

Содержание

| | |
|--|------------|
| Введение | 4 |
| Глава 1. Арт-терапия с детьми 4—10 лет: воссоздание периода «детского марания» | 5 |
| 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 |
| Глава 2. Групповая арт-терапевтическая работа | 32 |
| 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 |
| Глава 3. Оснащение помещения для занятий арт-терапией | 94 |
| Организация пространства арт-комнаты | 94 |
| Какие изобразительные материалы подходят для арт-терапевтической работы с детьми? | 97 |
| Глава 4. «Цветной мир». Цикл арт-терапевтических занятий с детьми дошкольного и младшего школьного возраста | 105 |
| 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 марафону, 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 бурные 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.

Конец ознакомительного фрагмента.

Приобрести книгу можно

в интернет-магазине

«Электронный универс»

e-Univers.ru