

РИСУЕМ ВМЕСТЕ. ОПЫТ РАБОТЫ ПО ПРОГРАММЕ «СКАЗОЧНЫЙ МИР ДУШИ»

М.Л. Наумова

В статье представлен опыт работы специалистов в Государственном образовательном учреждении г. Москвы – Центре психолого-медико-социального сопровождения «Юго-Восток» с детьми и их родителями в рамках Театра детско-родительских отношений с использованием методов арт-терапии. Автор рассказывает о принципах проведения занятий с детско-родительскими парами, об используемых им формах и методах работы с семьями, нуждающимися в коррекции детско-родительских отношений.

• методы арт-терапии • гармонизация внутреннего мира • родители и ребёнок • психологический климат • личностное развитие

Каждая семья, пришедшая в Центр, это большая и глубокая история развития отношений, становления законов и правил, существующих только этим людям. И обращение в Центр, как правило, сопряжено с каким-то особым, иногда кризисным, этапом развития семьи. Любой шаг жизни семьи всегда несёт в себе глубокие эмоциональные переживания, а кризисные этапы вызывают угрозу нарушения эмоциональной стабильности и гармонии в семье. Поэтому особой задачей для специалистов Центра становится эмоциональная поддержка и квалифицированная помощь семье в преодолении кризиса. В связи с этим повышается необходимость в многостороннем взгляде на семью и её проблемы. Мнение специалистов разных и смежных областей знаний позволяет составить комплексное решение и выбрать направление для работы с семьёй, наиболее отражающее её актуальные потребности.

Для реализации поставленной задачи специалистами Центра была разработана специальная диагностическая программа «Семейное консультирование», позволяющая получить наиболее полную картину той ситуации, в которой находится семья, а также выявить специфические особенности, присущие каждому её члену, и те невидимые процессы, которые управляют актуальной ситуацией развития данной семьи. После проведения комплексной

диагностики и анализа полученных результатов семье предлагаются те формы и направления работы, которые будут особенно полезны для ребёнка и его семьи.

Одной из форм работы, которая способствует гармонизации внутреннего мира ребёнка, развитию его социализации, стала программа «Сказочный мир души». Эта программа работает в рамках проекта «Театр детско-родительских отношений», цель которого — создание интегративной модели сопровождения семьи с опорой на методы арт-терапии и интерактивные игровые модели ведения тренингов для личностного развития всех участников семьи, изменения и гармонизации системы отношений внутри родительской пары и детско-родительских пар, внутрисемейных отношений. Программа «Сказочный мир души» ориентирована на эмоциональное реагирование на процессы переживания событий окружающего мира, социальных и личностных взаимодействий методами арт-терапии. Цель работы по программе — развитие художественно-творческой активности детей, обучение основам художественно-творческой деятельности, развитие навыков саморефлексии с помощью изобразительного искусства.

Отличительной особенностью нашей работы по про-

грамме «Сказочный мир души» можно назвать особое участие в ней родителей. Часть времени на занятиях они присутствуют как зрители, но наступает момент, когда изменения, происходящие с ребёнком, увлекают взрослого настолько, что оставаться в стороне он не может. Рисунок, который позволяет ребёнку раскрыть свой эмоциональный мир перед взрослым, становится насущной необходимостью и взрослого. Он включается в рисование ребёнка или создаёт собственный рисунок и вот уже совершенно по-новому складываются отношения между ними. Такая совместная работа позволяет улучшить психологический климат в семье, добиться взаимопонимания между детьми и родителями, найти у них сферу взаимных интересов. Нет секрета в том, что родители часто предъявляют завышенные требования к ребёнку, и сквозь свои представления о том, каким должен быть маленький человек, не видят той реальности, в которой на самом деле живёт ребёнок, и тогда всё, что он делает, подчинено этим представлениям взрослого. На наших занятиях родители учатся понимать своего ребёнка через рисунок, видеть его положительные качества, замечать новые навыки, которые до этого рассматривались как незначимые

Практика

в жизни. И это становится началом пути новых открытий родителем своего ребёнка, появляется более пристальный интерес к его потребностям, желаниям и возможностям.

Рисунок ребёнка, а иногда и взрослого, обязательно обсуждается на занятии. Обсуждение начинается с названия — рисунок должен получить имя, интересное, яркое, необычное и точно отражающее содержание. Так у эмоции появляется лицо, история, а часто и возможность осознания и изменения. Бывают случаи, когда дети обладают небольшим словарным запасом, трудно формулируют свои мысли, боятся публично выступать. Визуальный образ становится для ребёнка опорой для рассказа, речь становится уверенной и осмысленной. А слушатели, своим вниманием, аплодисментами и принятием юного художника и рассказчика, оказывают психологическую поддержку. Такая форма обсуждения результатов работы ребёнка позволяет поддерживать доброжелательную атмосферу в группе, и это тоже становится опытом для родителей, которые дома могут проявлять свои эмоции по отношению к ребёнку в новой позитивной форме. С точки зрения приобретения детьми навыков художественного творчества такая форма оценки не встречает сопротив-

ления у участников, они рассматривают замечания педагога как конструктивные дополнения к уже имеющимся у них навыкам и охотно выслушивают замечания по поводу цвета, стиля, композиции.

Ежегодно участники программы со своими творческими работами принимают участие в окружных и городских конкурсах и выставках. Конечно, дети очень гордятся такими своими достижениями, но вместе с тем огромное значение для них имеет участие в персональных выставках на базе Центра, ведь умение ждать они приобретут потом, в процессе своего взросления. За каждой семьёй, и в первую очередь за ребёнком, закрепляется отдельное место в кабинете, где он (иногда совместно с родителем) размещает свои рисунки. Маленькому художнику приходится самостоятельно задумываться о качестве работ, менять экспозицию в соответствии с новыми достижениями. Именно он сам становится главным оценщиком своей работы. Рассматривая выставку своих работ, ребёнок осознаёт свою индивидуальность, ощущает себя личностью, он интересен педагогу, родителям, другим ученикам. Возникает ощущение успешности, которое базируется на возможности реализовать свои замыслы и получить признание.

В процессе работы по программе при совместной деятельности детей и родителей интерес к изобразительному искусству развивается не только у детей, но и у взрослых. Младшие увлекаются творческим процессом, погружаются в мир красок и, приобретая новые навыки самовыражения, увлекают за собой старших. Наши занятия становятся дополнительным ресурсом для общения разных поколений в семье, что способствует улучшению климата и внутрисемейных отношений. Основа общения между участниками программы — самоуважение, уважение к другому, а в процессе работы формируется уважение к результатам творчества. Методы арт-терапии позволяют сделать наши занятия яркими, эмоциональными, и в процессе есть всё — и надежда на успех, и отчаяние, когда что-то идёт не так, и радость победы.

Наблюдая за детьми на занятиях, мы с уверенностью можем назвать те эмоции и чувства, которые они испытывают. Ребёнок проходит через два уровня переживаний. Один связан с возможностями и навыками в изобразительной и прикладной деятельности, а второй уровень — это переживания, связанные именно со становлением «Я», формированием эмоциональной сферы.

Конечно, жёсткого деления между уровнями быть не может, потому что переживания на одном из них неизменно включают переживания на другом.

К каждому новому заданию ребёнок подходит порой осторожно, порой энергично, иногда удаётся начать новый рисунок только спустя несколько дней. В этот период он оценивает свои силы, появляется уверенность в том, что «я смогу это сделать». В процессе выполнения задания наступает новое переживание — «у меня получается». Дети настолько увлечены процессом, что редко когда можно выделить какие-то отдельные эмоции, за исключением моментов приобретения новых сложных навыков. И, наконец, наступает кульминационный момент свершения «У меня получилось. Я умею делать то, чего раньше не мог».

Для того чтобы работа была успешной и ребёнок благополучно пережил эти этапы, существует простой метод постановки именно той задачи, которую ученик может выполнить в данный момент. Этот метод можно условно назвать «Метод ступеней». Как ступенька соразмерна ступне человека, так и задание должно быть соразмерно именно данному ребёнку. Движение вверх по лестнице не вызывает

Практика

затруднения, потому что высота ступеней соотносится с шагом нашего конкретного человека. Наши занятия проходят в разных формах. Есть дети, которым мы рекомендуем индивидуальные занятия со специалистом в сопровождении родителей. В этом случае постановка задач обусловлена уровнем развития и возможностями ребёнка. Его движение вверх происходит с той степенью осознанности и в том темпе развития, которые доступны этому ребёнку. Работая в группе, специалист ориентируется на разные уровни движения детей, ведь все они разные и по-разному не только смотрят на мир, но и проецируют его в своём творчестве. В этом случае постановка разных по уровню сложности задач перед детьми становится ещё и мотивирующим компонентом для продвижения вверх каждого из детей.

По этой лестнице вверх дети и родители идут рука об руку. Каждый из них может ощутить рост в изобразительной деятельности, путём сравнения ранних работ с последующими, а вместе с этим незаметно приходят изменения и в их отношениях. Для семьи, где маме свойственна гиперопека над подрастающим человеком, самостоятельные достижения ребёнка становятся основой для дальнейшего развития са-

мостоятельности, снижения тотального контроля. Там, где подросток не верит в добрые побуждения родителей, совместные занятия рисованием, похвала и принятие результатов деятельности, становятся основой для более доверительных отношений между матерью и ребёнком. И для всех семей эти занятия являются своеобразным тренингом взаимного общения.

Есть ещё одна особенность, которая ярко проявляется в процессе наших занятий. Китайская пословица гласит: «Ученик работает по закону, мастер сам создаёт закон». В течение года группу и индивидуальные занятия посещают дети разного возраста, от совсем маленьких дошколят до старших школьников, и каждый из них проходит свой путь развития. Но неизменно все дети проходят путь от ученика до мастера, причём кажется, что этот путь имеет некий циклический характер, потому что возвращение на уровень ученика происходит обязательно у каждого участника, с последующим «повторным ростом до мастера». На первых этапах нового задания или при столкновении с новым поворотом взаимоотношений дети сдержаны в проявлениях своих навыков, они смотрят на педагога, повторяют за ним, задают много вопросов. Потом крепнут их

умения, они набирают силу, больше доверяют себе при выполнении работы; фантазия, интуиция разворачиваются с большой силой, начинается по-настоящему творческий процесс. Дети перестают бояться экспериментировать с красками, формами, охотнее идут на контакт со взрослыми, проясняют сложные ситуации в общении.

Дошкольники и ученики младшей школы всегда начинают с «мастерства». Они более раскованы на листе бумаги и в использовании различных изобразительных средств, легко передают чувства, эмоции, события. В дальнейшем растёт их мастерство. Они получают новые знания про краски, про способы рисования и т.д. И на этом этапе они внимательные ученики, старательно исполняющие советы наставника. Когда крепнут их силы в изобразительном искусстве — перед нами вновь появляется мастер, но

уже более осознанный и умелый. Подростки всегда приходят «учениками». Занятия по программе «Сказочный мир души» — это часть работы в Театре детско-родительских отношений. На наши встречи они порой идут с малым запасом энтузиазма. В силу обстоятельств социального статуса им тяжелее, чем маленьким детям, приступать к изобразительной деятельности. И каждое новое открытие себя позволяет им всё больше и больше творить свой мир на листе бумаги.

Занятия в Центре проводятся на протяжении учебного года. За окном сменяют друг друга времена года, а в нашем кабинете мы, взрослые, имеем возможность наблюдать смену чувств, настроений, свершений наших больших маленьких художников...

Приведём пример организации тренинга коммуникативной культуры родителя и ребенка:

Практика

Ученики

ПЕД диагностика
ПЕД диагностика

Учебно-тематический план

№	Тема занятия	Цель занятия	Методы, методики	Кол-во часов
1	Знакомство. «Здравствуй, это я»	Создание благоприятной среды общения, развитие навыков самопрезентации, навыков вхождения в новый коллектив	Упражнения: «Связующая нить»; «Какая рука у соседа»; «Знакомство»; «Атомы и молекулы»; «Ларец». Тема «Приветственные слова». Рисунок на тему: «Здравствуй, это я!» «Презентация». Упражнение: «Внутренний голос». Тема «Мне нравится, что ты...»; «Колокол» Домашнее задание: рисунок «Я хочу...»	4
2	Мир детский и мир взрослых	Формирование толерантности. Формирование понятий «мир детей» и «мир взрослых»	Упражнения: «Связующая нить». Тема «Подари улыбку»; «Цветок»; «Зеркало»; «Суперклей»; «Ларец». Тема «Мои желания и мечты»; «Презентация». Представление группе домашнего рисунка на тему: «Я хочу...»; «Внутренний голос». Тема: «Я думаю, что ты любишь...»; «Колокол». Домашнее задание: рисунок на тему «Я хочу стать...»	8
3	Мы все чем-то похожи	Развитие толерантности через проявление вневозрастной общности эмоциональных и поведенческих реакций	Упражнения: «Связующая нить». Тема: «Я хочу стать...»; «Имя»; «Танец»; «Тень»; «Рыбацкая сеть»; «Упрямый»; «Ларец». Тема: «Мама всеядна, мамы всеядны». «Презентация». Представление группе домашнего рисунка на тему: «Я хочу стать...». «Внутренний голос». Тема «Я думаю, что ты не любишь...»; «Колокол». Домашнее задание: рисунок «Я люблю...»	8

№	Тема занятия	Цель занятия	Методы, методики	Кол-во часов
4	Почувствуй себя любимым	Развитие навыков эффективного общения между ребёнком и родителем, развитие навыков эмпатического слушания	Упражнения: «Связующая нить». Тема: «Я люблю...»; «Ласковое имя». Игра – танец: «Аплодисменты по кругу», «Паровозик», «Мы тебя любим», «Ларец». Тема: «Ласковые, шуточные прозвища», «Презентация». Представление домашнего рисунка на тему: «Я люблю...». «Внутренний голос». Тема «Я люблю, когда ты...»; «Колокол» Домашнее задание: рисунок на тему «Я могу (умею)...»	8
5	Путь доверия	Формирование пространства для развития навыков доверительных отношений между ребёнком и родителем, навыков эмпатического слушания	Упражнения: «Связующая нить». Тема «Я могу...»; «Передай сигнал». Танец «Цветок»; «Слепой и поводырь»; «Разведчики»; «Кошки-мышки»; «Ларец». Тема «Мои необычные умения, способности»; «Презентация». Представление домашнего рисунка на тему «Я могу...». «Внутренний голос». Тема «Я могу доверить тебе...»; «Колокол». Домашнее задание: рисунок на тему «Злючки»	6
6	Агрессия и гнев	Развитие навыков трансформации агрессии в социально приемлемые формы самовыражения	Упражнения: «Связующая нить». Тема: «Я злюсь, когда...»; «Представь себя...», танец свободы, раскрепощённости, импровизации; «Толкалки»; «Дракон, кусающий свой хвост»; «Ворвись в круг»; «Ларец». Тема «Когда я злюсь, я ... (что делаю?)». «Презентация». Представление домашнего рисунка на тему «Злючки». Упражнение «Внутренний голос». Тема «Я злюсь и раздражаюсь, когда ты...»; «Только вместе»; «Колокол». Домашнее задание: рисунок «Я боюсь»	6

Практика

ПЕД диагностика
ПЕД диагностика

№	Тема занятия	Цель занятия	Методы, методики	Кол-во часов
7	«Душевная погода»	Развитие навыков трансформации чувств страха и тревоги в социально приемлимые формы самовыражения	Упражнения: «Связующая нить». Тема «Я боюсь...»; «Передай по кругу»; слепой танец; «Баба-Яга»; «Кораблик»; «Ларец». Тема «Когда я боюсь, я... (что делаю?)»; «Презентация»; представление домашнего рисунка «Я боюсь...»; «Внутренний голос». Тема «Хочу тебя предупредить...»; «Колокол». Домашнее задание: рисунок на тему «Я хочу, чтобы все...»	4
8	Жизнь на планете Земля	Развитие представлений о семье с точки зрения филогенеза. Развитие навыков самостоятельности и самопрезентации	Упражнения: «Связующая нить». Тема «Я хочу, чтобы все...»; «Доброе животное»; танец «Противоположности»; «Найди свою пару»; «Играем в животное»; «Ларец». Тема «Обращение к жителям планеты Земля»; «Презентация», представление домашнего рисунка на тему «Я хочу, чтобы все...». «Внутренний голос». Тема «А вот бы...»; «Колокол». Домашнее задание: рисунок на тему «Я мечтаю, чтобы...»	
9	Уверенность — наш жизненный настрой	Формирование навыков ассертивного поведения, формирование уверенности в себе, развитие навыков самопрезентации	Упражнения: «Связующая нить». Тема «Я мечтаю...»; «Комплимент». Танец «Распускающийся бутон»; «Театр»; «Путаница». «Ларец». Тема «Самая-самая мечта». «Презентация»; «Внутренний голос». Тема «Хочешь, я скажу, каким ты будешь?..»; «Скульптор и глина»; «Колокол». Домашнее задание: рисунок на тему «Я желаю всем»	4

№	Тема занятия	Цель занятия	Методы, методики	Кол-во часов
10	Все вместе	Формирование понятия менталитета, принадлежность обществу, принадлежность семье	Упражнения: «Связующая нить». Тема «Я желаю всем...»; «Голова профессора Доуэля»; «Стремительная змейка». «Ларец». Тема «От всего сердца»; «Презентация»; «Внутренний голос». Тема «Если бы мы вместе...»; «Сиамские близнецы»; «Колокол». Домашнее задание: рисунок на тему «Мои бурчалки и вопилки»	4
11	Активное слушание собеседника	Развитие коммуникативной культуры, «Я»-высказываний, открытости собеседнику	Упражнения: «Связующая нить». Тема «Говорю, а чувствую...»; «Горячий привет»; Танец-послание «Горячий стул»; «Над пропастью...»; «Ларец». Тема «Когда я недоволен, я.. (что делаю?)». «Презентация»; «Внутренний голос». Тема «Когда меня мучает...я называю тебя...»; «Колокол». Домашнее задание: рисунок на тему «Я протестую!»	4
12	Конфликт. Что делать?	Развитие коммуникативной культуры погашения конфликта	Упражнения: «Связующая нить». Тема «Говорю, а чувствую...»; «Горячий привет»; Танец-послание; «Горячий стул»; «Над пропастью...»; «Ларец». Тема «Когда я недоволен, я.. (что делаю?)»; «Презентация»; «Внутренний голос». Тема «Когда меня мучает... я называю тебя...»; «Колокол». Домашнее задание: рисунок на тему «Я протестую!»	4
13	Вместе по жизни	Завершение программы, подведение итогов. Прощание	Упражнение «Связующая нить». Тема «Я желаю всем!..»; «Рисунок-подарок». Упражнение «Общий рисунок». Обратная связь с участниками тренинга. Упражнение «Колокол». Прощание участников тренинга	4
Всего				68

Практика