Опыт работы в технике «GLASS-ART» («Роспись на стекле»).

В городе Белгороде в «Областном социально-реабилитационном центре для несовершеннолетних» оказывается социальная, психологическая и иная помощь несовершеннолетним и их родителям или законным представителям в ликвидации трудной жизненной ситуации

В частности, сотрудниками Центра организована комплексная коррекционно-педагогическая работа с детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации, без попечения родителей.

У этих детей сложности не только в детско-родительских отношениях, но также имеются нарушения в поведении, низкий уровень общительности, уверенности в себе, низкий уровень стрессоустойчивости и повышенный уровень чувствительности и др. Им необходим индивидуальный подход и разработка специальных коррекционных программ для курса реабилитаций, которые постоянно пополняются новыми формами и методами работы.

В этом году в нашем Центре возникла идея применения инновационной техники «GLASS-ART» («Роспись на стекле»). Данная техника направлена на решение различных психологических задач. С ее помощью осуществляется творческое самовыражение, развитие сенсорно-перцептивной, психомоторной сфер, развитие познавательных процессов, коммуникативной сферы, гармонизация и развитие эмоционально-волевой сферы, развитие речи.

Она проводится как в индивидуальной, так и в групповой форме. Количество человек в группе определяется психологическими задачами и возрастом участников. Работа организуется как отдельное занятие или является частью занятия, в зависимости от актуальных задач.

Данную технику можно применять для работы и с детьми любого возраста, и с родителями, педагогами, семьей. Ею также могут воспользоваться как смежные специалисты: дефектологи, воспитатели, методисты, так и родители.

Сосуды, расписанные в технике «GLASS-ART», можно использовать в работе с агрессией, страхами, зависимостями, с экзистенциальными, семейными проблемами и др.

Техника «GLASS-ART» направлена на решение следующих задач: свободное самовыражение; развитие творческих способностей, познавательных интересов, воображения, саморегуляции; стабилизация нервных процессов; раскрытие ресурсного состояния.

Для работы могут быть подобраны следующие материалы: краски для рисования на стекле, листы стекла небольших размеров (с обработанными скотчем, лейкопластырем краями, со специальной обработкой), стеклянные тарелки, бутылки и другие сосуды.

Примеры тем для рисования: «Весна», «Замок», «Ваза», «Подсвечник», «Аквариум», «Любовь», «Волшебная тарелочка», «Сказочный мир» и др., а также темы на выбор.

Инструкция заключается в следующем: необходимо предложить детям (взрослым) расписать выбранный стеклянный предмет по желанию или на заданную тему. Когда работы будут готовы, дать им названия, рассказать о них.

Одним из вариантов организации работы является «Творческое самовыражение».

Из «сказочного сосуда» будет, например, появляться сказочник и от имени ребенка рассказывать истории, волшебник будет объяснять игру с правилами (что особенно важно для развития саморегуляции у гиперактивных детей); по волшебной тарелочке катится яблочко, и происходит выбор (смена) ведущего в игре и пр.

Следующим вариантом работы выступает профилактика зависимости (работа со стереотипами).

Как правило, у людей формируется представление о том, что бутылка из-под спиртного — это «грязный», ненужный предмет. Такие стереотипы вызывают негативные эмоции. Однако превращение тары из-под алкоголя в красивую вазу для мамы или друга будет разрушать сформировавшиеся стойкие убеждения и являться одним из способов профилактики алкоголизма.

Эффективной в техника «GLASS-ART» проходит работа с агрессией, т.к. посредством свободного самовыражения происходит выброс энергии. Здесь можно вводить задания или инструкцию на соблюдение границ: делать рамки для картинки, не выходить за пределы установленного пространства, в сказочном контексте из бутылки будет появляться волшебник и устанавливать дисциплину в группе и др.

Также рекомендуется использовать метод рассказывания (сочинения) историй, сказок. Например, предложить сделать бутылку, расписанную на предыдущем занятии, волшебной. Она может стать квартирой для джинна. Затем об этом придумывается история.

Здесь метафорами могут быть: «агрессивный ребенок — джинн», «бутылка — социальные конструкты (запреты, негативные установки, родители и пр.)». Вырываясь из бутылки, ребенок, как джинн, может совершить много нелепых, асоциальных поступков. Рекомендуется проработать модели поведения на ситуацию: «Вырываюсь из бутылки и... (что я делаю)».

Когда данный этап работы закончен, совершается ритуал разбивания бутылки. (Данный процесс должен быть организован безопасно: в специальном месте, в мешке...) В завершение ритуала ребенок становится хозяином своего поведения, поступков, своей жизни.

Следующим этапом работы становится трансформация установок. Детям предлагается выбрать наиболее безопасные кусочки стекла от разбитой бутылки и сделать мозаику на тему «Безопасная свобода», «Гармония» и т.п. Мозаику можно делать на пластилиновой основе либо в песочнице. Метафора «битое стекло» означает: можно порезаться, если хватать кусочки стекла, а если их брать осторожно, можно что-то создавать (соблюдение безопасности). При обсуждении данной работы необходимо провести параллель с реальной жизнью: можно попасть в «плохую» компанию или строить позитивное, конструктивное общение с миром.

Из кусочков стекла можно делать талисманы. Талисман будет напоминать ребенку о выборе безопасного поведения.

Таким образом, не выбрасывая стекла, мы не уничтожаем установки, а трансформируем их, что является ключевым моментом в работе по данной проблеме.

В работа с экзистенциальным кризисом сосуд как метафора может отражать «Я» клиента. Подростку, взрослому дается инструкция: «Сосуд — это ваше «внешнее Я» (те персональные качества, поступки, которые вы транслируете окружающим, то, как люди воспринимают вас). Распишите его, как вы видите, чувствуете, ощущаете, понимаете свое «внешнее Я».

Внутренняя часть сосуда — «внутреннее Я». У каждого она заполнена чем-то своим. В ситуации экзистенциального кризиса клиент часто теряет «внутреннее Я», возникает пустота.

С целью заполнения «пустоты» клиенту предлагаются различные варианты:

– раскрасить крупную соль в разные цвета и заполнить ею сосуд;

– на дно сосуда положить камешки и наполнить его водой;

– эти же сосуды можно дополнить свечой или цветком;

– сделать из фольги рыбок и «запустить их в аквариум»;

– сделать рамки к картинкам и т.д.

По окончании работы организовать выставку и обсуждение. При этом необходимо уточнить, чем заполняется пустота (перевести в реальную жизнь): что для вас соль, камешки — это интересы, друзья, собака? Кто может вам помочь в наполнении сосуда? Что необходимо, чтобы оно произошло?

В работе с семейными проблемами актуальны темы «вечность», «счастье», «жизнь», «любовь», «зазеркалье» и др. Например, в сосуд, превращенный в «наш дом», члены семьи вкладывают записки с пожеланиями друг другу или каждый свои желания. На куске стекла, а лучше – на зеркале, предложить семейное рисование на тему «Идеальная семья» и т.п.

Данная деятельность будет являться одним из этапов психотерапевтической работы с семьей. В последующие этапы необходимо включить использование полученной информации.

При работе со страхами задачами техник являются диагностика эмоциональных состояний ребенка; переживание состояния эмоционального накала; снятие эмоционального напряжения; развитие умения управлять страхом.

Материалы используют следующие: краски для рисования на стекле, бутылки и другие сосуды, которые закрываются.

Темы: «Замок страхов», «Изба Бабы-яги», «Болото», «Пещера».

В ходе работы детям предлагается превратить (раскрасить) бутылку в замок для страхов. Когда замки будут готовы, ребята рисуют (или пишут) на отдельных листочках то, чего они боятся. В случае когда дети не могут самостоятельно выполнить задание, эту процедуру проводит психолог, предварительно уточняя, чего ребенок боится. После этого листочки скручивают и помещают в бутылку — «в замок». По завершении работы дети рассказывают о своих замках и о тех страхах, которые там живут.

Психолог может предложить варианты, что делать со страхами, находящимися в бутылке. Так, в качестве домашнего задания или на последующих занятиях «замок со страхами» можно уничтожить (например, закопать либо пустить по реке) или использовать момент трансформации страха (украсить «замок страхов» всевозможными способами, например разрисовать, приклеить лоскутки ткани и развесить украшенные бутылки в комнате). Здесь эффективным является использование ритуала превращения: страх превращается во что-то, что может быть ресурсом для ребенка.

Одной из самых популярных техник «Росписи по стеклу» является «Прозрачные картины». Данная техника проявляет тенденции человека к сотрудничеству или соперничеству, к доминированию, а также позволяет показать привлекательность «помогающих» отношений.

Участники работают парами на одном стекле, укрепленном вертикально. Каждый рисует гуашью со своей стороны стекла, но тема для изобразительного творчества общая. Например, участники получают такую инструкцию: изобразите свои представления о счастье, нарисуйте добро, мечту, боль, радость.

Замысел, сюжет, способы работы заранее не обсуждаются.

На этапе анализа сопоставляются готовые композиции. Участники обмениваются мнениями, насколько их действия были согласованы, как удалась общая композиция: гармонична ли картина, един ли замысел, идея? Как выглядит композиция на свет: создается ли впечатление целостной работы, или изображение воспринимается только отдельно с каждой стороны?

Участники по очереди характеризуют и интерпретируют нарисованные объекты, описывают возникшие ассоциации. Если каждый выполнял свою собственную композицию, не согласуя действия со своим партнером по работе, необходимо корректно выяснить мотивы именно такой стратегии.

Понятно, что результат совместной работы, выполненной в единой логике, более привлекателен, поскольку нарисованная картина гармонично смотрится с обеих сторон стекла и на просвет.

Подобная процедура также может быть выполнена в технике рисунка пластилином на стекле или на большом листе картона. Причем вероятность автономных композиций возрастает, если лист разделен пополам жирной линией. В случае если граница почти незаметна (сгиб, твердый тонкий карандаш), субъект с выраженным стремлением к лидерству легко переходит на «чужую территорию».

Часто данное упражнение применяется психологом при диагностике и коррекции детско-родительских отношений, являющихся важным фактором личностного развития ребёнка. Между поведением родителей и детей существует сильная зависимость: принятие и любовь порождают в ребёнке чувство безопасности и способствуют гармоничному развитию личности, явное отвержение ведёт к агрессивности и эмоциональному недоразвитию. Поэтому в психологической коррекции нуждаются не только дети, но и их родители: им нужно помочь овладеть навыками, которые способствовали бы развитию позитивных детско-родительских отношений.

В технике «Прозрачные картины» ребёнок и родитель рисуют на одном стекле, поставленном вертикально, но с разных сторон. В процессе рисования они имеют возможность поговорить друг с другом при помощи красок. Рисование по стеклу вызывает у рисующих огромный восторг, многие родители в процессе рисования самостоятельно начинают понимать особенности взаимоотношений с собственным ребёнком. Вот к примеру высказывание одной из родительниц: «Мы так и разговариваем с сыном. Он говорит, а я не слышу. Я думаю о своём». При этом на стекле можно было пронаблюдать следующую картину: на одной стороне лето, а с другой – зима. Где сын нарисовал цветок, там мама рисует снежинку.

Слова, символы, как известно, оживляют яркие впечатления и реальные ощущения, способные запустить естественные механизмы саморегуляции. Чувство тревоги (эмоциональный компонент) непременно вызывает двигательное беспокойство (моторный компонент), а также изменение хода и характера мыслей ребенка (ментальный компонент). Следовательно, рисуя положительный образ, фантазируя, можно испытать чувство удовольствия, что отразится в мимике, жестах, действиях, отношении к себе и другим. Значит, в целях терапии особенно полезны потенциально позитивные темы: «Я хороший»; «Мои самые приятные (яркие, добрые, счастливые) впечатления детства»; «Радость».

О результативности арт-терапевтических техник в значительной мере свидетельствуют отзывы самих участников, их устойчивое желание посещать занятия, а также степень искренности и открытости участников, позитивные изменения межличностных отношений и другие признаки.

По отзывам родителей, они стали лучше понимать своих детей, научились прислушиваться к ним, к их чувствам, увеличилось время пребывания с детьми.

В целом, представленные упражнения достаточно универсальны. Они, как зеркало, отражают модели поведения человека в реальной жизни.