чувство?

Каким знач-
ком можно
обозначить
это чувство?

Подбери
слово для
этого чув-
ства (ассо-
циацию)

--	--	--	--	--



Обсудите содержание колонок. Расскажите, какие чувства каждый из вас испытывает чаще других и в каких ситуациях.



Выбери одно из чувств и нарисуй его. (Смотри предыдущее задание.)

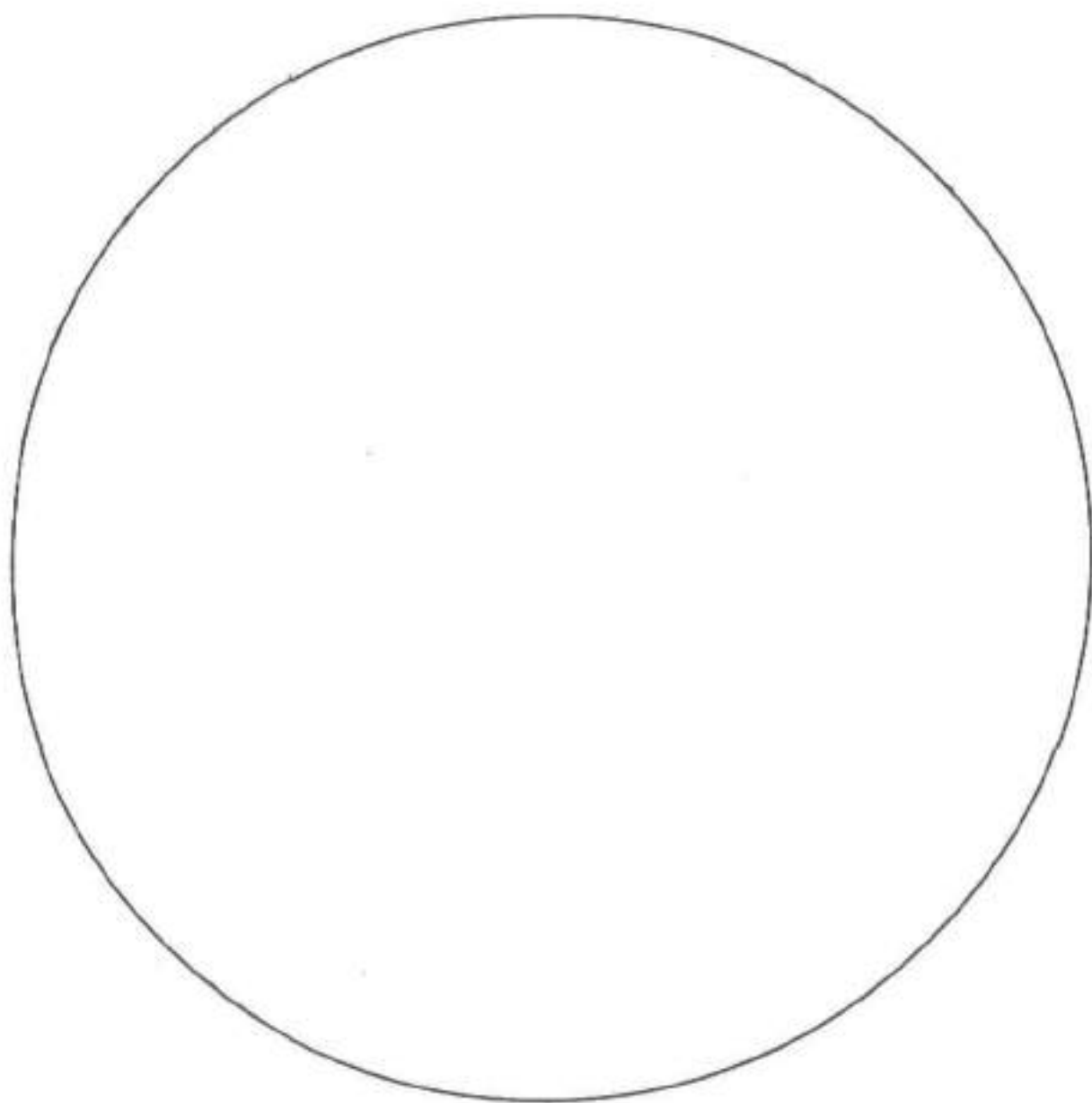


Расскажи, почему для рисунка ты выбрал именно это чувство.



Заполни изображением круг, начиная с его центра.

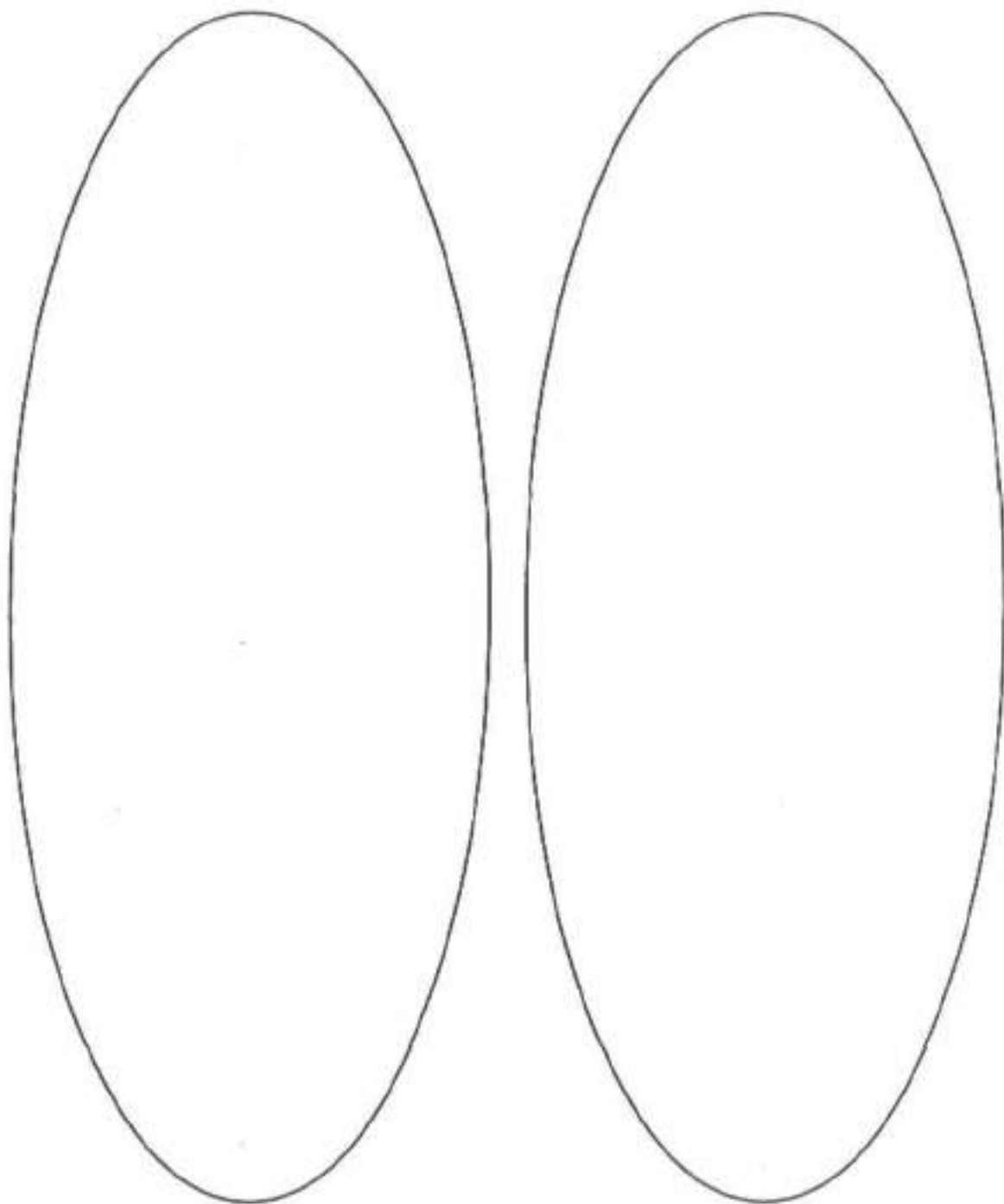
Уровень 1/4



Расскажи о своем рисунке, о том, что изображено в круге.



На листе изображены два зеркала. Представь, что в одном из них отражается то, что тебя огорчает, когда ты общаешься с мамой (папой), а в другом — то, что тебя радует. Изобрази это.



Расскажи о том изображении, о котором тебе хочется.



Создай «Ромашку желаний». Для этого вырежи со стр. 23 ромашку и наклейте на этот лист. Напиши на каждой лепестке по одному желанию (если ты еще не умеешь писать, попроси кого-нибудь из взрослых помочь тебе). Доделай композицию по своему желанию. В работе используй цветные карандаши, цветную бумагу и т. д.

Вспомни 16



Расскажи о тех желаниях, которые ты поместил в «Ромашку».

17



Выбери любое желание из «Ромашки» и создай коллаж на эту тему.



Коллаж — это работа, похожая на аппликацию. Здесь можно наклеивать на лист бумаги любые рисунки, фотографии, картинки, напечатанные слова, вырезанные из газет и журналов. Не забудь о том, что этот коллаж должен напоминать тебе твоё желание!



Расскажи, почему ты выбрал именно это желание. Чем коллаж напоминает его тебе?



Нарисуй то, что ты с родителями любишь делать вместе.

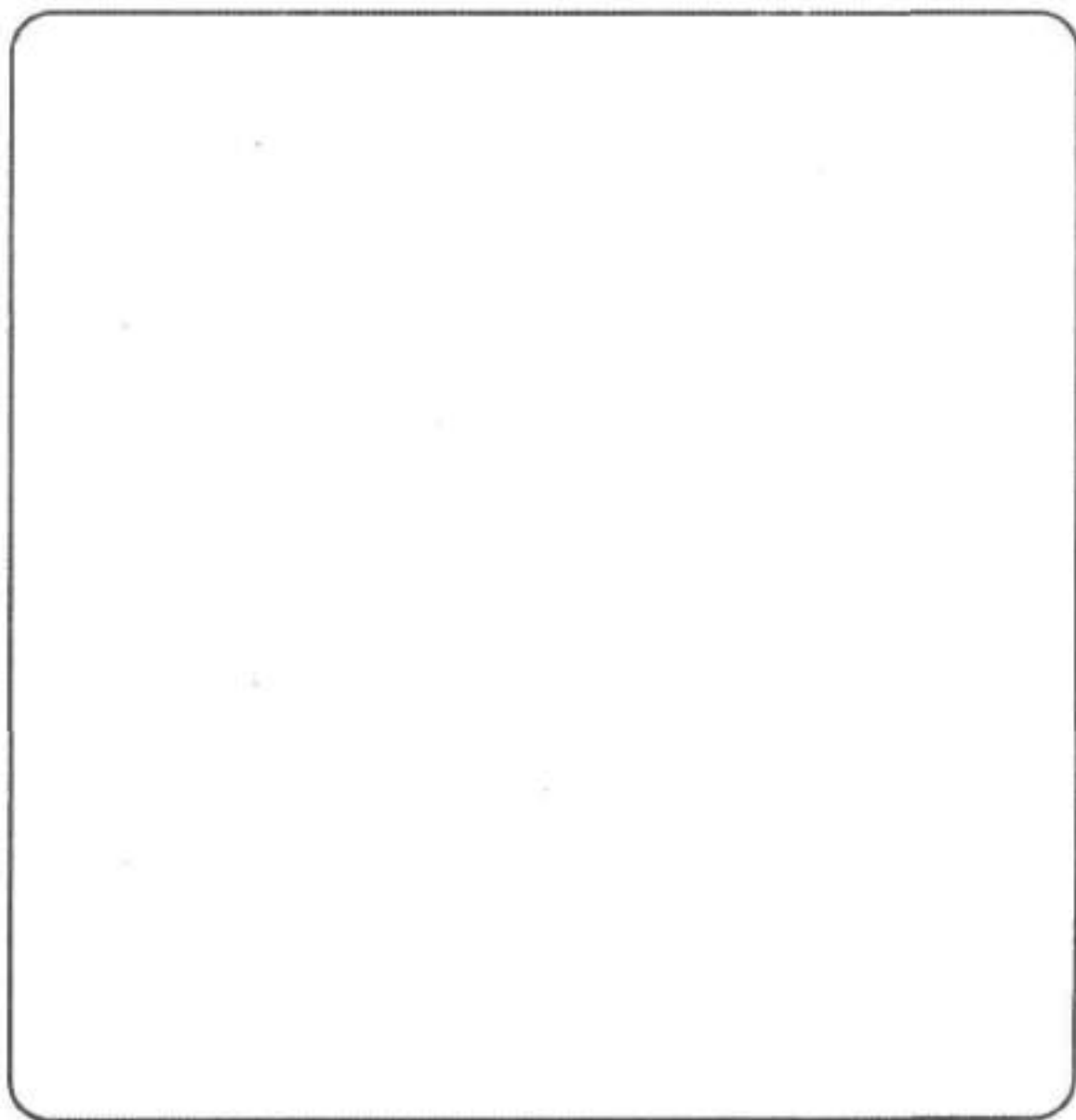
Встреча 13



Расскажи, что ты изобразил на рисунке.
Сравните рисунки с работами, выполненными на встрече 3.



На листе изображены стены дома (ты видишь дом сверху, без крыши). Придумай план дома для себя и своих близких. Размести всех по комнатам: отведи каждому свое пространство, обозначив комнаты линиями. Если хочешь, нарисуй жильцов комнат и обстановку для них.



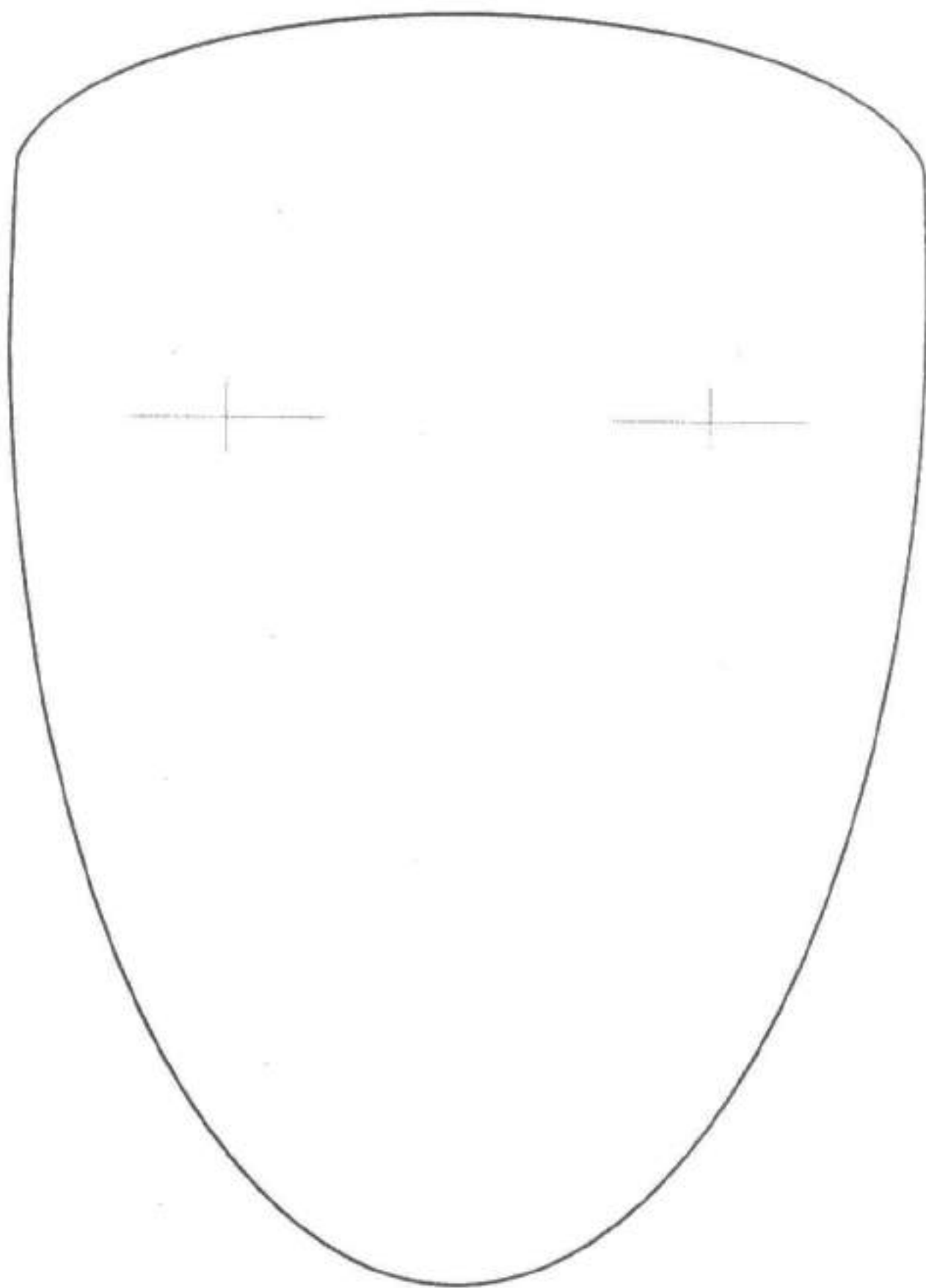
Расскажи, кто в какой комнате живет.

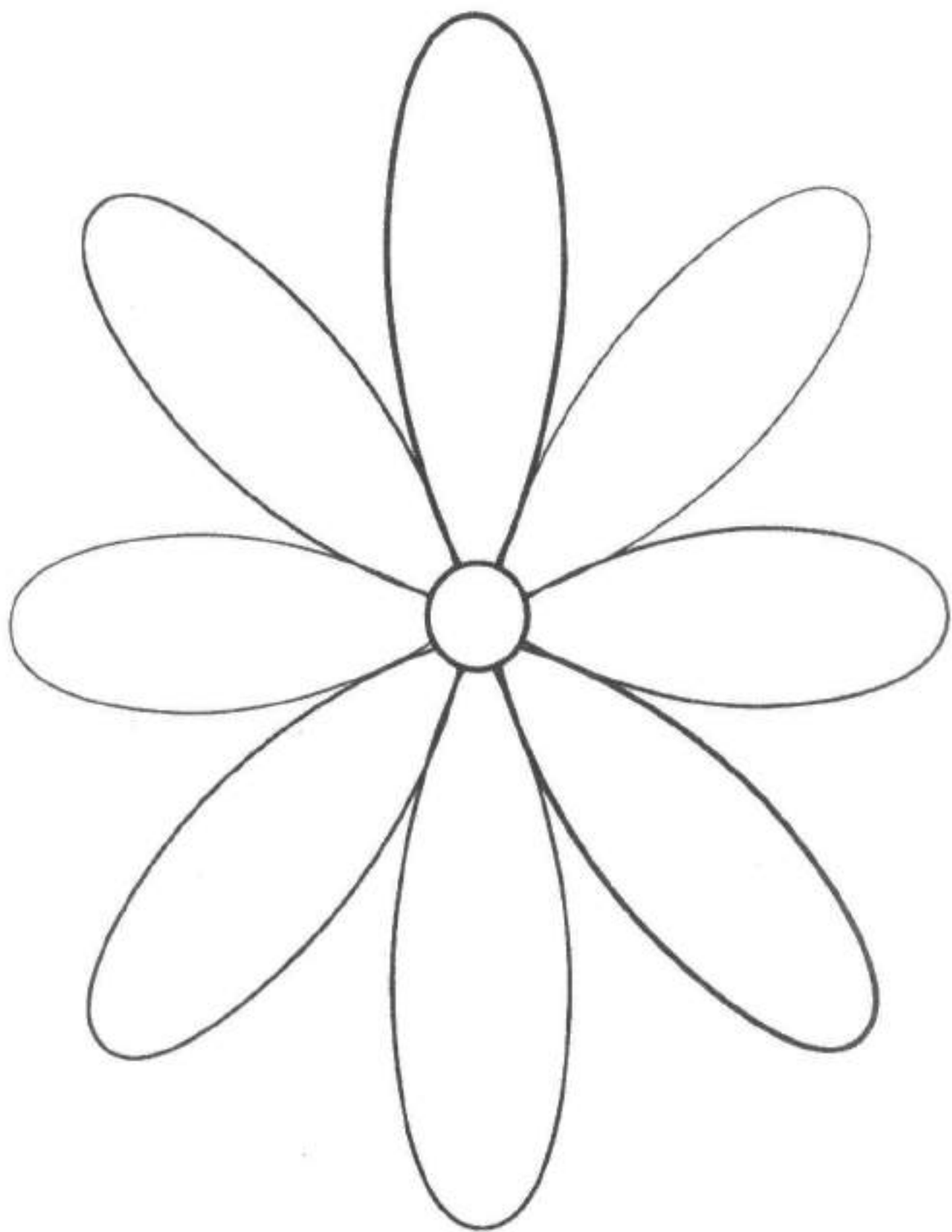
Сейчас и ты, и мама (папа) видите подросшее дерево. Вы немало для этого сделали: много шагов... много штрихов... Вы начинали и действовали, делали, творили и, надеемся, находили в этом радость. Поэтому сейчас вы можете видеть то, что выросло. Поверьте, мы тоже делали, действовали, творили, и у нас выросли разные деревья, например, дерево успеха, дружбы, хороших отношений. Подумайте: какое у вас дерево, какие на нем плоды, как оно называется?

Раскрасьте дерево теми же цветами, которые вы использовали в тетрадах во время встречи 2. Используйте не только свои цвета, но и цвета другого. Напишите название дерева. Можете нарисовать плоды, которые выросли на вашем дереве.

Уважаемый создатель — тот мальчик или та девочка, который трудился в этом альбоме! Мы благодарим тебя за творчество, и у нас есть одна просьба: поблагодари тех, кто был рядом и творил вместе с тобой.







Обращение к специалисту

Уважаемый коллега! Предлагаем вам два арт-альбома, которые могут быть использованы в консультировании детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста и их родителей по проблемам детско-родительских отношений. Мы разработали цикл встреч, который позволяет систематическое применение арт-терапевтических средств в процессе консультирования. Основной формой работы является совместное одновременное ведение альбома родителем и ребенком при вашем непосредственном сопровождении.

В альбомах собраны техники, использующиеся в арт-терапевтической работе: тематический рисунок, коллаж, работа с маской, сочинение сказки, элементы перформанса и др.

Каждая встреча строится по следующей схеме: выполнение задания, вербализация этого процесса, тематическая беседа. В ходе этих этапов может быть актуализирована различная проблематика детско-родительских отношений, примерное содержание которой приведено ниже.

Вопросы, обозначенные значком «два контура», стимулируют процесс вербализации чувств и состояний, которые возникают у взрослого и ребенка в ходе выполнения и обсуждения задания. Вопросы, обозначенные значком «два стула», — это информация к размышлению для родителей, а также — примерные темы для беседы родителя и ребенка.

Работа с альбомом может строиться по вашему усмотрению: его можно заполнять непосредственно на консультациях, а также использовать в качестве домашнего задания с дальнейшим обсуждением при встрече с вами.

Можно предложить родителям фиксировать основные моменты разговора в альбом (под значком «два стула»). Этот вид работы можно рассматривать как своеобразное ведение дневника.

Использование альбомов делает процесс консультирования более целостным: способствует регулярному включению родителей в пространство совместной психологической работы и появлению позиции сотрудничества у всех участников этого процесса. Помимо этого, оно расширяет спектр тем в общении родителей с ребенком, стимулирует изменения в их взаимоотношениях, пробуждает творческую активность, дает возможность детям и родителям прикоснуться к картине мира друг друга.

Желаем вам интересных творческих находок и важных открытий в вашей работе!

Темы для специалиста

Встреча 1: Особенности презентации себя ребенком и родителем.

Встреча 2: Введение в совместную деятельность.

Встреча 3: Особенности взаимоотношений родителя и ребенка. Анализ стиля взаимодействия с ребенком.

Встреча 4: Уровень доверия в отношениях родителя и ребенка. Выбор цвета как показатель эмоционального состояния ребенка в момент выполнения задания.

Встреча 5: Образ «я» ребенка и родителя. Самооценка ребенка. Поло-ролевая идентификация. Родитель глазами ребенка, ребенок глазами родителя.

Встреча 6: Проблематика выбранной темы, анализ рисунка (цветовое решение, размер рисунка, расположение элементов в пространстве листа и т.д.).

Встреча 7: Права и обязанности ребенка. Стили семейного воспитания.

Встреча 8: Проблематика выбранного сюжета. Развитие творческих способностей и воображения.

Встречи 9 и 10: Личностные особенности ребенка и родителя. Идентификация с персонажами. Эмоциональные проявления по ходу разыгрывания сценок.

Примечание: маски можно изготовить дома, а сказку разыграть на встрече с психологом. Также можно разыграть сюжет, основанный на реальных ситуациях из жизни ребенка, используя маски данных персонажей.

Встреча 11: Образ родителя в представлении ребенка, образ ребенка в представлении родителя. Индивидуальные особенности членов семьи. Уровень доверия в отношениях с членами семьи.

Встречи 12 и 13: Язык чувств. Дифференцированность эмоций. Приятие ребенка в семье на уровне чувств. Развитие эмоциональной сферы ребенка, обогащение его эмоционального словаря.

Встреча 14: Диагностика познавательной и личностной сфер (рекомендации см. в книге «Диагностика в арт-терапии. Метод “Мандала”» под ред. А. И. Копытина).

Встреча 15: Степень участия родителя в жизни ребенка. Уровень открытости в отношениях.

Встречи 16 и 17: Иерархия ценностей и мотивационно-потребностная сфера родителя и ребенка. Развитие творческих способностей и воображения.

Встреча 18: Динамика отношений и совместной деятельности родителя и ребенка (по сравнению со встречей 3).

Встреча 19: Проявление эгоцентризма ребенка. Взаимоотношения в семье, эмоционально значимые связи между членами семьи.

Встреча 20: Особенности взаимоотношений родителя и ребенка. Подведение итогов совместной деятельности.