



ОГБУ "Реабилитационный центр для детей  
и подростков с ограниченными возможностями",  
308580, Белгородская область, Белгородский район,  
с. Веселая Лопань, ул. Гагарина, 2. Тел./факс:

**(4722) 38-28-26**

E-mail: [centr\\_msr@mail.ru](mailto:centr_msr@mail.ru)

Подробнее  
о проекте на сайте  
[www.школа-тьюторов.рф](http://www.школа-тьюторов.рф)



# Арт-терапия и эргокинезотерапия — в работе — с «особыми детьми»

Методические рекомендации  
по психолого-педагогической реабилитации  
детей с особенностями развития



Методические рекомендации разработаны в рамках реализации проекта «Школа тьюторской практики» для родителей, воспитывающих детей-инвалидов и детей с ограниченными возможностями здоровья, финансируемого Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации (2014-2015 гг.)

Под общей редакцией директора ОГБУ «Реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями» И.Е. Долгих.

Авторы составители: специалисты отделения психолого-педагогической реабилитации ОГБУ «Реабилитационный центр для детей и подростков с ограниченными возможностями». В сборник вошли статьи по использованию методов арт-терапии в работе с «особыми детьми». Данные материалы содержат теоретические и практические рекомендации родителям детей-инвалидов и специалистам.

## СОДЕРЖАНИЕ

### Арт-терапия

Арт-терапия как метод психокоррекции.....	2
Использование кукол-марионеток в коррекционно-развивающей работе.....	5
Мульттерапия в психолого-педагогической реабилитации детей.....	8
Применение мандалотерапии в психокоррекции.....	11
Сказкотерапия как направление арт-терапии.....	14
Мастер-класс «Волшебные краски».....	18
Театр теней как средство реабилитации детей и подростков.....	19
Возможности песочной терапии.....	21
Эбру – техника рисования на воде.....	23
<b>Техники эргокинезотерапии</b>	
Квиллинг.....	29
Оригами.....	30
Рисование пластилином.....	31
Тестоластика.....	32
Торцевая аппликация.....	33

## АРТ-ТЕРАПИЯ КАК МЕТОД ПСИХОКОРРЕКЦИИ

Педагог-психолог

Шенцева Лилия Дмитриевна

Арт-терапия – метод психотерапии, использующий для лечения и психокоррекции художественные приёмы и творчество, такие как рисование, лепка, музыка, фотография, кинофильмы, книги, актёрское мастерство, создание историй и многое другое. Арт-терапия имеет древнее происхождение. В определенном смысле ее прототипом являются различные виды сакрального искусства, нередко используемого с лечебной целью и включающего в себя суггестивно-магический, дидактический, эстетический и иные компоненты терапевтического воздействия. Рост интереса к терапии творчеством, в частности, к арт-терапии, отмечается примерно с середины XX века, когда она стала все более широко использоваться в качестве разновидности терапии занятостью преимущественно в психиатрических и общесоматических госпиталях. За исключением отдельных случаев, она рассматривалась как фактор вторичной психопрофилактики и психотерапии, позволяющий преодолевать последствия социальной изоляции больных.

**Основные цели арт-терапии** – самовыражение, расширение личного опыта, самопознание, внутренняя интеграция личности (различных ее аспектов и компонентов) и интеграция с внешней реальностью (социальной, этнической, культурной). Арт-терапевтические занятия позволяют решать различные задачи.

**Воспитательные задачи.** Взаимодействие строится таким образом, чтобы дети учились корректному общению, сопереживанию, бережным взаимоотношениям со сверстниками и взрослыми. Это способствует нравственному развитию личности, обеспечивает ориентацию в системе моральных норм, усвоение этики поведения. Происходит более глубокое понимание себя, своего внутреннего мира (мыслей, чувств, желаний). Складывается открытые, доверительные, доброжелательные отношения с психологом.

**Коррекционные задачи.** Достаточно успешно корректируется образ «Я», который ранее мог быть деформированным, улучшается самооценка, исчезают неадекватные формы поведения, налаживаются способы взаимодействия с другими людьми. Хорошие результаты достигнуты в работе с некоторыми отклонениями в развитии эмоционально-волевой сферы личности.

**Психотерапевтические задачи.** «Лечебный» эффект достигается благодаря тому, что в процессе творческой деятельности создается атмосфера эмоциональной теплоты, доброжелательности, эмпатичного общения, признания ценности личности другого человека, забота о нем, его чувствах, переживаниях. Возникают ощущения психологического комфорта, защищенности, радости, успеха. В результате мобилизуется целебный потенциал эмоций.

**Диагностические задачи.** Арт-терапия позволяет получить сведения о развитии и индивидуальных особенностях ребенка. Это корректный способ понаблюдать за ним в самостоятельной деятельности, лучше узнать его интересы, ценности, увидеть внутренний мир, неповторимость, личностное своеобразие, а также выявить проблемы, подлежащие специальной коррекции. В процессе занятий легко проявляется характер межличностных отношений и реальное положение каждого в коллективе, а также особенности семейной ситуации. Арт-терапия выявляет и внутренние, глубинные проблемы личности, обладает многосторонними диагностическими возможностями, поэтому она может быть отнесена к проективным тестам.

**Развивающие задачи.** Благодаря использованию различных форм художественной экспрессии складываются условия, при которых каждый ребенок переживает успех в той или иной деятельности, самостоятельно справляется с трудной ситуацией. Дети учатся вербализации эмоциональных переживаний, открытости в общении, спонтанности. В целом происходит личностный рост человека, обретается опыт новых форм деятельности, развиваются способности к творчеству, саморегуляции чувств и поведения.

Процесс арт-терапии предполагает следование ряду принципов, если один из них нарушается, то специалист уже не вправе называть происходящее арт-терапией:

1. Занятия арт-терапией подразумевают использование ребенком разнообразных материалов, пригодных для творчества, с целью



Термин «арт-терапия» ввел в употребление художник Адриан Хилл в 1938 году при описании своей работы с больными в санаториях.





выражения с их помощью содержания своего внутреннего мира.

2. Работа ребёнка с данными материалами протекает в определённых условиях, помогающих создать ощущение безопасности и способствовать свободному выражению содержания внутреннего мира.

3. Работа ребёнка с материалами, пригодными для творчества, протекает в присутствии специалиста, обладающего достаточным знанием природы творчества различного вида, способного понимать психологическое содержание продуктов спонтанной деятельности ребёнка и выступать в качестве посредника в «диалоге» ребёнка с предметом творчества.

4. Арт-терапевтическая деятельность предполагает использование терапевтом определённых приёмов, помогающих ребёнку осознать отражённые в изделии содержания его внутреннего мира.

В структуре арт-терапевтического занятия выделяются две основные части:

1) невербальная, творческая, неструктурированная (основное средство самовыражения представляет творческая деятельность: рисунок, фото, оригами, сказка); используются разнообразные механизмы невербального самовыражения и визуальной коммуникации (70% сессии);

2) вербальная, апперцептивная и формально более структурированная (предполагает словесное обсуждение, а также интерпретацию созданных объектов и возникших ассоциаций); используются механизмы невербального самовыражения и визуальной коммуникации (30% сессии).

Спектр проблем, при решении которых могут быть использованы техники арттерапии, достаточно широк: внутри- и межличностные конфликты, кризисные состояния, экзистенциальные и возрастные кризисы, травмы, потери,



постстрессовые, невротические и психосоматические расстройства, развитие креативности, развитие целостности личности, обнаружение личностных смыслов через творчество.

Арт-терапия обладает очевидными преимуществами перед другими формами психотерапевтической работы, основанными исключительно на вербальной коммуникации. Ниже приведены наиболее значимые из этих преимуществ.

1. Практически каждый человек (независимо от своего возраста, культурного опыта и социального положения) может участвовать в арт-терапевтической работе, которая не требует от него каких-либо особых навыков, поэтому арт-терапия практически не имеет ограничений в использовании. Нет оснований говорить и о наличии каких-либо противопоказаний к участию тех или иных людей в арт-терапевтическом процессе.

2. Арт-терапия является средством преимущественно невербального общения. Это делает ее особенно ценной для тех, кто недостаточно хорошо владеет речью, затрудняется в словесном описании своих переживаний, либо, напротив, чрезмерно связан с речевым общением (что характерно, например, для представителей западной культуры). Символическая речь является одной из основ искусства, позволяет человеку зачастую более точно выразить свои переживания, по-новому взглянуть на ситуацию и житейские проблемы и найти благодаря этому путь к их решению.

3. Творческая деятельность является мощным средством сближения людей, своеобразным «мостом» между специалистом (психотерапевтом, психологом, педагогом) и клиентом. Это особенно ценно в ситуациях взаимного отчуждения, при затруднении в налаживании контактов, в общении по поводу слишком сложного и деликатного предмета.

4. Творческая деятельность во многих случаях позволяет обходить «цензуру сознания», поэтому предоставляет уникальную возможность для исследования бессознательных процессов, выражения и актуализации латентных идей и состояний, тех социальных ролей и форм поведения, которые находятся в «вытесненном» виде либо слабо проявлены в повседневной жизни.

5. Арт-терапия является средством свободного самовыражения и самопознания. Она имеет «инсайт-ориентированный» характер, предполагает атмосферу доверия, высокой терпимости и внимания к внутреннему миру человека.

6. Продукты творчества являются объективным свидетельством настроений и мыслей человека, что позволяет использовать их для ретроспективной, динамической оценки состояния, проведения соответствующих исследований и сопоставлений.

7. Арт-терапевтическая работа в большинстве случаев вызывает у людей положительные эмоции, помогает преодолеть апатию и безынициативность, сформировать более активную жизненную позицию.

8. Арт-терапия основана на мобилизации творческого потенциала человека, внутренних механизмов саморегуляции и исцеления. Она отвечает фундаментальной потребности в самоактуализации — раскрытии широкого спектра возможностей человека и утверждения им своего индивидуально-неповторимого способа бытия в мире.



## ИСПОЛЬЗОВАНИЕ КУКОЛ-МАРИОНЕТОК В КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕЙ РАБОТЕ

*Педагог-психолог высшей категории Глазунова Елена Николаевна*

Куклотерапия представляет раздел арт-терапии, использующий в качестве основного приема психокоррекционного воздействия куклу (в частности куклу-марионетку) как промежуточный объект взаимодействия ребенка и взрослого.

Возможности куклотерапии позволяют решать важные коррекционные задачи: расширение репертуара самовыражения ребенка, достижение эмоциональной устойчивости и саморегуляции, коррекцию отношений в системе ребенок-взрослый, ребенок-ребенок и другие. Цель куклотерапии – помочь детям ликвидировать болезненные переживания, укрепить психическое здоровье, улучшить социальную адаптацию, развить самосознание, разрешить конфликты в условиях коллективной творческой деятельности.

Среди функций, которые выполняет куклотерапия, можно выделить следующие:

**коммуникативная** – установление эмоционального контакта, объединение детей в коллектив; психологическая помощь младшим школьникам, испытывающим трудности в обучении;

**релаксационная** – снятие эмоционального напряжения, создание положительного эмоционального настроя; выражение различных негативных чувств и эмоций (гнев, ненависть, злость и т.п.) в социально приемлемой форме;

**воспитательная** – психокоррекция, проявление личности в игровых моделях жизненных ситуаций; развитие чувства внутреннего контроля; построение отношений, базирующихся на любви и взаимной привязанности, если таковые отсутствуют в родительской семье;

**развивающая** – развитие психических процессов (памяти, внимания, восприятия и т.д.), моторики, функций правого полушария головного мозга, которое отвечает за интуицию и невербальные (неречевые) способы общения; развитие творческого самовыражения;

**обучающая** – обогащение информацией об окружающем мире, укрепление культурной идентичности ребёнка.

Метод куклотерапии основан на процессах идентификации ребенка с любимым героем сказки, мультфильма, он базируется на трех основных понятиях: «игра» – «кукла» – «кукольный театр». В качестве основного приема коррекционного воздействия в куклотерапии используется кукла, как промежуточный объект взаимодействия ребенка и взрослого.

Первый этап работы – изготовление куклы-марионетки

За основу «психологической» куклы-марионетки была взята вальдорфская кукла-марионетка. У нее нет прорисованного лица, для того чтобы ребенок или любой играющий с ней мог сам домысливать, придумывать черты кукольного персонажа и менять кукле настроение – от смеха до плача. В психотерапевтической куклотерапии такое условие не является обязательным, возможно прорисовывание черт лица ребенком.

Изготовление куклы-марионетки не ставит собой задачу превратить занятие в кружок «Умелые руки». Гораздо более важным является создание сказочной терапевтической атмосферы в процессе работы над куклой.

Изготовление куклы-марионетки занимает 1-1,5 часа. Создавая куклу, мы отпускаем старое или рисуем новое – образ будущего. Мы не только творим руками, мы ещё и визуализируем, медитируем, работаем со своими эмоциями, то есть занимаемся психотерапией в ее чистом виде. Куклы, которые мы делаем с детьми, – это персонажи их внутреннего сказочного королевства.

В процессе изготовления куклы-марионетки, ребенок персонализирует, то есть воплощает в жизнь нереализованную



5

часть себя – важно не помешать этому.

Пролог (сказочный зачин), который произносит педагог-психолог перед изготовлением куклы-марионетки: «Возьмите в руку Ваш камушек или бусинку и под медленную спокойную музыку загадайте то желание, которое Ваша кукла-марионетка должна для Вас исполнить. Представьте себе, что это желание уже сбылось. Положите «секретик» в киндер-сюрприз. А теперь вызовите из Вашего внутреннего волшебного мира образ той куклы, которую Вы сейчас будете делать».

Последнее имеет смысл только в том случае, если педагог собирает участников, приготовив им для работы разнообразные куски ткани и фурнитуры, чтобы было из чего выбирать и фантазировать. Если же каждый сам заранее подготовил материалы и представляет себе, что будет шить, этот шаг можно пропустить. Необходимо также давать детям подсказки для воображения: кукла-марионетка может быть «мужской» и «женской», ребёнком, животным, молодой или старой, особой королевской крови или простушкой.

### **Пошив куклы-марионетки.**

Куклу начинают шить с головы. Баночка от киндер-сюрприза оборачивается несколькими слоями ваты или синтепоновой подкладки. Затем баночка обтягивается чулком телесного или белого цвета, который сшивается в том месте, где у куклы будет «шея», и обвязывается шнурком.

Для создания парадного «лица» куклы конструкцию необходимо обтянуть ещё одним чулком или тканью. Должны получиться голова и шея (не короче 5 см).

После этого в куске ткани размером 50х50 нужно отметить середину и вырезать небольшое отверстие, в которое затем протягивается шея куклы и пришивается с внутренней стороны.

Руки изготавливаются из той же ткани, что и лицо куклы. Необходимо вырезать два кусочка ткани размером 4х7 см, сшить «мешочки», набить их ватой и пришить их к верхнему платью куклы в нужном месте. Варианты одежды могут быть различные: платье, блузка и юбка, рубашка и брюки и др.

Для «подвязывания» куклы-марионетки нужно заправить длинную толстую нить в иглу и проткнуть голову куклы в области темени. Две нити укрепляются на правом и левом запястьях куклы. После чего нити, ведущие от рук (длина нити 15 см) и головы (длина нити 10 см), прикрепляются к палочке. Кукла-марионетка готова! Осталось лишь сделать ей причёску, украсить на платье аксессуарами, изобразить лицо. Всё зависит от того, насколько умелы собравшиеся «кукловоды».

### **Второй этап работы – психологический спектакль**

«Оживляя» куклу-марионетку, ребенок передает ей с радостью свои лучшие чувства, забывая о проблемах и страхах, открывая в себе скрытые резервы. Именно в этом удивительном перевоплощении состоит основной принцип куклотерапии, принцип «переноса доминанты».

Многим взрослым хочется побыть на сцене, поэтому легко представить, как этого жаждет ребенок, особенно тот, который остро нуждается в гиперкомпенсации. Для него вершиной пройденного пути будет представление с участием зрителей – его родных и сверстников.

Однако в психокоррекции наибольшее внимание должно быть уделено репетициям, участвуя в которых, дети проживают данные им роли, не догадываясь (или догадываясь весьма смутно), что эти роли мы дали им не случайно. Некоторые ребята получают сразу несколько ролей, а бывает, что мы одна роль распределяется между двумя, тремя, или даже четырьмя «артистами». Задачи педагога-психолога принципиально отличаются от тех, которые ставит перед собой профессиональный режиссер, поэтому мы не будем фиксировать свое внимание на технике кукловодства: нас интересует психотерапевтическая сторона дела.

Обычно репетиции длятся 2-3 недели. Кукол, декорации, костюмы, сценарий пьесы и прочие атрибуты участники спектакля готовят самостоятельно. Дети, прошедшие первый этап, как правило, в состоянии справиться с более сложными задачами. На втором этапе продолжается работа с психологической доминантой уже на глубинном уровне. Занятия могут проводиться в различных формах: индивидуально (20-30 минут) – отработка ролей; групповой (45-60 минут) – проигрывание отдельных сцен, этюдов и эпизодов.

### **Материалы для изготовления куклы:**

1. Пластиковая «баночка» от киндер-сюрприза.
2. Красивый мелкий камушек, бусина или пуговка (что-то маленькое и «волшебное», что можно спрятать в «баночку» от киндер-сюрприза).
3. Чулок/трикотаж телесного или белого цвета.
4. Вата.
5. Ткань для туловища (размер 50х50 см).
6. Шерстяная пряжа для изготовления причёски.
7. Игла с большим ушком.
8. Толстая нить.
9. Фурнитура для украшения куклы.
10. Палочка для крепления нитей.



6

Уже с первых занятий работы над спектаклем ребенок трижды психологически защищен. Во-первых, ширмой, за которой можно спрятать свое смущение, неуверенность и как бы остаться наедине с собой. Во-вторых, ребенок защищен и куклой-марионеткой, которая представляется ему самостоятельной «фигурой» или личностью, способной взять на себя его проблемы, что содействует самовыражению и самопознанию. В-третьих, специфика кукольного театра облегчает детям перенос внутренних переживаний на символический объект.

Подготовка к спектаклю состоит из нескольких этапов:

1. Выбор сценария будущего спектакля.
2. Прочтение пьесы и беседа по сценарию, распределение ролей с учетом особенностей и интересов детей. Анализ ребенком своих резервов, внутреннее самоопределение («хочу сыграть этого персонажа»).
4. Куловождение, репетиции отдельных сцен.
5. Репетиции всего спектакля с расстановкой основных мизансцен и отработкой передвижения детей за ширмой.
6. Сведение музыкального сопровождения спектакля и светового оформления.
7. Показ спектакля публике – завершающий и наиболее эмоциональный аккорд во всем процессе подготовки. Одобрение, улыбки, аплодисменты зрителей – это признание не только образа актера и его труда, но, что самое главное, – это признание личности. Дети всегда испытывают огромное счастье, когда понимают, что они нравятся зрителям, что им аплодируют искренне.



## МУЛЬТТЕРАПИЯ В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ

*Педагог-психолог Милка Татьяна Александровна*

Впервые мульттерапия была воплощена в социальном проекте «Мульттерапия», реализованном в 2008 году. Автором идеи стал Михаил Сафронов и его коллеги из студии детской анимации «ДА». Мульттерапия включает в себя деятельностный педагогический подход, психологические методики групповой работы, арт-терапии и анимационных технологий, дающих в совокупности более действенный эффект. Это мягкий и эффективный реабилитационный метод, при котором коррекция состояния ребенка происходит гармонично и естественно, что очень важно для детей с ограниченными возможностями. Посредством коллективного создания мультфильмов дети оживляют свои представления о мире, о счастье, они учатся взаимодействовать друг с другом и с взрослыми, начинают видеть чудо и красоту в обыденных вещах, тем самым обретают надежду на выздоровление, долгую и радостную жизнь.

Ниже нами перечислены возможности, которые предлагает педагогу использование мульттерапии (далее – МТ):

- МТ создаёт положительный эмоциональный настрой, облегчает процесс коммуникации со сверстниками, педагогами, взрослыми, а совместное участие в художественной деятельности способствует созданию отношений взаимного приятия, эмпатии;
- МТ позволяет обратиться к реальным проблемам или фантазиям, которые по каким-либо причинам затруднительно обсуждать вербально;
- МТ даёт возможность на символическом уровне экспериментировать с самыми разными чувствами, исследовать и выражать их в социально приемлемой форме, позволяет проработать мысли и эмоции, которые человек привык подавлять;
- МТ развивает чувство внутреннего контроля – занятия по созданию мультфильма позволяют экспериментировать с кинестетическими и зрительными ощущениями, стимулировать развитие сенсомоторных умений и функционирование правого полушария головного мозга, отвечающего за интуицию и ориентацию в пространстве;
- МТ способствует творческому самовыражению, развитию воображения, эстетического опыта, практических навыков изо-деятельности, художественных способностей в целом;
- МТ повышает адаптационные способности человека;
- МТ как элемент арт-терапии эффективна в коррекции различных отклонений и нарушений личностного развития, поскольку использует здоровый потенциал личности, внутренние механизмы саморегуляции и исцеления;
- МТ позволяет выстраивать отношения с ребёнком на основе любви и взаимной привязанности и тем самым компенсировать их возможное отсутствие в социальной среде.



МТ включает в себя практически все виды арт-терапевтического метода: живопись, графику, скульптуру, фотографию, декоративно-прикладное искусство, музыку, литературу, театр, компьютерные графические программы, сыпучую анимацию (работая с песком или крупой), перекладку (перемещение бумажных фигурок), перелепку и stop-motion (анимирование предметов).

Совместное использование различных искусств в мульттерапии позволяет повысить познавательный интерес ребенка к миру, получить новые жизненные ориентиры, настроиться на здоровье и радость, что является важным фактором при работе с детьми с ограниченными возможностями. Мультипликация позволяет развивать творческие способности детей. Творчество, в свою очередь, помогает их реабилитации и социализации.

Один из немаловажных факторов мульттерапии – работа в команде. Каждый ребенок выполняет определенную функцию, у каждого своя роль: режиссер и сценарист, художник и актер озвучания, композитор, оператор и монтажер. Роль каждый ребенок может выбрать себе сам, что будет являться посылом для раскрытия маленькой души, проживание роли будет способствовать избавлению от страхов, развитию уверенности, отождествлению себя с коллективом, формированию чувства значимости. Ощущая себя полноценным членом команды, ребенок будет работать на результат. Все, как в обычной жизни, где от усилий одного зависит общее благополучие. И ребенок понимает: «Я – не винтик, не ненужная забытая деталь. От меня зависит, что получится в целом». И другой мальчишка или девчонка рядом вдруг предстают такими же ценными и необходимыми, в чем-то своем талантливыми.

Работа над мультфильмом – это, кроме всего прочего, процесс освоения новых технологий, что дает психологически комфортное существование ребенка в современном мире и выстраивает базис для дальнейшего развития и социализации детей с двигательными ограничениями, поскольку они не чувствуют себя оторванными от мира.



Сочинение и обсуждение сценария мультфильма является элементом сказкотерапии. Психолог и ребенок могут сочинять сказку вместе, одновременно драматизируя ее всю либо отдельные элементы, или же ребенок при желании может сочинять сказку самостоятельно. Придумывание продолжения сказки и ее рассказывание ребенком позволяет выявить его спонтанные эмоциональные проявления, которые обычно не отмечаются в его поведении.

Создавая мультфильм, ребенок вместе с другими детьми и взрослыми, проходит весь путь от рождения идеи и написания истории, собственно съемки и монтажа до того торжественного момента, когда он видит в титрах свое имя – имя творца. Это ценнейший опыт для маленького человека – почувствовать себя создателем другой реальности, в которую он вложил свой труд и свои эмоции. Для многих детей – это едва ли не первый опыт позитивного предъявления себя миру, громкое и уверенное заявление: «Я есть. Я это сделал. Я могу. Я все могу».



## ПРИМЕНЕНИЕ МАНДАЛОТЕРАПИИ В ПСИХОКОРРЕКЦИИ

Педагог-психолог

Логвинова Надежда Сергеевна



Мандала (mandala) - в переводе с санскрита означает «круг» или «центр». Мандалы могут быть как произведениями искусства, так и формами, созданными самой природой. Рисунки в окружностях были обнаружены еще в древних цивилизациях и присутствуют в современном мире. Люди интуитивно научились успокаивать свой ум и душу с помощью изображений в круге, используя его как способ снова сблизиться с природой. Рисунок мандалы чаще всего симметричен: обычно он представляет собой круг с выраженным центром, внутри круга обозначены основные направления-ориентиры, число которых варьируется. Вместе с тем в сложной геометрической композиции мандалы можно встретить самые разные элементы: квадрат, овалы, кривые линии, треугольники.

Во время рисования устанавливается контакт с внутренним «Я», с интуицией и чувствами — будь то позитивные или негативные чувства, — которые могут нахлынуть во время творческого процесса. Таким образом, исчезает напряжение, человек успокаивается, улучшается состояние его внутреннего мира. С помощью созерцания, карандашей, красок и определенного количества свободного времени каждый человек раскрывает себя сам с помощью своего Внутреннего Ребёнка.

Мандалы хороши как для детей, так и для взрослых. В психокоррекционной и развивающей работе с детьми и подростками психологические возможности мандал возможно применять:

- в целях коррекции эмоционального состояния, нормализации поведения (раскрашивание готовых мандал);
- в целях диагностики актуального настроения (раскрашивание белого круга);
- в целях изучения групповых взаимоотношений (создание индивидуальных мандал в группе с последующим созданием коллективной композиции);
- с целью диагностики и коррекции конкретной проблемы (раскрасить круг, символизирующий школу, семью, образ «Я», дружбу, любовь, гнев и пр.)



11

Также существуют и другие возможности применения мандал в актуальных направлениях психокоррекционной работы психолога с детьми и подростками: при проблемах в самооценке, при ощущении внутреннего дисбаланса, для активизации ресурсных состояний личности, при страхе потерять контроль над собой, при пессимизме и депрессии, для психокоррекции накопившегося раздражения и агрессии, страхов и тревог, для сопровождения адаптации, с целью сплочения группы на основе духовного сближения, коллективного творчества; коррекции расстройств мелкой моторики и нервного напряжения, воспитания терпеливости и аккуратности, формирования самоуверенности на основе спокойствия и стимуляции творческого потенциала.

Так как мандалы превращают силы архетипа подсознательного в формы, которые можно понять с помощью сознательного «Я», то интерпретация творческого результата при работе с мандалами возможна так же, как в других проективных методиках (выбор цвета, материала, штриховки, символика образов, названий).

После завершения рисования можно воспользоваться интерпретацией цвета Люшера, прочитать о значении символов и знаков, также очень важно уточнить у автора, как называется его мандала, что он чувствует, когда смотрит на неё, нравится ли она ему, есть ли желание что-либо изменить. Работая с ассоциациями, психолог имеет возможность сформировать картину состояния личности, определить проблему ребенка в данный момент. Появляется возможность спланировать психокоррекционную работу.

При организации работы с мандалами необходимо спокойное и уединенное место, где присутствие других людей не мешает работе. Также оказывается очень эффективным и расслабляющим прослушивание музыки во время рисования, так как это делает участника более восприимчивым к собственному внутреннему ритму, таким образом он вливается в процесс заполнения нарисованных форм своим состоянием души, своими желаниями и стремлениями. Но если мандалы рисуются в группе, это необходимо делать в тишине, так как групповая работа создает крепкие связи между всеми ее членами.

Самый простой способ начать работу — нарисовать круг, который может быть расположен на листе или вырезан. Рекомендуется всегда начинать с круга, чтобы потом сконцентрироваться на этой форме или дополнить ее, создав сложную игру линий и форм, геометрических фигур. При выборе цвета желательно избегать размышлений о причинах выбора и позволить цветам «возникать самим». По мере распределения цвета по рисунку происходит взаимодействие между глазом, рукой и подсознанием.

Со временем и с опытом, возможно, ребенку захочется самостоятельно создавать свои собственные мандалы, поэтому важно не ограничивать его и использовать все доступные способы самовыражения — рисовать формы и затем раскрашивать их, приклеивать цветную бумагу, фотографии, ракушки, песок, листья деревьев, цветы, ткань, создавать альбом мандал, анализируя эмоциональные состояния. При этом важен не тип предметов и материалов, из которых создана мандала, а возможность выразить свои чувства. Любой выбранный материал для мандалы будет служить путем к внутреннему миру и выражать образы чувств, эмоций, снов и т.п. Как только мандалы закончены, можно оформить особенно понравившиеся в рамку (она не должна быть слишком изящной, чтобы не отвлекать внимание от сущности мандалы). Важно! Мандала завершена, когда, посмотрев на нее, человек чувствует удовлетворение от созерцания.



12



Существуют правила работы педагога-психолога при использовании мандалы:

1. Если запланирована работа с мандалами-раскрасками, то предлагается, что ребенок/подросток/взрослый сам выберет форму и орнамент работы.
  2. Самостоятельным является и выбор материалов для работы (карандаши, фломастеры, краски и пр.), а также цветовой гаммы.
  3. Процесс создания мандалы ограничен только степенью насыщения, пресыщения и удовлетворения работой.
  4. Психолог фиксирует состояния напряжения/расслабленности, связанные с процессом работы.
  5. Осуществляется принцип невмешательства в работу ребенка/ подростка/взрослого без его согласия.
  6. Необходимо избегать оценочных комментариев по поводу работы.
  7. Автор может дать название своей мандале как раскрашенной, так и созданной.
  8. После работы важно позволить ребенку/подростку/взрослому поговорить о своих чувствах, переживаниях по поводу работы над мандалой и отношении к результату (допускаются корректные наводящие вопросы).
- Мандала — это нечто большее, чем просто рисунок, выполненный на бумаге, ткани или песке, это способ объединения того, что было разобщено в единое целое. Для автора мандала — это не столько законченный художественный объект, сколько способ обобщения и упорядочивания себя, своего внутреннего мира. Творческая работа с мандалой из-за её концентрической структуры притягивает нужную энергию во внутренний мир человека для восстановления равновесия и спокойствия, чтобы он чувствовал себя таким же «круглым» и цельным, как мандала. Это свидетельствует о большой ценности мандалотерапии как активного арт-терапевтического метода в психокоррекционной работе психолога.

Сочинение и обсуждение сценария мультфильма является элементом сказкотерапии. Психолог и ребенок могут сочинять сказку вместе, одновременно драматизируя ее всю либо отдельные элементы, или же ребенок при желании может сочинять сказку самостоятельно. Придумывание продолжения сказки и ее рассказывание ребенком позволяет выявить его спонтанные эмоциональные проявления, которые обычно не отмечаются в его поведении.

Создавая мультфильм, ребенок вместе с другими детьми и взрослыми, проходит весь путь от рождения идеи и написания истории, собственно съемки и монтажа до того торжественного момента, когда он видит в титрах свое имя – имя творца. Это ценнейший опыт для маленького человека – почувствовать себя создателем другой реальности, в которую он вложил свой труд и свои эмоции. Для многих детей – это едва ли не первый опыт позитивного предъявления себя миру, громкое и уверенное заявление: «Я есть. Я это сделал. Я могу. Я все могу».

## СКАЗКОТЕРАПИЯ КАК НАПРАВЛЕНИЕ АРТ-ТЕРАПИИ

Педагог-психолог

Шворак Ольга Васильевна

В настоящее время психологи в работе часто используют сказкотерапию как одно из направлений арт-терапии, ставшее популярным из-за возможности интерпретации сказки сразу на двух уровнях – сознательном и подсознательном.

Сказкотерапия использует ресурсы сказок для решения целого ряда задач: воспитания, образования, развития личности и коррекция поведения. Сказкотерапия, пожалуй, – самый детский метод психологии и один из самых древних. Сказки всегда служили моральным и нравственным законом, предохраняли детей от напастей, учили их жизни.

Р.М. Ткач в книге «Сказкотерапия детских проблем» структурирует сказки, соотнося их с детскими проблемами:

1. Сказки для детей, которые испытывают страхи темноты, страх перед медицинским кабинетом и другие страхи.
2. Сказки для гиперактивных детей.
3. Сказки для агрессивных детей.
4. Сказки для детей, страдающих расстройством поведения с физическими проявлениями: проблемы с едой, с мочевым пузырем и т.д.;
5. Сказки для детей, которые столкнулись с проблемами семейных отношений (в случае развода родителей, в случае появления нового члена семьи, в случае, когда дети считают, что в другой семье им будет лучше).
6. Сказки для детей в случае потерь значимых людей или любимых животных.

В сказкотерапии используются разнообразные жанры: притчи, басни, легенды, былины, саги, мифы, сказки, анекдоты. Находят применение и современные жанры: детективы, любовные романы, фэнтэзи. Для каждого клиента подбирается соответствующий его интересам жанр.

Как пишет И.В. Вачков, главным средством психологического воздействия в сказкотерапии является метафора как основа любой сказки. Именно точность подобранной метафоры определяет эффективность сказкотерапевтических приемов в работе, как с детьми, так и с взрослыми.

Выделяют несколько основных функциональных особенностей сказок.

1. Тексты сказок вызывают эмоциональный резонанс как у детей, так и у взрослых. Образы сказок обращаются одновременно к психическим уровням сознания и подсознания.
2. Концепция сказкотерапии основана на идее ценности метафоры как носителя информации о жизненно важных явлениях, о жизненных ценностях, о постановке целей, о внутреннем мире автора (в случае авторской сказки).
3. В сказке в символической форме содержится информация о том, как устроен этот мир, кто его создал; что происходит с человеком в разные периоды его жизни; какие этапы в процессе самореализации проходит женщина; какие этапы в процессе самореализации проходит мужчина; какие трудности препятствия можно встретить в жизни и как с ними справляться; как приобретать и ценить дружбу и любовь; какими ценностями руководствоваться в жизни; как строить отношения с родителями и детьми; как прощать.

Существует большое количество типологий сказок. Наиболее удачной мы считаем классификацию Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой, которая выделяет пять видов сказок: художественные (народные и авторские), дидактические, психокоррекционные сказки, психотерапевтические и медитативные сказки.

В структуру любого сказкотерапевтического курса (дидактического, развивающего, коррекционного и т.д.) в технологической последовательности могут войти пять блоков, имеющие свои цели, задачи и включающие различные техники и приемы (Зинкевич-Евстигнеева, 2000).



№	Название блока	Цели	Содержание	Кол-во занятий
1.	Блок психологической диагностики	Сбор материала о проблемах, потребностях развития и самовыражения	1. Сказочные проективные тесты. 2. Беседы с родителями и членами семьи. 3. Драматизация актуальных ситуаций в форме сказок.	1-5
2.	Блок психолого-педагогической коррекции	Обогащение спектра позитивных приемов взаимодействия в сказочной форме	1. Создание сказочного контекста. 2. Путешествие по сказочной стране. 3. Решение сказочных задач.	5-10
3.	Блок социально-психологической адаптации	Закрепление новых форм позитивного поведения и взаимодействия; адаптация индивидуального стиля жизни к условиям социума	1. Встреча со сказочными существами. 2. Сочинение сказок. 3. Рассказывание сказок. 4. Построение картин на песке (песочная терапия) и т.д.	5-10
4.	Блок творческого самовыражения	Развитие творческих проявлений в повседневной жизни, усиление спонтанности и сепарации от условий тренингового процесса	1. Самостоятельное составление картин на песке. 2. Самостоятельная постановка спектаклей. 3. Рисование сказок объемными красками и т.д.	3-7
5.	Блок работы с родителями, членами семьи и социальным окружением	Позитивная ассимиляция ребенка в привычную социальную среду	1. Обучение родителей/ значимых взрослых доступным формам работы со сказкой. 2. Совместные занятия детей и родителей: рисование, изготовление кукол и постановка спектаклей, театрализованные игры.	3-7

Целесообразно перед началом цикла занятий использовать диагностическую методику «беседа» в стиле Пиаже, целью которой является выявление уровня осведомленности детей, предпочтительность их интересов, степень коммуникативности. Также мы предлагаем ознакомиться с методиками «Звезды и волны», «Круги». В арт-терапии выделяют особенности работы со сказкой (И.В. Стишенков, 2005):

1. *Использование сказки как метафоры.* Тексты и образы сказок вызывают свободные ассоциации, которые касаются личной жизни человека, затем эти метафоры и ассоциации могут быть обсуждены.

2. *Рисование по мотивам сказки.* В рисунке проявляются свободные ассоциации, в дальнейшем возможен анализ полученного графического материала.

3. *Проигрывание эпизодов сказки.* Постановка сказки группой детей или взрослых, проигрывание тех или иных эпизодов дает каждому участнику возможность прочувствовать некоторые эмоционально значимые для себя ситуации и выразить накопившиеся эмоции. Также сказка может быть инсценирована в песочнице или с помощью кукол.

4. *Творческая работа по мотивам сказки:*

Анализ. Цель – осознание, интерпретация того, что стоит за каждой сказочной ситуацией, конструкцией сюжета и поведением героев. Человеку предлагается ответить на ряд вопросов: «О чем эта сказка?», «Кто из героев больше всего нравится и почему?», «Почему герой совершил те или иные поступки?», «Что произошло бы с героями, если бы они не совершили тех поступков, которые описаны в сказке?» и т. д.

Рассказывание сказки. Прием способствует развитию фантазии, воображения, способности к децентрации. Человеку или группе людей предлагается рассказать сказку от первого или от третьего лица из роли тех или иных действующих лиц, участвующих или не участвующих в сказке. Например, как сказку о Колобке рассказала бы Лиса, Баба Яга или Василиса Премудрая.

Переписывание сказки. Переписывание и дописывание авторских и народных сказок имеет смысл, когда ребенку, подростку или взрослому чем-то не нравится сюжет, некоторый поворот событий, ситуаций, конец сказки и т.д. Переписывая сказку, дописывая свой конец или добавляя необходимых персонажей, человек выбирает соответствующий его внутреннему состоянию поворот и находит тот вариант решения ситуаций, который кажется ему верным.

Сочинение сказки. В каждой волшебной сказке есть определенные закономерности развития сюжета. Главный герой появляется в доме (семье), растет, при определенных обстоятельствах покидает дом, отправляясь в путешествие. Во время странствий он приобретает и теряет друзей, преодолевает препятствия, борется и побеждает зло, возвращается домой, достигнув цели. Таким образом, в сказках дается не просто жизнеописание героя, а в образной форме рассказывается об основных этапах становления и развития его личности. Сюжеты сказок должны содержать возможность для изменения героев, а также ситуации выбора, требующие от них соответствующего решения. Характеры положительных и отрицательных героев должны представлять собой сильные и слабые стороны личности человека.

Так в работе с детьми 8-9 лет был опробован прием «Сочинение сказки». Группе детей было предложено сочинить сказку о предмете. После озвучивания всех сказок группой была выбрана одна, которую дети дополнили до логического завершения. Затем каждый ребенок озвучивал свой инструмент, на аудиозапись была положена музыка, и в итоге по сказке сделана книга.

В заключение представляется важным напомнить о существовании специфического действия сказки, особенно актуального в наше непростое время: сказка способствует повышению уверенности в себе и в своем будущем, поскольку позволяет становиться на позицию героя произведения и преодолевать стоящие на его пути препятствия, выбирая наиболее подходящие пути и способы из множества выборов. В данном смысле сказка обогащает ребенка и подростка необходимыми ресурсами, защищающими от возникновения зависимых форм поведения.



## ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ ИНСТРУМЕНТАРИЙ

### Беседа о сказках в духе Пиаже

**Цель:** создание у участников группы представления о сказке, выявление стартовой позиции в отношении детей к сказке, определение индивидуальных возможностей детей, состояния детской эрудиции.

Примерные вопросы:

- Что такое сказка?
- Любишь ли ты сказки?
- Какую сказку ты любишь больше всего? Почему?
- Какие еще сказки ты знаешь?
- Кто из сказочных героев тебе нравится более всего? Почему?
- Кто не нравится? Почему?
- Читают ли тебе сказки родители, педагоги?

#### Методика на основе теста Е. Торренса «Круги» (для детей от 5 лет)

Вариантом теста Е. Торренса может быть предложение нарисовать как можно больше изображений, используя только круги или только треугольники и т.д. Детям предлагается лист бумаги форматом А4, где нарисованы 25 кругов, расположенных по сторонам квадрата 55 см. Испытуемому необходимо дорисовать каждый круг до целостного изображения. Время испытания ограничено 5 минутами.

**Оценки:**

1. Беглость (количество созданных изображений) – 1 балл за каждый рисунок.

2. Гибкость (число использованных категорий/классов изображаемых объектов: природа, предметы быта, наука и техника, спорт, декоративные предметы, человек, экономика, вселенная) – 1 балл за каждую категорию.

**Нормативы:**

Для детей 8 лет: беглость выделения групп объектов – 3,6 балла; гибкость – 14,6 балла.

Для детей 10 лет: беглость выделения групп объектов – 4,3-4,6 балла; гибкость – 11,7 балла (мальчики), 14,3 балла (девочки).

#### Графический тест «Звезды и волны» (Урсула Аве-Лаллемант)

Предлагаемая графическая проективная методика практически неизвестна в России, но давно зарекомендовала себя на Западе в качестве весьма информативной и эффективной диагностики как взрослых, так и детей, начиная с 3-летнего возраста. Методика может быть полезна для клинико-диагностического обследования, в практике оказания социальной и психологической помощи, при работе с девиантами и для выявления соответствующих групп риска.

Методику, по словам ее автора, целесообразно использовать для диагностики психических состояний и внутриличностных проблем человека. Она может показать, «существуют ли серьезные внутриличностные конфликты, способен ли данный человек сам без посторонней помощи справиться с ними, в какой степени человек адаптирован к сложившейся ситуации, отягощено ли его отношение к миру психическими травмами из прошлого и т.п.». В случае с детьми тест хорош для диагностики их интеллектуального развития.

Аве-Лаллемант предлагает три уровня анализа рисуночных тестов.

1. Оценка качества рисунка с позиций понимания задания теста и развитости сенсомоторной координации человека. Такой анализ автор рекомендует осуществлять при тестировании детей от 3 до 6 лет, детей с задержкой развития, умственно отсталых людей и лиц, находящихся на лечении после черепно-мозговой травмы.

2. Оценка стилевых, штриховых и пространственных особенностей рисунка, включая традиционную для



проективных методик и графологии пространственную символику. Такой анализ предложен для всех категорий клиентов. Он позволяет с той или иной степенью вероятности определить социальное самочувствие человека, адаптированность к окружающему миру, а также некоторые его установки и особенности характера. Именно на этом уровне используется взятый из графологии детальный разбор особенностей штриха (линий) рисунка и оценка штриховых дефектов, что в целом позволяет осуществить довольно тонкий анализ проявлений в рисунке личностных особенностей человека.

3. Анализ содержательной символики рисунка. Применим только при тестировании взрослых людей и подростков, и только в том случае, если в рисунке обнаруживаются признаки психической дисгармонии человека. Проводить такой анализ надо весьма осторожно, т.к. именно на этом уровне наиболее велика вероятность субъективизма.

В целях минимизации возможных ошибок при интерпретации текста рекомендуется использовать методику в комплексе с другими проективными методиками (например, «Дерево»), а также подтверждать результаты тестирования беседой с обследуемым клиентом.

**Материалы к тестированию:** бланк теста с инструкцией, простой карандаш средней жесткости, точилка, ластик.

**Процедура тестирования.** Для проведения тестирования взрослых и подростков дается следующая инструкция: «Нарисуйте звездное небо над волнами моря». Детям необходимо дать дополнительные пояснения, соответствующие их возрасту. Например: «Ты знаешь о звездах, которые по вечерам светят в небе. Когда вода движется, то образуются волны, не правда ли? Итак, ты знаешь, что такое волны на воде! А теперь нарисуй звездное небо над волнами моря». Необходимо использовать только простой карандаш. Бывает, что тест выполняется только наполовину: рисуются только волны или, чаще, только звезды. В этом случае не следует вмешиваться и побуждать к дальнейшему рисованию, так как такой результат весьма показателен. После выполнения задания желательно попросить рисующего дать пояснения к своим рисункам. В целях контроля через некоторое время тестирование можно повторить. Если дети спрашивают, могут ли они нарисовать что-то дополнительно, следует отвечать: «Не рисуйте ничего такого, что вы сможете потом нарисовать отдельно».

Время выполнения теста не ограничено. Тест не должен выполняться художественно, а должен рисоваться спонтанно, чтобы клиент не рефлексировал.

Аспекты диагностики. Предметная символика теста

**Основные элементы:** звездное небо (звезды, центральная звезда, луна, комета, свет, облако, гроза); морские волны (вода) (волнение, прибой, пенные гребни, штиль, рябь, покрытая льдом вода).

**Дополнительные элементы:** на небе – самолет, ракета, НЛО, птицы, ангелы; на море – берег, скалы, склоны, деревья, остров, маяк, бакены, корабли, рыбы, водные лыжи, купающиеся дети.

**Звезды и свет** – символы духа.

**Вода** – символ души, душевных переживаний

**Волны** – символ душевной подвижности.

**Сильные волны, сильный прибой** – сильные аффекты.

**Водяные валы** – символ сильного возбуждения.

**Гармонично колеблющиеся волны** – легкая проявляющаяся в общении эмоциональность.

**Ритмичные волны** – признак душевного здоровья.

**Слабые, не связанные друг с другом волны** – апатия и депрессия.

**Прямоугольные, острые волны** – длительный и интенсивный характер переживаний.

**Робкие, как бы рассыпающиеся волны** – неуверенная в своих чувствах личность.

**Волны, застывшие в форме зубцов**, указывают на душевное оцепенение.

**Покрытая льдом водяная гладь** рисуется человеком, чьи переживания заторможены.

**Гребни пены** – налицо переживания актуального конфликта.

**Волны во время грозы** обнаруживают страх перед необходимостью принимать решения.

**Вялотекущие воды** могут быть выражением или символом усталости от переживаний.

**Стремительно несущиеся водяные валы** рисуются при душевном подъеме.

**Скала на краю рисунка** – форма бессознательного сопротивления своим собственным витальным влечениям.

**Скала справа** – переживание внешних обстоятельств сопротивления.

**Скала слева** (на интровертной стороне) – конфликт касается сердечной связи, т.е. является очень личным.

**Менее драматичны склоны на побережье**, образуют переход от плоского песка к скалам.

**Остров** имеет позитивное символическое значение, оазис в морской дали, спокойное и прочное место. Может указывать также на чувство одиночества или на потребность побыть в одиночестве.

**Маяк**, находящийся на острове или морском берегу – это путеводный свет, который теперь исходит не из природного источника – луны и звезд, а имеет искусственное происхождение.

**Дерево на берегу** превращает враждебную сушу в гостеприимный приют. Символ жизни.

**Корабль, на котором человек рискует отправиться в море**, служит там ему местом обитания, жилищем.

**Корабль, терпящий крушение или идущий ко дну**, – символ ощущения бесприютности, а также разбитых надежд.

**Корабль** можно рассматривать как символ авантюрного путешествия в неведомые дали или как благополучную переправу.

**Изображение человека на водных лыжах** демонстрирует игру со стихиями того, кто не боится риска.

**Рыбы** – природные обитатели воды, оживляют ее. Играющих в воде детей рисуют обычно люди с богатой фантазией. В то же время подобное изображение показывает беспечность человека по отношению к стихиям.

## МАСТЕР-КЛАСС «ВОЛШЕБНЫЕ КРАСКИ»

Педагог-психолог

Таныгина Людмила Павловна



Внутренний мир ребенка разнообразен и сложен. Как помочь детям с особенностями в развитии увидеть, услышать, почувствовать всё многообразие окружающей среды? Как помочь им познать свое Я, раскрыть его и войти в мир взрослых, полноценно существовать и взаимодействовать в нем?

Для решения этих задач психологи нашего центра используют креативные методы в коррекционной работе, а в частности, технологии арт-терапии, представляющей собой совокупность разнообразных психокоррекционных методик и подходов (музыкотерапия, телесно-ориентированная терапия, песочная терапия и др.). В настоящей статье мы более подробно остановимся на сказкотерапии.

Мы предлагаем разработку занятия, составленного на основе работ Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой под названием «Волшебные краски». Рисование «волшебными красками» – сказкотерапевтическая техника для актуализации ресурса жизненной силы.

**Цель данного занятия:** создание комфортной эмоциональной атмосферы в группе, способствующей позитивным межличностным отношениям. Для достижения цели необходимо решение ряда задач, в который входят:

- психодиагностика;
- стабилизация эмоционального состояния ребенка;
- создание условий для развития воображения, творческих способностей, творческого мышления; развития основ коммуникативной культуры; развития позитивных жизненных установок.

Краски разнообразны и многоцветны, как сама жизнь, они дают ребенку чудесное умение использовать волшебную силу творчества. Основной прием, который применяется в ходе занятия, – спонтанное рисование.

**Необходимые материалы:** клеенка, салфетки, миска (будущий волшебный горшочек), лист ДСП или большой лист плотного картона, мука, соль крупная, масло подсолнечное, клей ПВА, гуашь, вода.

### Ход занятия

Педагог-психолог: *У каждого из нас своя дорога в сказку, но сегодня мы отправляемся в сказочный мир все вместе, и объединить наши дороги поможет этот волшебный клубочек, давайте мы его передадим друг другу.*

*Говорят, что в наших руках заключена большая волшебная сила, и сегодня благодаря ей мы сможем войти в сказочный мир. Я предлагаю взяться нам всем за руки сделать глубокий вдох, выдох. Итак, мы вошли в страну сказок. Оглянитесь вокруг... Вы попали в сказку?*

*Чтобы человек сумел увидеть сказку, чтобы мог рассмотреть всю палитру красок нашего разноцветного мира, нужно чтобы он чувствовал себя счастливым и радостным.*

*Как Вы думаете, что человеку приносит счастье?*

Участники высказывают своё мнение.

Педагог-психолог благодарит всех за ответы и подводит участников группы к месту, где лежат полиэтилен, краски, мука, соль, подсолнечное масло, клей, пластиковые ведерки; берет в руки одно из ведерок и рассказывает далее.

*Позвольте вам рассказать одну историю. Одна волшебница решила создать эликсир счастья. И послала гонцов в разные концы света, чтобы они узнали у людей, что же для них является счастьем.*

*В каждом из нас живёт волшебник, не надо бояться его открыть для себя. Сейчас мы вместе с вами попытаемся создать этот эликсир «счастья» (берем наши «волшебные горшочки»). Когда гонцы вернулись, они доложили следующее.*

*Многие люди говорили, что если они будут сыты и здоровы, тогда они будут счастливы, поэтому добавляем в наш «волшебный горшочек» горсть муки.*

*Другие люди говорили, что чувствуют себя счастливыми, когда узнают что-то новое, знают суть, истину, соль жизни, поэтому добавляем щепотку соли, чтобы знать суть.*

*Были люди, которые говорили, что счастье людям приносит удача, «Вот будет у меня всё идти как по маслу», тогда я буду счастливым. Добавляем капельку масла, что бы всё у нас получалось и «шло, как по маслу».*

*Ещё люди говорили, что чувствуют себя счастливыми, когда могут что-то изменить, исправить, восстановить отношения, склеить что-то разбитое. Поэтому добавляем клей в наши «волшебные краски», чтобы склеивались разбитые отношения, чтобы склеивались дела и добрые начинания.*

*Счастье – это жизнь, а источник жизни - это вода. Добавляем воду.*

*И чтобы жизнь была интересной, насыщенной, добавляем, смешиваем цвета, которые вам нравятся.*

*Теперь перемешиваем всё руками, потому что наша воля, наша сила в наших руках. Тщательно перемешивая, перетирая комочки между пальцами, чтобы не было в жизни обид и ссор.*

*Вот наши краски готовы. Мы теперь можем смело создать свою сказочную страну. Помните, что мы создаём сказочную страну, поэтому она должна быть красивой, необычной и интересной.*

Краску можно выливать из горшочка прямо на лист ДСП, создавая разнообразные движения, можно капать «цвет на цвет», можно поднимать края, давая краскам растекаться. Но не стоит размазывать краску – в этом случае она потеряет свою «объемность».

Педагог-психолог, наблюдая за процессом рисования, может неоднократно обращать внимание детей на то, что создается красивая сказочная страна. После того как работа будет создана, ведущий просит участников навести порядок. Затем все усаживаются в круг, и педагог-психолог начинает обсуждение. Происходит обратная связь в виде шерринга чувств. После обсуждения ведущий подводит итог: «Мы сами рисуем свою жизнь и сами пишем свои сказки».



# ТЕАТР ТЕНЕЙ КАК СРЕДСТВО РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

Педагог-психолог Ченцова Юлия Николаевна

*Театр теней – зрелище, в котором сюжет раскрывается с помощью динамических кадров-картин, спроецированных на экране плоскими фигурками из картона, кожи или особых цветных плёнок, управляемых артистами с помощью палочек, прикрепленных к сочленениям кукол (иногда используется система управления с помощью нитей). Куклы освещаются сзади, контражуром – на экране появляется черно-белое или цветное изображение.*



Театр теней – удивительный и зрелищный вид театрального искусства. Мы привыкли к тени с детства, она сопровождает нас повсюду, знакома нам и в то же время хранит какую-то тайну. Мы можем играть с тенью, можем не замечать ее, но не можем убежать от нее. Вот как о тени пишет Антье Виндгасен: «Она сопровождает нас днём и даже ночью. Она всегда с нами, нам с нею – с тенью – не расстаться. Иногда можно просто позавидовать нашей спутнице, так как ей подвластны свойства, которыми мы не владеем: то она вытягивается в длину, то становится короткой, без усилий взбирается на стены и запросто проходит сквозь огонь и воду».

В театре теней есть что-то загадочное, волшебное и мистическое. Театр погружает нас в мир фантазии, дает возможность отвлечься от повседневности и приобщиться к культуре. Для детей это еще одна возможность поиграть и побыть сказочным персонажем.

Театр теней родился в Китае и живет по сей день, с его помощью создаются удивительные театральные зрелища. В нашей статье показано, как театр теней может быть использован для развития и коррекции эмоциональной и когнитивной сферы детей и подростков.

Игра в театр обогащает эмоциональную сферу детей, учит их понимать свои чувства и управлять ими. Сопереживание героям спектакля развивает детскую душу, делает её более отзывчивой. Также это занятие позволяет расширять и обогащать опыт сотрудничества с детьми и взрослыми, что важно для социального развития ребёнка. Театрализованные игры используются психологами в работе с детьми в предупреждении и преодолении у ребенка неуверенности в себе и своих возможностях, тревожности и страхов.



Теневой театр является одним из видов работы, который может быть использован для развития моторики рук у детей, начиная с раннего возраста. Кроме того что теневой театр позволяет развивать точные, дифференцированные и согласованные движения пальцев и кистей рук, он вызывает и поддерживает у малыша интерес к выполнению упражнений по развитию моторики, позволяет ему более продолжительное время концентрировать внимание, быть усидчивым и активным и т.д.

Использование театра теней актуально для случаев, когда дети плохо адаптируются в новых условиях. Занятия в театре помогают ребенку овладеть своим телом и не стесняться его, освободиться от внутренних зажимов, воплотить через игру несбывшиеся идеи и мечты, проверить себя. Также театр теней становится способом самовыражения, инструментом решения характерологических конфликтов и средством снятия психологического напряжения.

Театр теней можно использовать как в домашних постановках, так и в детском саду, школе, студии, клубе. Смотреть короткие сценки дети могут с 2-3 лет. В качестве кукловодов дети могут выступать примерно с 5 лет, хотя в этом возрасте им ещё трудно одновременно говорить за персонажа и передвигать его. Для начала взрослый может сам произносить весь текст, а ребёнок – управлять одной теневой куклой. Затем ребёнок будет озвучивать роль одного из персонажей, а со временем и нескольких. В дальнейшем дети могут самостоятельно создавать декорации и персонажей для постановок, писать сценарии и ставить спектакли. Конечно, перед тем как делать театр теней, дети должны немного о нем узнать, так как вполне возможно, они в первый раз слышат это словосочетание. Можно разбить группу детей на сценаристов, художников, светорежиссеров, звукооператоров, кукловодов и дать задание каждой подгруппе, а затем поставить вместе один спектакль.

Чтобы подготовить освещение для театра теней, необходимо подобрать удобный источник света – это может быть лампа или торшер с мощной лампочкой и возможностью направлять свет на экран театра. Электрический свет должен падать сзади и сверху. Между экраном и источником света располагается кукловод, который передвигает фигуры перед экраном.

Для изготовления экрана театра можно использовать раму-багет от картины или вырезать экран в большой коробке, натянуть светлую ткань или наклеить кальку. Можно обойтись и без рамок, если предполагаются большие фигуры участников представления или актеры будут играть сами. В таком случае можно просто натянуть белую простыню на веревку.

Кукол изготавливают из темного картона или плотной бумаги, вырезая все важные и характерные для куклы детали, тогда изображение на экране получается более контрастным. К готовой кукле сзади с помощью скотча необходимо приклеить палочку, за которую кукловод будет держать фигурку.

Затем выключается общий свет и включается лампа, направленная на экран – представление начинается! В театре теней можно легко менять размеры предметов – чем дальше фигура от экрана, тем больше она становится, но в этом случае теряется четкость линий. Экспериментируя с персонажами, можно открыть истинное волшебство театра теней, сделанного своими руками.

Данная технология может использоваться психологами, педагогами и работниками специализированных центров.

## ВОЗМОЖНОСТИ ПЕСОЧНОЙ ТЕРАПИИ

Педагог-психолог

Таныгина Людмила Павловна

Песочная терапия (рисование песком) представляет собой один из видов арт-терапии. Техника «песочной терапии» возникла в рамках юнгианского аналитического подхода и во многом базируется на работе с символическим содержанием бессознательного как источником внутреннего роста и развития. Можно сказать, что песочная терапия для детей была создана самими детьми. Однако сам метод «песочная терапия» был разработан Карлом Густавом Юнгом, а распространена песочная терапия для детей была психологом и педиатром Маргарет Левенфельд.

Главным материалом в песочной терапии является песок. Он может быть абсолютно разным: сухим, легким и ускользающим или влажным, плотным и пластичным. Дети любого возраста любят играть с песком, так как эти игры являются универсальными, интересными и увлекательными.

У каждого человека есть свои положительные воспоминания из детства, связанные с играми в песке – морском, речном или тем, что засыпают в песочницы у дома, однако песок не так прост. Элементарные, казалось бы, игры могут быть очень полезны для психического здоровья и развития детей. Ребенок, познаёт мир через окружающие его вещи: чем разнообразнее этот мир, тем больше ощущений испытывает малыш, учится сопоставлять их, реагировать на различные события. Но для многих людей выразить свои мысли, чувства и эмоции в слове очень трудно. Ребенок, тем более с особыми потребностями в развитии, часто словами не может выразить свои переживания, страхи, для него это является невыполнимой задачей. Песочная игротерапия – прекрасная возможность выразить свое отношение к окружающему миру, найти то, что тревожит и беспокоит, рассыпать на мельчайшие песчинки образ, пугающий и травмирующий ребенка. Песочная терапия помогает разгадать тайны внутренних процессов «особых» детей.



Таким образом, данный метод является важным и уникальным элементом адаптации, реабилитации и развития способностей детей с «особенностями».

Независимо от возрастных категорий рисование песком способствует:

- развитию познавательных процессов (восприятие, внимание, память, образно-логическое мышление, пространственное воображение);
- развитию творческого потенциала, формированию коммуникативных навыков;
- развитию мелкой моторики рук, выполнение пальчиковой гимнастики;
- гармонизации эмоционального состояния ребёнка;
- формированию установки положительного отношения к себе и к окружающим.

Главное достоинство терапии песком в том, что она позволяет ребенку или целой группе детей реально создавать картины мира в живом трехмерном пространстве, даёт возможность строить свой личный мир, модель своего микрокосмоса, ощущая себя его творцом.



## ЭБРУ – ТЕХНИКА РИСОВАНИЯ НА ВОДЕ

Педагог-психолог

Глазунова Елена Николаевна



Эбру представляет собой искусство обработки бумаги, называемое «турецким мраморированием»: вначале изображение делается на воде, а затем переносится на бумагу или ткань. Старейшая из известных эбру была создана в 11 веке, она свидетельствует, что уже в это время искусство достигло совершенства. По словам ученых, чтобы достичь такого качества, вид этого искусства должен был существовать уже несколько веков. Искусство это древнее настолько, что по сей день идут споры, где оно зародилось.

Мастера эбру создавали тонкие рисунки прямо на «плавающем» фоне – тюльпаны, мечети, фигуры суфиев или сидящих на коленях мужчин. У каждого известного изображения есть свое имя – имя мастера. Эбру безгранично и неповторимо – нет двух одинаковых рисунков, каждый раз получается новое сочетание – цветов, форм, «облаков и ветра». Даже мастер не знает, как будут «танцевать» краски на воде в каждом новом рисунке. У самых частых движений красок есть свои названия: «Шаль соловья», «Прилив и отлив», «Цветок», «Зигзагообразный», «Фейерверк».



23

По некоторым предположениям эбру появилось в Индии, а потом было перенято персами, от которых перешло к османам, нынешним туркам. По другим предположениям, зародилось оно в Бухаре, и после иранцев его переняли турки. Одно можно сказать с уверенностью – эбру имеет восточные корни.

Нет ясности и с происхождением названия «эбру». Существуют несколько версий, объясняющих этимологию этого слова. Одни предполагают, что это название произошло от арабского «ab-ru», что переводится как «вода для лица». Другие утверждают, что скорее от чагатайского «ebre», означающего «волнообразный». Большинство же сходится на том, что, скорее, это название пошло от персидского «ebrī», что в переводе с фарси означает «облако».

Для изготовления эбру непременно нужно обладать терпением, потому что процесс этот трудоёмкий, имеет несколько этапов и создаётся при помощи компонентов, которые существенно различаются по своей сути, но прекрасно дополняют друг друга. Для первого этапа в небольшое прямоугольное корыто выливается специально приготовленный густой раствор из воды и имеющего слабые клеящие свойства нектара гевена (это растение из рода астрагалов растёт только в Турции). Таким образом, достигается необходимая вязкость воды. Далее в эту смесь добавляют натуральные краски (бойалар), которые не растворяются в воде, а остаются на её поверхности, смешиваются между собой и образуют причудливые и неповторимые узоры с помощью кисти (фырчалар).

Основная задача кистей – вбирать больше краски и легко отдавать ее в виде множества мелких капель. Для этого традиционно и по сей день в эбру используется волос конского хвоста. Ручка традиционно изготавливается из стебля розы. Для выполнения рисунка используется шило (биз). Им художник аккуратно двигает краски по поверхности так, чтобы получались нужные формы. Таким можно даже писать портреты. Вместо шила вполне подойдут спицы, иголки, бамбуковые шпажки и т.п.

Для получения «чешуйчатого» узора используется гребень (tarak-tarak), длина которого соответствует длине или ширине поддона. Этот инструмент отлично подходит для равномерного заполнения пространства рисунком и для создания фона. На полученный рисунок накладывают бумагу и через 5-10 секунд осторожно снимают и оставляют сохнуть. Уникальный фон готов, но всё же это ещё не готовое эбру. После того как бумага с нанесённым фоном высохнет, на ней будет закреплён трафарет, с помощью которого будет нанесена основная тема. И только тогда законченное произведение получит своё законное название «эбру».

Простейший способ сделать «эбру» самому – поэкспериментировать с масляными красками. Для удержания красок на воде в них можно добавлять канторский клей, а масляные или печатные офсетные краски растворить в скипидаре. Далее действовать, как описано выше. Может, это будет лишь подобием эбру, зато какое удовольствие творить что-то своими руками и знать, что произведение уникально и скопировать его невозможно.



24

Восточная живопись является отличным способом развития моторики, творческого потенциала и воображения ребенка. Но не только детям эбру может пойти на пользу, взрослые люди смогут избавиться от стресса и расслабиться, оставив все проблемы за границами водного полотна. Такие занятия являются альтернативой медитации, они требуют концентрации внимания, погружения, открытости.

Рисунок требует полного внимания, даже если человек скован, эбру заставит его выбросить мысли из головы, иначе рисунок не получится. Вода обладает уникальными свойствами успокаивать нервную систему, психологи утверждают, что рисунок на воде – идеальный способ снять напряжение.

Все арт-терапевтические методы базируются на утверждении, что всякий раз, когда человек не задумываясь о художественной ценности своих произведений рисует, лепит, пишет стихотворение, сочиняет сказку, танцует, в созданных образах отражается его внутреннее «Я».

Рисование на воде как новый вид арт-терапии – очень бережный и безопасный метод терапии. Эбру относится к «правополушарному» рисованию. «Правополушарные» творческие виды деятельности – это своеобразный ключик к подлинным переживаниям и к глубинным бессознательным процессам, не академическое рисование по заданным образцам, а раскрытие творческой индивидуальности человека, рисование эмоциями и чувствами. У школьников занятия правополушарным рисованием повышают интерес к учёбе, они становятся спокойнее, меньше получают стрессов, легче начинают реагировать на трудности и преграды. Подростки начинают видеть многовариантность решений, творчески подходить к жизненным задачам, обучаются владеть и верно направлять свои эмоции.

На занятиях по эбру-терапии реализуются следующие задачи:

1. Получение материала для интерпретации и диагностических заключений.
  2. Установление контакта между психологом и ребенком.
  3. Совместное участие в художественной деятельности для создания отношений эмпатии (сопереживания) и взаимного принятия.
  4. Развитие чувства внутреннего контроля, цветовосприятия и восприятия форм, концентрации внимания на ощущениях и чувствах, художественных способностей и повышение самооценки, познавательных и созидательных навыков.
  5. Акцентирование внимания на ощущениях и чувствах
- «Рисование душой» или интуитивное рисование позволяет за короткий срок нырнуть в поток



бессознательного, мягко обходя свои психологические барьеры. Так как погружение «в себя» происходит естественным образом, оно является абсолютно безопасным. Подобная релакс-терапия доступна людям с любым уровнем психологического развития, с разной степенью «загруженности» проблемами, взрослым и детям (с 4-х летнего возраста). Как это работает? Цвета вызывают у человека чувства и переживания. Одни из них способствуют уравниванию и успокоению, другие, напротив, поднимают тонус и настроение. Работа с красками снимает усталость и напряжение, снижает уровень тревожности, агрессию. За 30-45 минут можно изменить некомфортное эмоционально-психологическое состояние на спокойное и радостное, улучшить самочувствие. При прохождении курса (от 10 встреч) удастся достичь расслабления на глубоком психо-эмоциональном уровне.

В процессе эбру-релаксации вмешательство извне минимально: нет громкой, создающей определенный настрой музыки, каких-либо указаний. Всё направленно на сохранение установившегося контакта человека с собой.

Релакс-терапия эбру эффективна как профилактика профвыгорания. Рекомендована тем, кто работает с людьми, с большими объемами информации, в профессиях, требующих высокую переключаемость внимания и способность концентрироваться; с чрезмерным уровнем стресса; ускоренным темпом; любителям слишком много работать, ориентированным на достижение результатов в заданный срок. Также она хорошо подходит людям, страдающим повышенной тревожностью, самокритикой, склонностью к перфекционизму, тем, кто испытывает большие учебные нагрузки, в частности студентам и школьникам.



## ТЕХНИКИ ЭРГОКИНЕЗОТЕРАПИИ

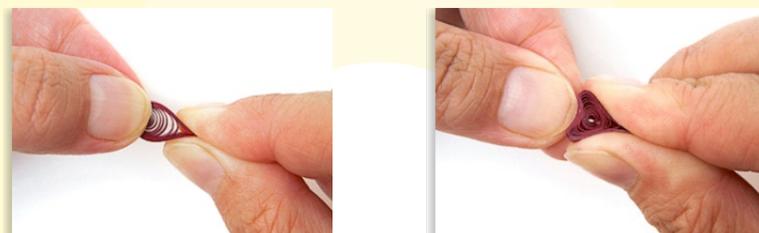
### Квиллинг

Квиллинг, бумагокручение, бумажная филигрань — искусство скручивать длинные и узкие полоски бумаги в спиральки, видоизменять их форму и составлять из полученных деталей объемные или плоскостные композиции.

Инструменты для квиллинга: шило, пинцет, ножницы, клей, бумага

#### Техника квиллинга

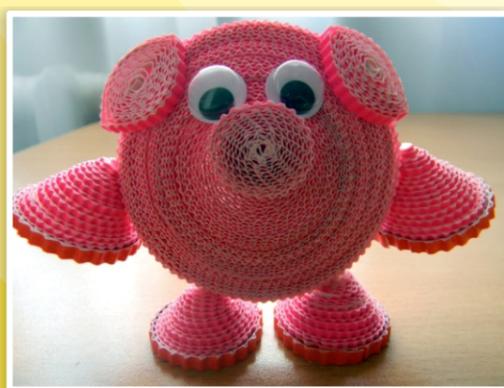
Полоска бумаги свивается в плотную спираль. Начать навивку будет удобно, накрутив край бумажной ленты для квиллинга на кончик острого шила или зубочистки. Сформировав сердцевину спирали, продолжать работу удобно без использования инструмента. Так можно подушечками пальцев почувствовать, однородно ли формируется рулон, и во время скорректировать усилия. В результате должна образоваться плотная спираль меньше сантиметра в диаметре. Она будет основой дальнейшего многообразия всех форм. После чего бумажная спираль распускается до нужного размера, и кончик бумаги прихватывается капелькой клея.



Затем из неё формируется необходимая квиллинговая фигура. Роллам можно придавать самые различные формы, выполняя сжатия и вмятины.

Всего существует 20 базовых элементов для квиллинга.

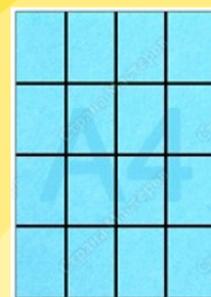
Это заготовки «капля» и «лепесток».



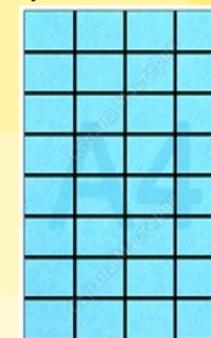
## ТЕХНИКИ ЭРГОКИНЕЗОТЕРАПИИ

### Оригами

Модуль складывается из прямоугольника цветной или белой бумаги. Соотношение сторон прямоугольника должно быть примерно 1 : 1,5. Можно получить нужные прямоугольники делением формата А4 на равные части.



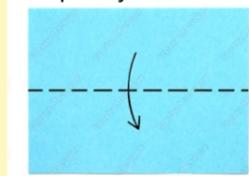
Если длинную и короткую стороны формата А4 разделить на 4 равные части и разрезать по намеченным линиям, то получатся прямоугольники примерно 53×74 мм.



Если длинную сторону формата А4 разделить на 8 частей, а короткую на 4 части, то получатся прямоугольники 37×53 мм.

Можно также складывать модули из половины квадрата, используя имеющиеся в канцтоварах блоки для записей. Как сложить треугольный модуль оригами:

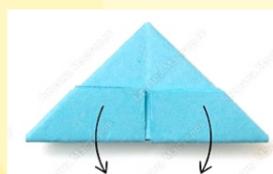
1. Согни прямоугольник пополам.
2. Согни и разогни, чтобы наметить линию середины. Поверни горой к себе.
3. Согни края к середине.



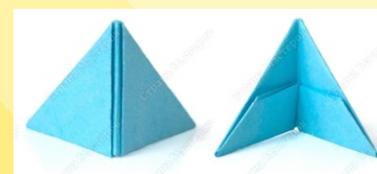
4. Переверни.



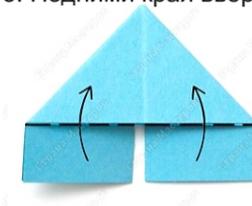
7. Разогни.



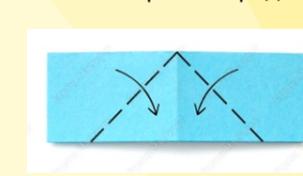
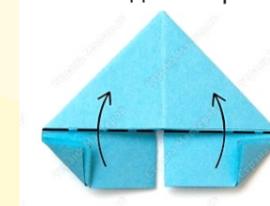
10. Получившийся модуль имеет два уголка и два кармашка



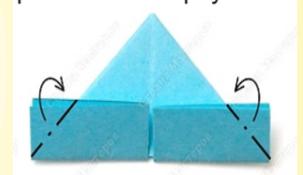
5. Подними края вверх.



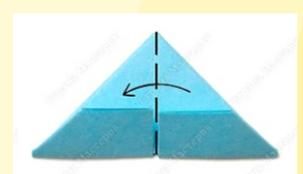
8. Снова сложи маленькие треуголнички по намеченным линиям и подними края вверх.



6. Загни уголки, перегибая их через большой треугольник.



9. Согни пополам.



Сложенные по приведенной схеме модули, можно вставлять друг в друга различными способами и получать объемные изделия. Вот один из возможных примеров соединения: Сделав множество модулей из бумаги разных цветов, можно получить модульный конструктор. Сложенная из такого конструктора фигурка легко разбирается. Из таких деталей можно сложить много интересных фигурок.

## ТЕХНИКИ ЭРГОКИНЕЗОТЕРАПИИ

### Рисование пластилином

Рисование пластилином — все чаще встречающийся вид живописи, но этот способ изображения способствует творческому развитию и разнообразию художественных выразительных методов. При работе с пластилином необходимо учитывать его свойства: мягкость, пластичность, клейкость, способность размягчаться под воздействием тепла, непрочность, способность сохранения придаваемой формы, водонепроницаемость.

Пластилиновая живопись дает огромный простор для фантазии детей от типа нанесения пластилиновых мазков и их фактуры до выбора цветового колорита, который визуально выглядит необыкновенно свежо, сочно и богато. Поверхность мазков из пластилина может выглядеть по-разному. Сама фактура может напоминать шёлк, стекло или керамику, если постараться сделать ее гладкой и блестящей. Для этого нужно перед заглаживанием пальцами пластилиновой поверхности слегка смачивать пальцы в воде. Но только слегка, чтобы картонная основа ни в коем случае не размокла.

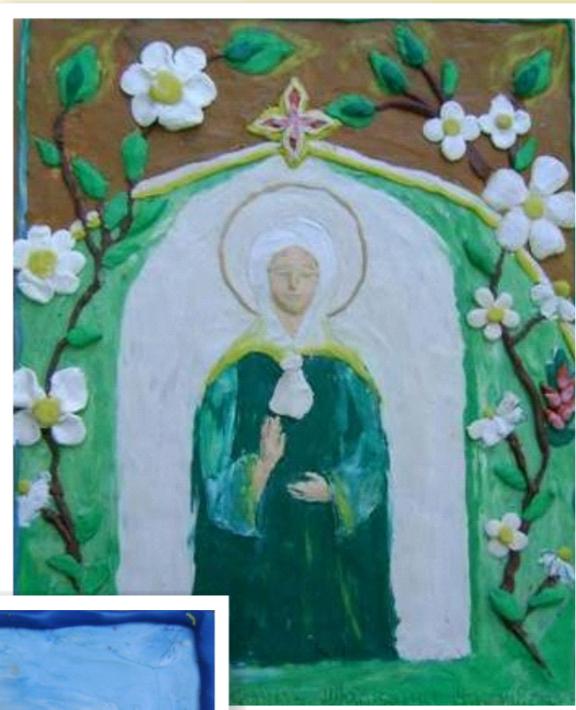
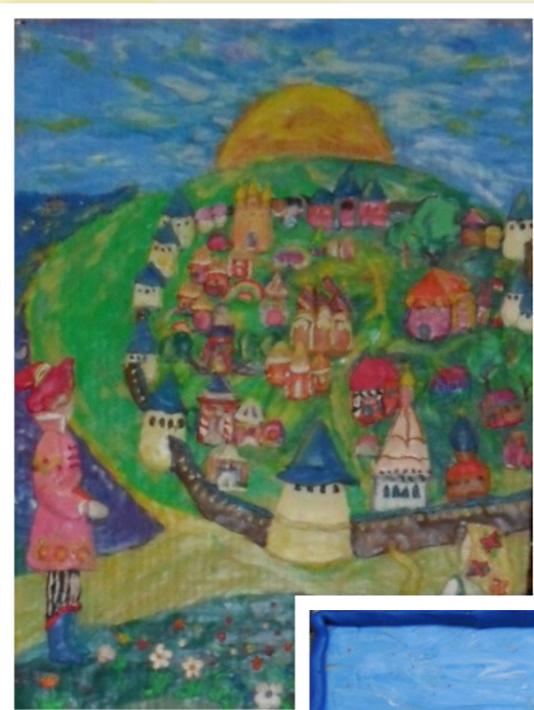
Можно сделать поверхность картины немного шероховатой. Для этого используются различные способы нанесения на поверхность пластилинового изображения рельефных точек, штрихов, полосок, извилин или каких-нибудь фигурных линий.

Работать можно не только пальцами рук, но и стеками, специальными вспомогательными инструментами.

Технология выполнения работы

Последовательность создания работы из пластилина:

- подготовка пластилина к работе;
- подготовка заготовки по размеру (картон);
- выполнение рисунка карандашом (с помощью копировальной бумаги переводим рисунок на заготовку);
- покрытие рисунка пластилином (детальная прорисовка);
- выполнение каймы из пластилина или оформление в рамку.

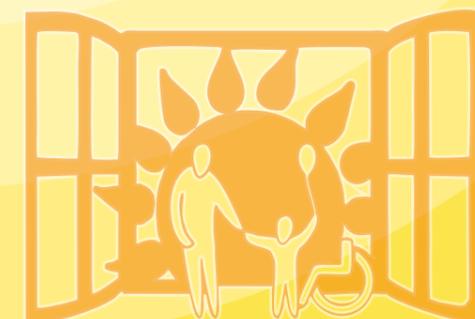


## ТЕХНИКИ ЭРГОКИНЕЗОТЕРАПИИ

### Тестоластика

В сложном комплексе восстановительной терапии детей и подростков с заболеваниями центральной нервной системы и опорно-двигательного аппарата большое значение имеют уроки тестоластики или скульптуры в мягком материале. В сочетании с другими формами работы, пальчиковой гимнастикой, массажем кистей рук, пальчиковыми играми, потешками они оказывают коррекционно-развивающее воздействие на интеллектуальную, эмоциональную и двигательную сферы (главным образом моторику рук), развивают личностные качества, формируют эстетическое восприятие и воспитывают эстетические чувства.

Материалом для лепки служит соленое тесто. Оно легко готовится, его можно раскрасить в самые разнообразные цвета, оно - экологически чистое и, застывая, становится каменным и долго сохраняет форму. Лепка из соленого теста - это процесс создания скульптурного изображения из мягкого материала путем прибавления к первоначальному объему небольших кусков теста, его уплотнения, вытягивания, расплющивания, заглаживания и других приемов.



## ТЕХНИКИ ЭРГОКИНЕЗОТЕРАПИИ

### Рисование пластилином

Торцевая аппликация - это один из видов аппликации из бумаги, которую приклеивают торцом к фону.

Техника торцевания является одним из видов квиллинга. Торцевание можно делать как на плоской поверхности на клею, так и объёмным с помощью пластилина. Работа выполняется креповой (гофрированной) бумагой, нарезанной на квадраты 1x1 см, в работе используется заострённая палочка или кисточка, клей ПВА, картон или пластилин.

Для работы, выполняемой на плоской поверхности, подбирается рисунок, наносится эскиз рисунка, затем производится постепенное заполнение пространства рисунка.

1. Из полосок гофрированной бумаги нарежьте квадраты со стороной примерно 1 см.

2. Нарисуйте на плотной бумаге или картоне любой узор.

3. Нанесите клей тонкой полоской по контуру на небольшой участок узора.



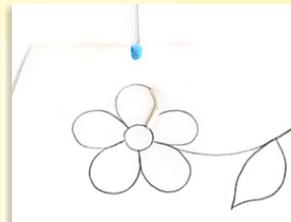
4. Торец стержня (тупой конец) поставьте на квадратик.



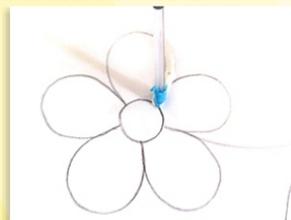
5. Сомните квадрат и прокатайте стержень между пальцами.



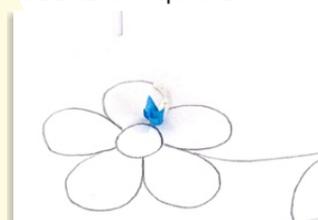
6. У вас получится цветная трубочка-торцовочка.



7. Поставьте ее на клей



8. Выньте стержень.



9. Каждую следующую торцовочку приклеивайте рядом с предыдущей. Старайтесь ставить торцовочки плотно друг к другу, чтобы не оставалось промежутков.

10. Мозаику в технике торцевания можно выполнять по контуру или делать сплошной.



11. Можно в той же технике заполнить фон вокруг узора. Получится маленький пушистый коврик.



Второй форзац