

# Арт-альбом

Елена ВАСИНА  
Анна БАРЫБИНА

ДЕТСКИЙ

для семейного  
консультирования



# ДЕТСКИЙ



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

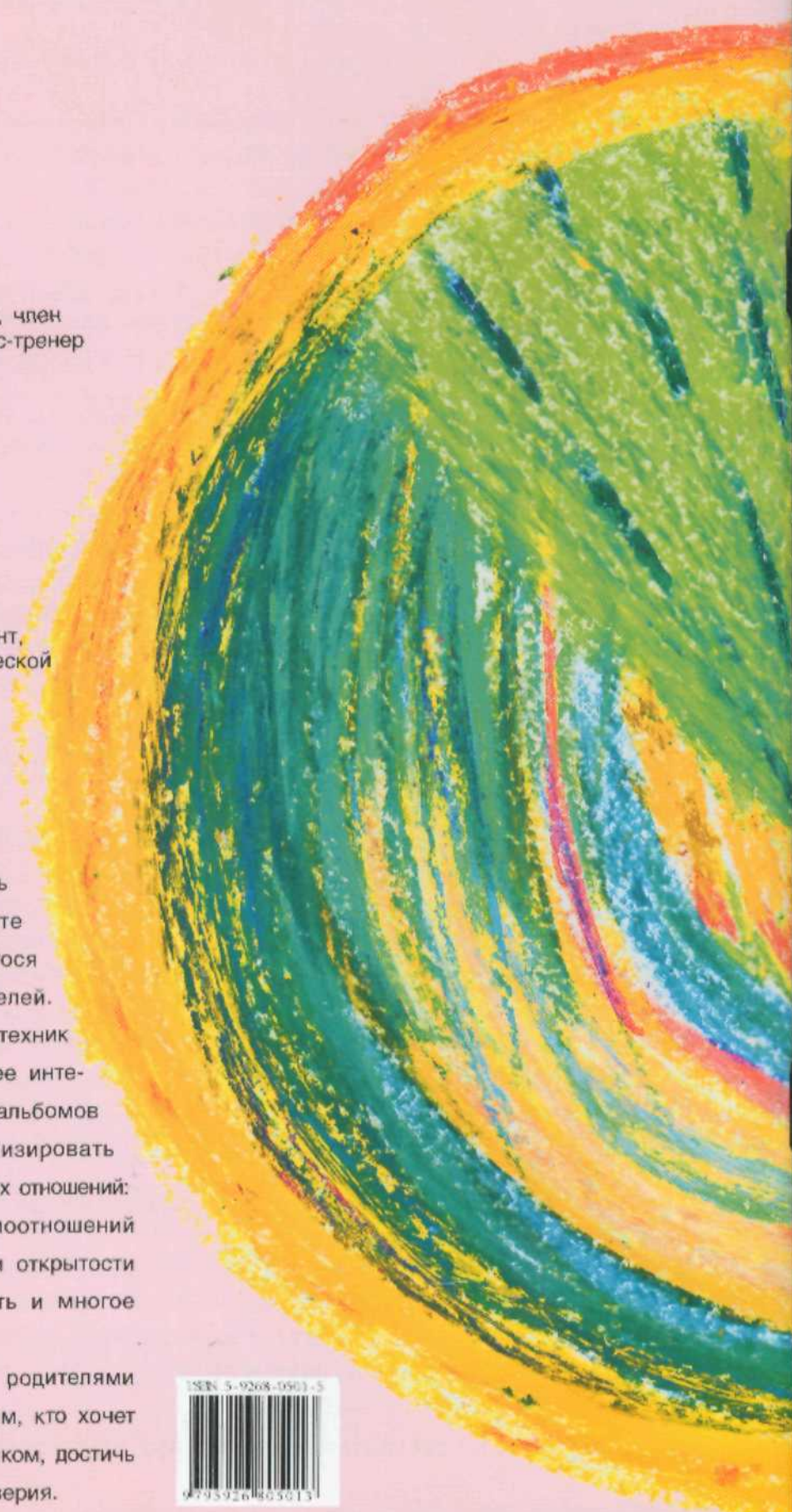


**Барыбина Анна** — психолог-консультант, детский психолог, член Арт-терапевтической ассоциации (г. Москва).

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 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.

ISSN 5-9268-0903-5



**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 60x90 1/4. Тираж 1500 экз. Заказ № 556

ООО Издательство «Речь»  
199178, Санкт-Петербург, а/я 96,  
тел. (812) 323-76-70, 323-90-63

sales@rech.spb.ru Интернет-магазин: www.rech.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!



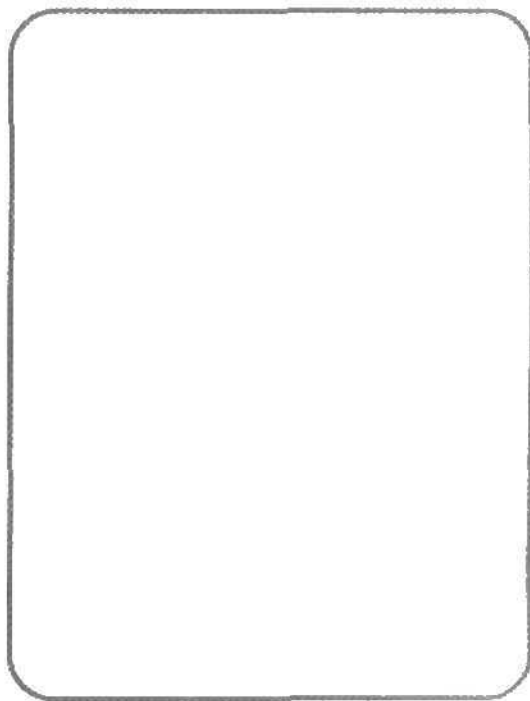
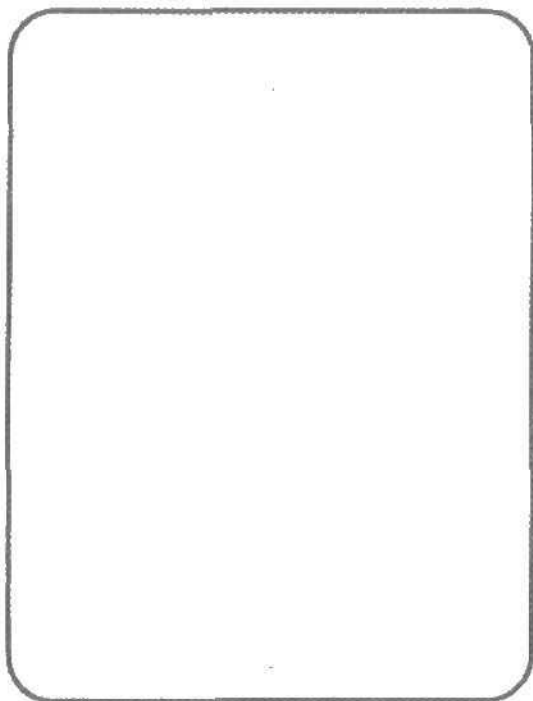
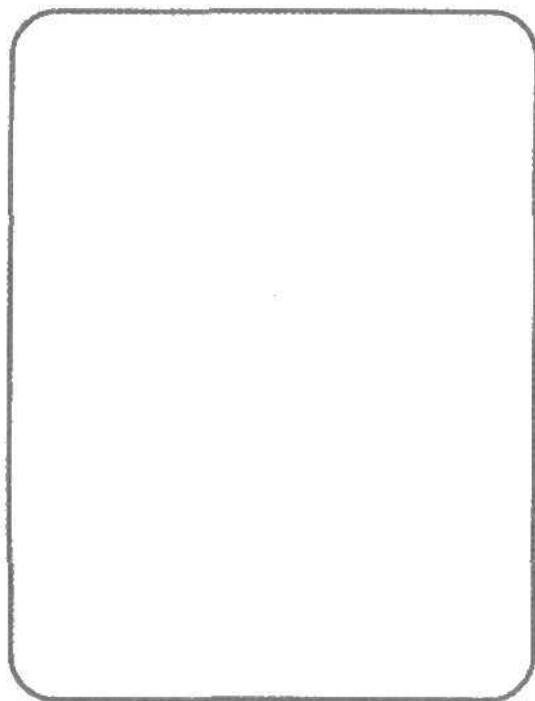
Посади зернышко и раскрась первые ростки тем цветом, который тебе нравится. Имей в виду: если ты захочешь, ты можешь вырастить особое дерево.

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?

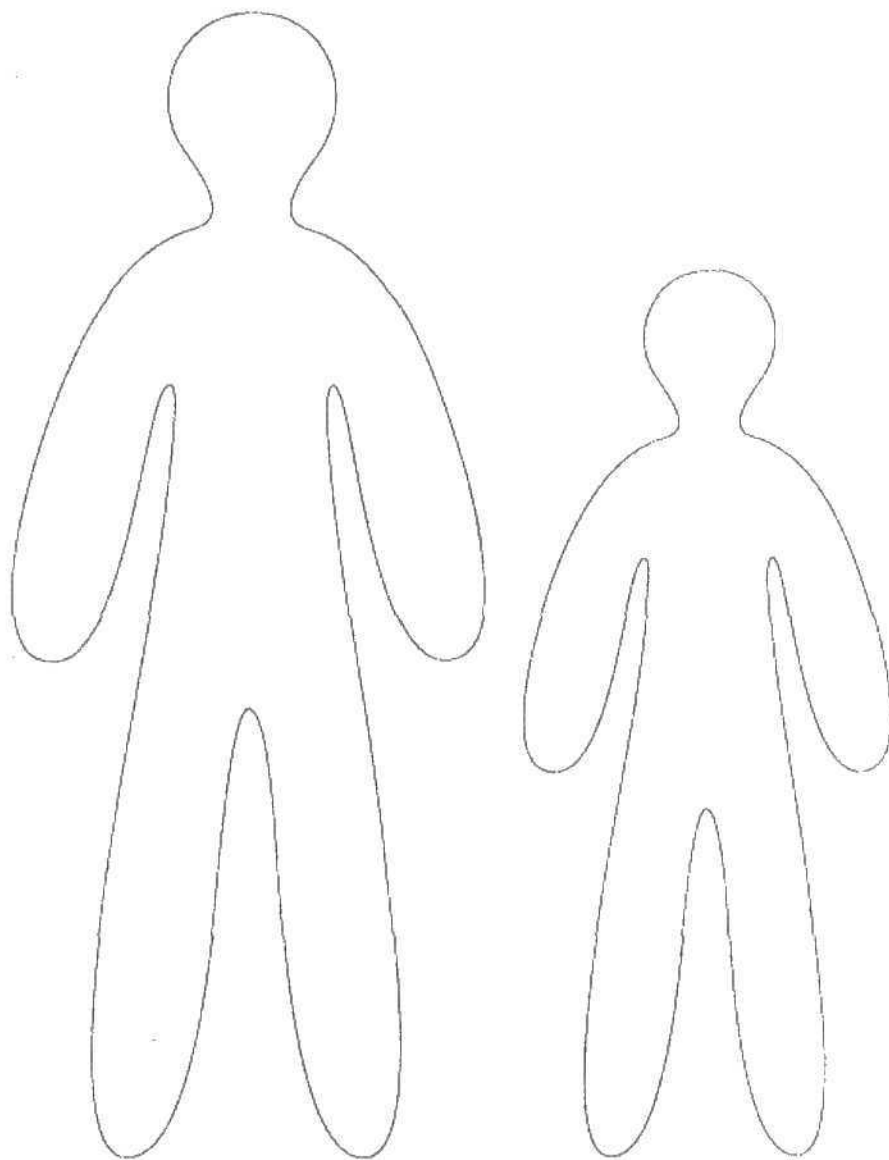




Представь, что это ты вместе с одним из родителей. Подбери фотографии ваших лиц и вклей их в контур. Представь, что вам предстоит сниматься в кино.

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.



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...»

Вспомни 3

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



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.

Какие чувства бывают у людей?	Когда я испытываю это чувство?	На какой цвет похоже это чувство?	Каким знаком можно обозначить это чувство?	Подбери слово для этого чувства (ассоциацию)



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.)

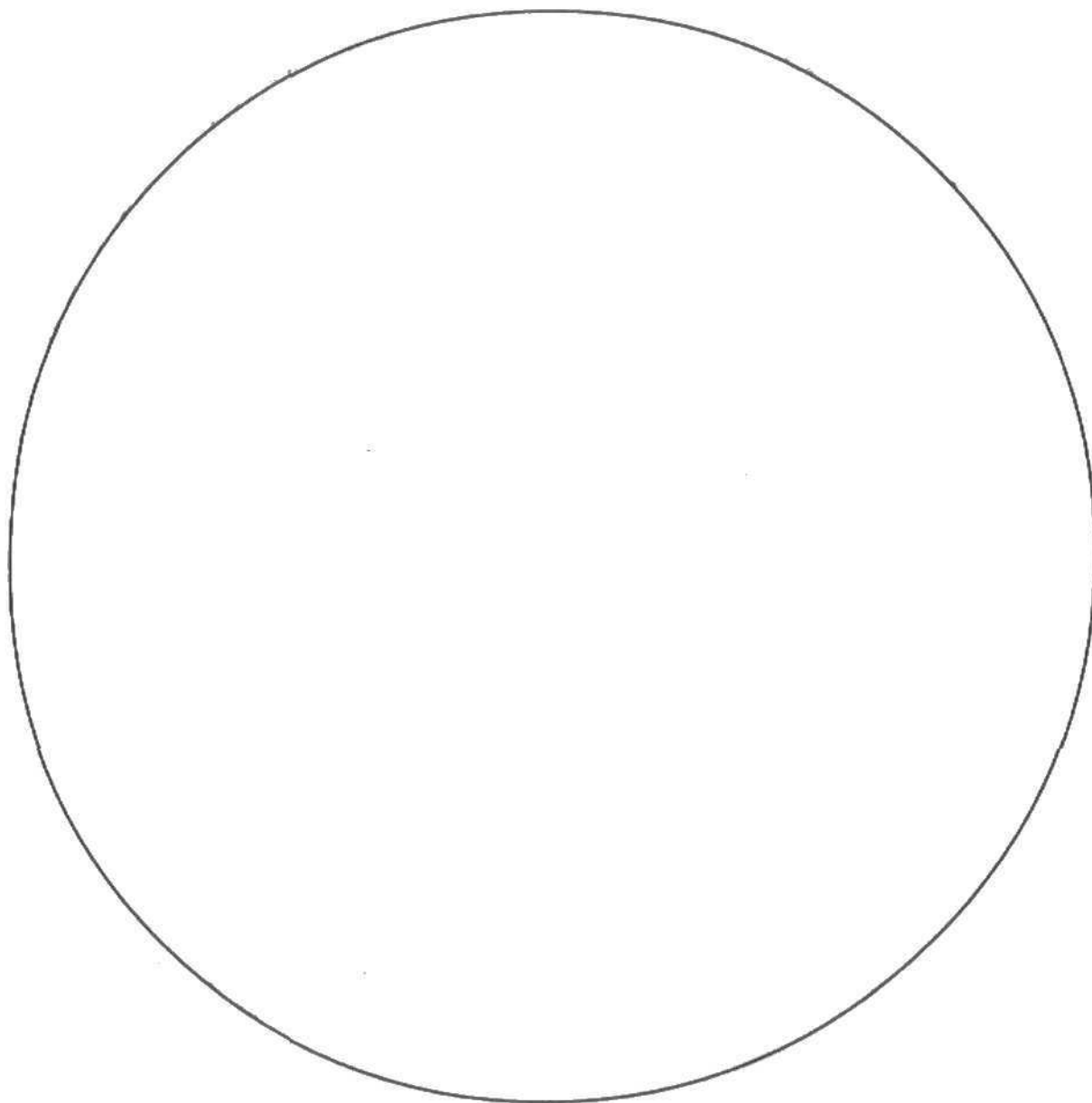


Расскажи, почему для рисунка ты выбрал именно это чувство.



Заполни изображением круг, начиная с его центра.

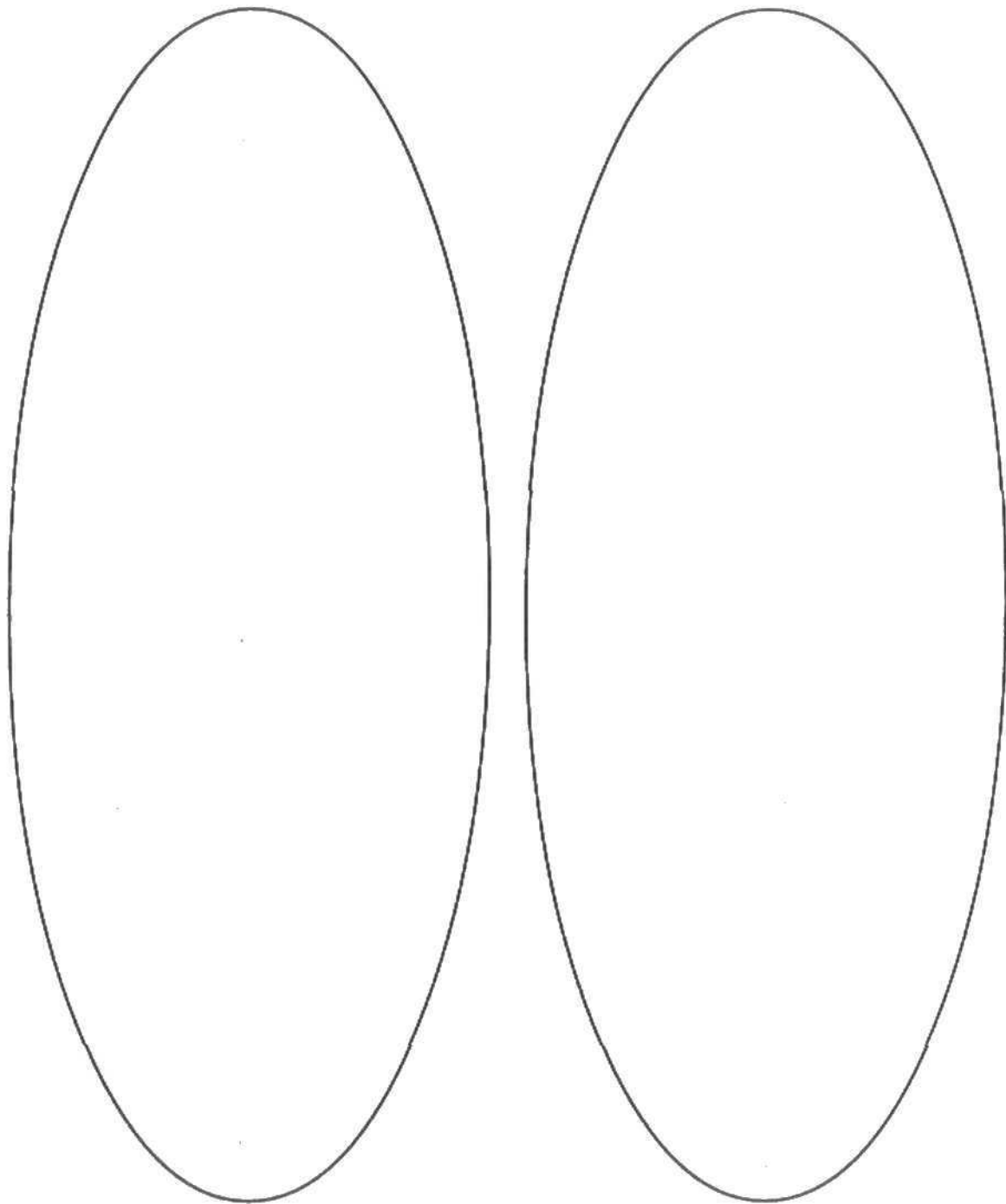
Вспомни 14



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 твое желание!



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



Нарисуй то, что ты с родителями любишь делать вместе.

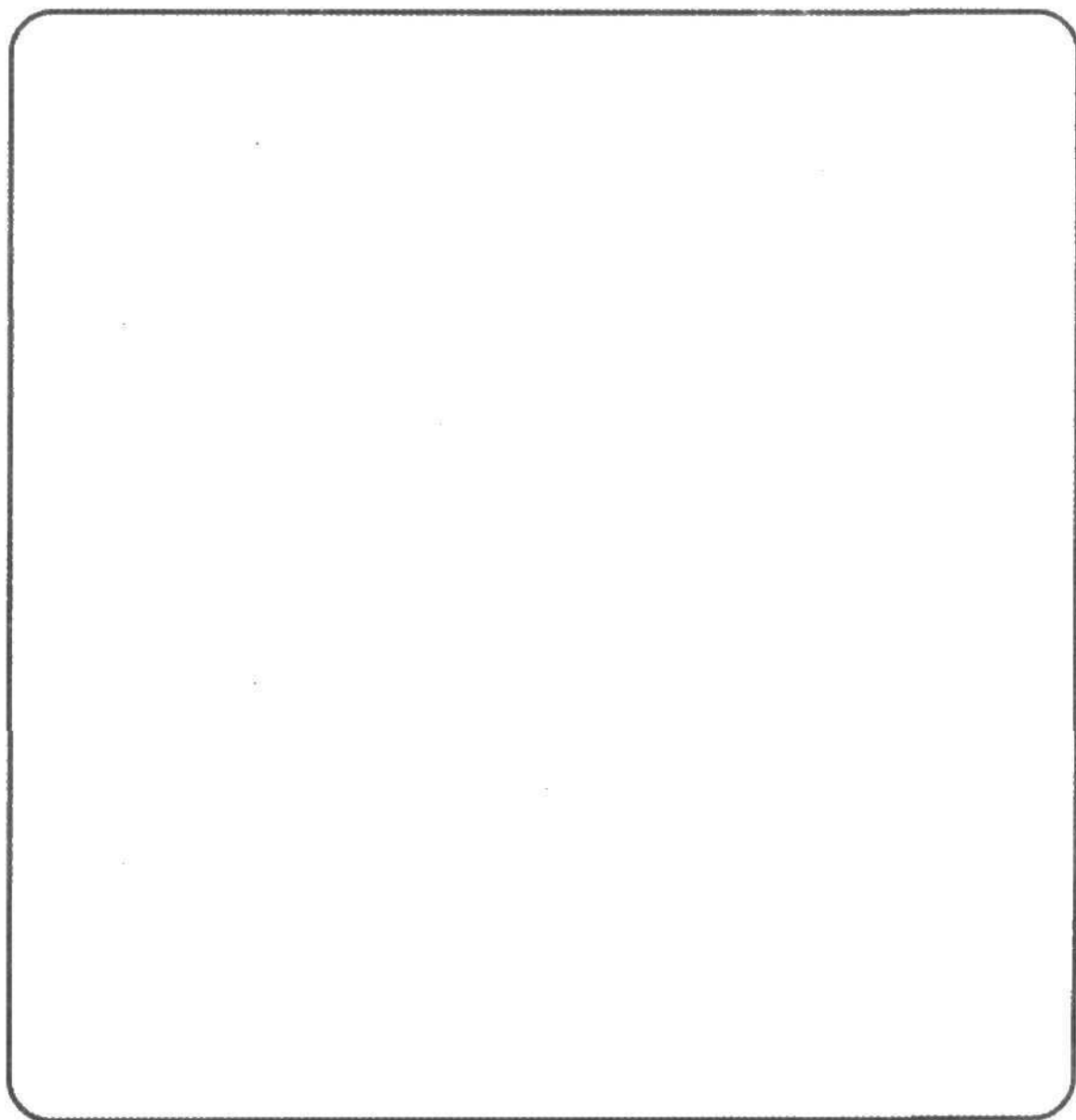
Встреча 13



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.

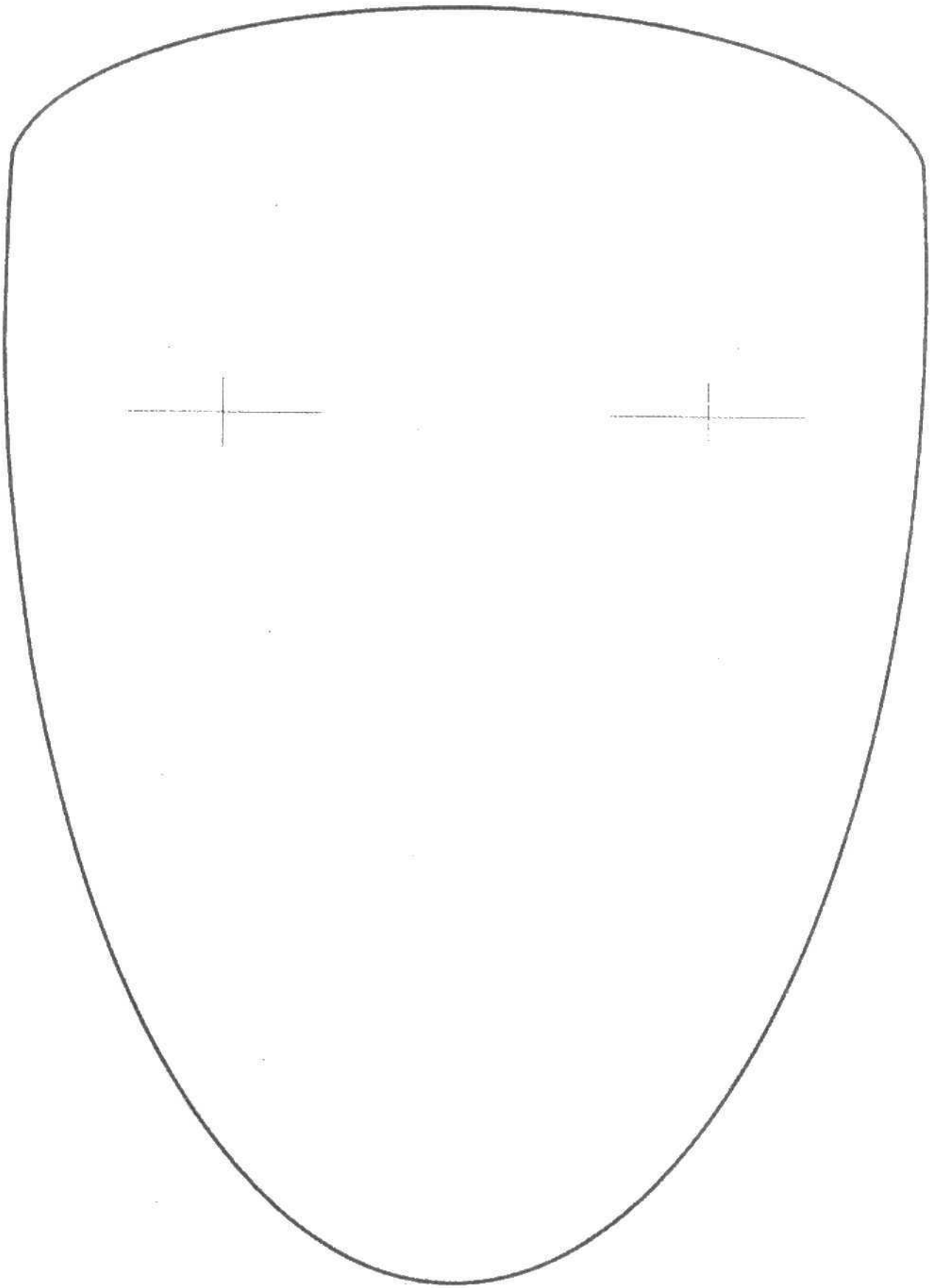
Сейчас и ты, и мама (папа) видите подросшее дерево. Вы немало для этого сделали: много шагов... много штрихов... Вы начинали и действовали, делали, творили и, надеемся, находили в этом радость. Поэтому сейчас вы можете видеть то, что выросло. Поверьте, мы тоже делали, действовали, творили, и у нас выросли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

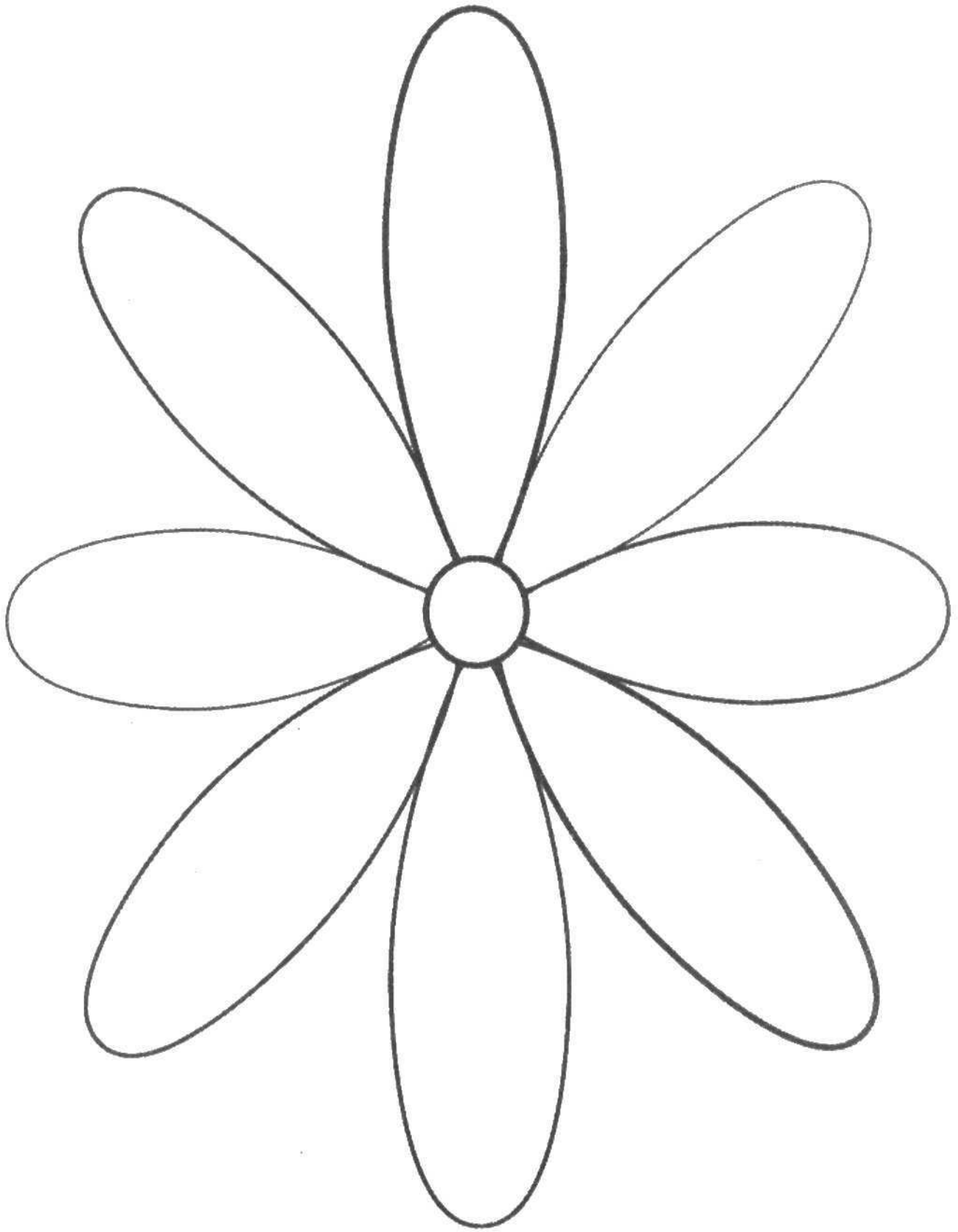
Раскрасьте дерево теми же цветами, которые вы использовали в тетрадях во время встречи 2. Используйте не только свои цвета, но и цвета другого. Напишите название дерева. Можете нарисовать плоды, которые выросли на вашем дереве.

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 согрудничества 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. Принятие 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.