Серия «Психологическая служба»

С. Н. ИВАНОВА

Диагностика и коррекция цветом и рисунком

Национальный книжный центр

Москва
2017

ББК 74.3
И18

Рецензенты:
В.Б. Пятунин — канд. пед. наук, доцент
С.Ф. Спичак — канд. психол. наук, доцент, член-корр. АПСН

Иванова С.Н.
И18 Диагностика и коррекция цветом и рисунком. — М.: Национальный книжный центр, 2017. — 144 с. (Психологическая служба.)
ISBN 978–5–4441–0182–7

Пособие знакомит с уникальной авторской методикой по коррекции психологических проблем у детей от 5 лет. Основой диагностики и коррекции являются цвет и образ, а личностные проблемы разрешаются в ходе творческого самовыражения ребенка. В пособии содержатся диагностические тесты, методические рекомендации и подробные конспекты психологических занятий с детьми.

Электронное приложение к пособию включает бланки, анкеты, образцы рисунков детей.

Адресовано психологам, студентам педагогических вузов, родителям.

ББК 74.3

Оригинал-макет данного издания является собственностью ООО «Национальный книжный центр» (НКЦ), и его воспроизведение любым способом без согласия правообладателя запрещено.

Дополнительные материалы к пособию вы можете скачать на странице сайта www.nbcmedia.ru/download
ключ: 54441018127

ISBN 978–5–4441–0182–7

© Иванова С.Н., 2016
© Оформление. ООО «Национальный книжный центр», 2017

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ **5**

АКТУАЛЬНОСТЬ МЕТОДИКИ **7**

ДИАГНОСТИКА **11**

Рисуночные методики. 12

Тест Люшера (в сокращении) 21

ПРОБЛЕМЫ, ПОДЛЕЖАЩИЕ КОРРЕКЦИИ **26**

Психологические проблемы 26

Проблемы при организации
и выполнении некоторых видов деятельности . . . 28

Рекомендации по поведению психолога 30

Рекомендации по проведению занятий 32

Правила подбора группы 34

Особенности групповых
и индивидуальных занятий 35

Работа с родителями 36

Обоснованность выбора образов 63

Рабочий материал для занятий 64

Планирование занятий 65

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ (1-Й ЭТАП) **67**

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ (2-Й ЭТАП) **104**

ОТ АВТОРА **134**

ЛИТЕРАТУРА **135**

ПРЕДИСЛОВИЕ

Ни для кого не секрет, что в современном мире много факторов, отрицательно влияющих на индивидуально-психологическое развитие детей. В последнее время наблюдается резкое ухудшение здоровья детей, в том числе и психического. По данным Института возрастной физиологии РАО, до 96 % школьников имеют те или иные нарушения здоровья.

Причины роста заболеваемости кроются в повышенном уровне стресса, которому подвергается жизнь ребенка с первых мгновений: многие мамы не прекращают интенсивной работы во время беременности, что, безусловно, негативно влияет на развитие малыша в стадии зародыша. Впоследствии напряжение в жизни подрастающего ребенка только увеличивается. В дошкольный период многие дети не готовы к детским садам, их отводят туда независимо от того, насколько психологически комфортно чувствует себя ребенок в новых условиях.

Значительная доля вины в росте уровня заболеваемости лежит и на современной школе. Педагоги повышают интенсивность нагрузки в процессе обучения, порой ставя перед детьми завышенные цели. При этом не учитываются должным образом возрастные и индивидуальные возможности учащихся, не соблюдаются физиолого-гигиенические принципы обучения (например: вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей первоклассника не должен превышать 1,5 кг), что приводит к неблагоприятным для организма детей последствиям. Неправильное формирование школьных программ, нарушение гигиенических требований в процессе обучения, увеличение объема изучаемой информации — все это дает плачевные результа-

ты. Напряженные отношения с педагогами, одноклассниками и родителями, поток негативной информации из СМИ дополнительно увеличивают вероятность расстройств нервной системы.

Институт семьи, претерпевший изменения под действием техногенного фактора, утратил свою изначальную функцию защиты ребенка от негативных процессов, протекающих в обществе. В результате практически все семейные отношения, независимо от социального статуса и достатка семьи, переходят в область материальную. Появившиеся большие материально-технические возможности отбивают у взрослых инстинкты заботы о потомстве. Родители перестают играть роль «понимающих и любящих», превратившись в «требовательно-карающе-назидательных». Воспитание в семье направлено на то, чтобы создать сверхпроизводительного человека, способного добывать материальные блага, а не человека, любящего жизнь и людей, стремящегося к творчеству и самореализации. В итоге к юношескому возрасту созревают искалеченные морально и физически, слабо приспособленные к жизни дети-роботы.

Родители, не желая разбираться в психологическом состоянии своих детей, спешат за помощью в медицинские центры, надеясь с медикаментозной помощью как можно быстрее разрешить имеющиеся проблемы — когда же это не удается, начинают обвинять всех и вся в неправильном лечении, при этом не имея ни малейшего желания изменить точку зрения и задуматься над ситуацией в семье.

В текущей ситуации непросто приходится психологам. Многие дети отказываются от вербального контакта. Эта книга призвана помочь психологам и родителям выстроить доверительный контакт с детьми и пробудить в детях творческие, созидательные силы.

Условные обозначения:

e — Материалы в электронном приложении

АКТУАЛЬНОСТЬ МЕТОДИКИ

Автором разработана коррекционная рисуночная методика, которая позволяет решить следующие проблемы:

- улучшить эмоциональное состояние ребенка;
- развить эстетическое цветовое восприятие;
- скорректировать ряд психологических проблем (см. раздел «Проблемы, подлежащие коррекции»);
- наладить отношения с ребенком (если занятия проводятся одним из родителей);
- оптимизировать детско-родительские отношения и помочь родителям в построении коммуникации с ребенком (посредством творчества).

Автор успешно использует методику более десяти лет. Она проверена временем и всегда дает положительные результаты.

Методика предназначена для работы практического психолога, но если родители захотят сами помочь ребенку — трудностей при работе с методикой у них не возникнет. Занятия детально расписаны и снабжены пошаговыми инструкциями. Методика дает качественные результаты при условии четкого соблюдения правил проведения занятий.

Данная коррекционная методика основана на терапии путем творческого самовыражения в цвете и в рисунке. Это формирует благоприятный эмоциональный фон и в целом позитивно воздействует на состояние ребенка.

- Цель методики — помочь детям поверить в собственные силы, улучшить эмоциональный настрой, скорректировать существующие проблемы (в том числе проблемы социальной адаптации), научить контролировать стресс с помощью творческих занятий, привить желание показывать свои работы.

- На протяжении занятий можно диагностировать эмоциональное состояние детей, не причиняя им беспокойства.
- К сожалению, помощь психолога зачастую преподносится детям как своего рода наказание. Данная методика позволяет установить доверительные отношения между детьми и психологом. Как показала практика, проблем при работе не возникает. Однако следует помнить, что во многом успех коррекции зависит от поведения психолога (или родителя).
- Методика проста в проведении и, что очень важно, интересна детям, так как в ней присутствует мотивационный фактор.
- Психологи, проводящие коррекцию, не обязательно должны уметь рисовать. Чувство цвета и чувство меры — это все, что необходимо психологу при анализе рисунков.
- Методика обучает детей элементам анализа и синтеза, показывая им, как из простого (фон, детали рисунка) создается сложное (композиция). Помимо этого, приучает качественно трудиться и уважать свой труд и самого себя.
- Учитываются такие показатели, как особенности работоспособности детей, их неумение быть аккуратными, проблемы с мелкой моторикой, усидчивость и т.д.
- Данная коррекция рассчитана на «проблемных детей», хотя в принципе она может проводиться практически со всеми детьми как расслабляющий комплекс.

Форма проведения занятий может быть как групповой, так и индивидуальной.

Предлагаемый план занятий разделен на 2 этапа: осенний и весенний. Исходя из обстоятельств, в план можно вносить собственные коррективы, соблюдая при этом основные принципы построения методики.

Методика построена на уроках рисования гуашью

? *Почему выбрана именно гуашь?* Дети с проблемами мелкой моторики устали от своих неудач и при повторном столкновения с ними откажутся рисовать более сложным материалом. Гуашь позволяет с большей легкостью достичь успеха в изображении предметов. Для проблемных детей это особенно важно. Им необходимо постепенно увеличивать степень сложности рисования для того, чтобы дети смогли поверить в свои силы.

? *Почему методика называется коррекцией, а не уроками рисования?* На каждом занятии учитываются воздействие цветов, ассоциации, вызываемые нарисованными образами, отрабатываются основы техники изображения сложных предметов.

? *Почему именно цвет является методом коррекции?* Коррекция с помощью цвета, по мнению автора, в наше время является наиболее логичным выбором, учитывающим реалии информационного общества. Беседы дети не воспринимают, так как поток информации «на слух» огромен, часто они «не слышат» и не хотят слышать то, что им говорит любой взрослый человек. Цвет дает максимум эмоционального воздействия, которое усваивается детьми.

? *Почему занятия проводятся в осенний и весенний периоды?* Эти периоды характерны обострениями нервозных состояний и психологических проблем. Занятия по данной методике купируют проявления эмоциональной неустойчивости, не давая им обостриться и перейти в ярко выраженное конфликтное состояние.

В работе использованы рисунки детей (в основном — Никиты, сына Светланы Ивановой которому на момент создания рисунков было 13 лет), подаренные автору. Большую часть рисунков дети не позволили взять даже для сканирования, так как они очень бережно относятся к своему творчеству. Настаивать автор не посмела — в данном случае был важен результат коррекции.

Воздействие цвета

Известно, что цвет влияет на психику человека путем воздействия на зрительные анализаторы.

«Сетчатка — всего лишь промежуточное звено между явлением и ощущением; после этого в процесс вовлекается мир мозга, в котором все определяется его целостностью... Ощущение, происхождение которого можно проследить, завершается чувством, эмоциональным состоянием» (Т. Юнг).

В методике применяются семь основных цветов: белый, желтый, красный, синий, зеленый, коричневый, черный и некоторые их оттенки — для усиления или ослабления действия цвета:

- белый — символ чистого листа, возможность начать все сначала;
- желтый — символ солнечного тепла, дух жизнерадостности и счастья. Его эмоциональное содержание — непостоянство;
- красный — активная деятельность, проявление желаний, энергии и силы. Целенаправленно влияет на симпатическую и парасимпатическую нервные системы. Развивает состояние действия;
- синий — символизирует полное спокойствие. Оказывает успокаивающее воздействие на нервную систему;
- зеленый — вызывает чувство гордости, ощущение своей силы и возможности контролировать события. Применяется при бессоннице и усталости;
- коричневый — сдерживает побудительную энергию;
- черный — символ абсолютного предела, за которым прекращается жизнь. Выражает идею небытия и угасания.

ДИАГНОСТИКА

Автору приходилось работать с детьми разного возраста, имеющими проблемы в развитии. При тестировании использовались наиболее показательные, по мнению автора, проективные методики и рисуночные тесты.

При отборочном тестировании рекомендуется применять следующие методики:

«Рисунок человека»

«Рисунок семьи»

«Рисунок несуществующего животного»

«Рисунок дерева»

«Рисунок дома»

«Тест Люшера»

Тест Люшера позволит подтвердить или опровергнуть наличие у ребенка психологических проблем, выявленных рисуночными методиками, и кроме того, определить проблемы эмоционально-личностной сферы.

Необходимое условие — индивидуальное тестирование. Не следует проводить тестирование в группе, так как детям свойственно заимствовать образы друг у друга.

Не стоит браться за коррекционную работу с ребенком с психическими отклонениями. Следует порекомендовать родителям сначала обратиться за консультацией к специалистам, так как коррекцию таких детей можно проводить только параллельно с наблюдением у специалистов.

Рисунки детей

Рисуночные методики выполняются простым карандашом. При интерпретации психологу не стоит увлекаться детальным анализом, не нужным для определения проблем, требующих коррекции. Актуальные проблемы обычно ярко проявляются в рисунках.

Перечислим детали, на которые стоит обратить внимание в первую очередь.

Рисунок человека

1. Положение рисунка на листе:
   - вверху — завышенная самооценка;
   - внизу — наличие депрессивных компонентов в настроении;
   - слева — акцентирование прошлого, импульсивность;
   - выход за левый край — фиксация на прошлом и страх перед будущим, чрезмерная перегруженность эмоциональными переживаниями;
   - слева вверху — интровертность, склонность избегать новых переживаний, желание углубиться в фантазии;
   - справа, ближе к правому краю — экстраверт;
   - выход за верхний край листа — фиксация на мышлении и фантазии как источниках наслаждений, которых нет в реальной жизни.

2. Характер линий:
   - сильный нажим — присутствие нервного напряжения, агрессии;
   - слабый нажим — робость, застенчивость, астения;
   - пунктир — сильная степень робости.

3. Размер изображения:

- большой (но не огромный) — желание быть заметным, возможно, испытывает прессинг со стороны окружающих;
- малый — зажатость, чувство собственной неадекватности.

4. Части тела, с которых начинается изображение человека:

- голова:
  - — большие зрачки глаз — присутствие страха;
  - — ресниц — наличие демонстративного поведения;
  - — прорисованые ноздри — наличие агрессии;
  - — отсутствие ушей — отказ воспринимать информацию окружающих о себе;
- шея — сфера контроля над своими действиями;
- руки — уровень интеллектуального развития в зависимости от степени прорисовки;
- пальцы — умение налаживать контакты в социуме в зависимости от степени их прорисовки (пальцы-палки — примитивный контакт; толстые пальцы — агрессивный контакт и т.д.);
- ступни — устойчивость в социуме.

5. Отсутствие:

- важных частей в рисунке символизирует нарушение восприятия, стоит обратиться за консультацией к специалистам;
- деталей в рисунке указывает на наличие конфликта в адаптации ребенка в социуме.

По окончании рисования задаются вопросы:
«Это мальчик или девочка?»
«Сколько ему/ей лет?»

КОНСПЕКТЫ ЗАНЯТИЙ (1-Й ЭТАП)

Цветные рисунки детей

1. ТЕСТИРОВАНИЕ

На первом занятии продолжается тестирование детей в непринужденной обстановке. Чтобы отследить изменения личностных особенностей детей, им предлагается нарисовать дом и дерево. Данные рисунков сравниваются с тестовыми заданиями, выполненными ребенком на индивидуальной встрече.

В инструкции не упоминается о рисунке человека. Если ребенок захочет, он нарисует его сам. Это даст дополнительные сведения о желании ребенка общаться с людьми, о его авторитетах.

Инструкция: «Начнем с того, что простым карандашом вы нарисуете дом и дерево. Рисуйте как хотите».

После того, как ребенок выполнит рисунок, ему предлагается раскрасить его цветными карандашами. Проанализировав работы, можно получить более точные результаты, характеризующие состояние ребенка, а также определить его отношение к психологу.

Не стоит настаивать на том, чтобы дети полностью раскрашивали свои рисунки. Это тестовое задание позволит определить работоспособность, развитость мелкой моторики, терпение и усидчивость.

Принимая во внимание результаты тестирования, детей рассаживают, закрепляя за каждым свое место на все время занятий.

В конце занятия детям кратко объясняют правила работы на занятиях: что будут делать, как пользоваться красками и карандашами, а также просят их содержать в чистоте принадлежности для рисования.

Пример выполнения тестового задания

① Крона дерева нарисована в виде замкрутого круга — ребенок замкнут и никого не пускает в свой внутренний мир.

② Неровная штриховка — неравномерный ритм работоспособности с периодическими срывами.

③ Отсутствие дверей — трудности в раскрытии перед другими (в первую очередь перед домашними); отсутствие трубы — недостаток эмоциональной теплоты в отношениях с близкими; малый размер дома — ощущение ненужности в семье; жирная с нажимом линия при раскрашивании дома — нервное напряжение в восприятии домашней ситуации.

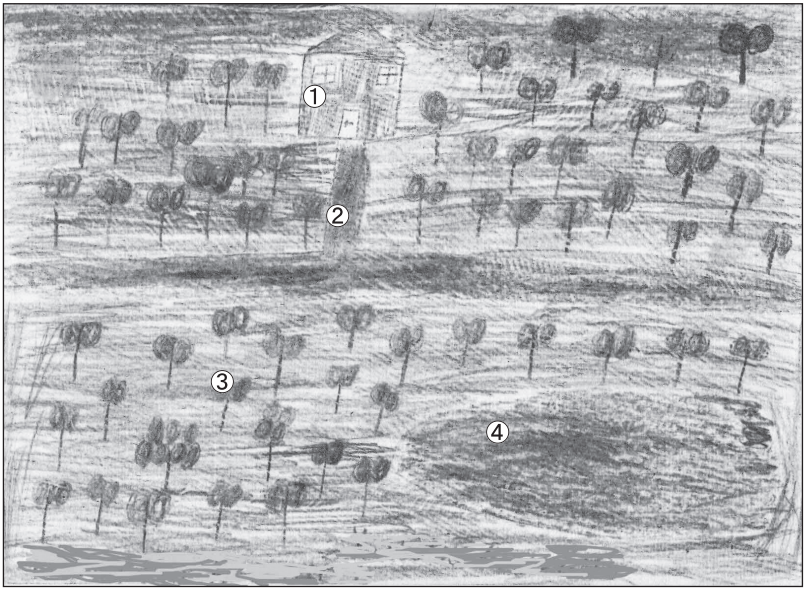
④ Эмоциональная чувствительность.

⑤ Красный цвет автобуса — тревога в восприятии больших машин.

Ребенок раскрашивал этот рисунок очень долго: с одной стороны, он хотел закончить работу, с другой — она была ему непосильна.

Таким образом, на протяжении всего занятия шла борьба ребенка с самим собой.

Рисунок выполнен ребенком умственно отсталым, плохо говорящим, любящим природу (в основном цветы).



Пример выполнения тестового задания

① Дом оценивается хорошо, единственное — мал размер.

Из-за невозможности нормально адаптироваться дом не близок ребенку (он чувствует свою отчужденность), хотя проблем дома нет, домашние любят его и воспринимают таким, какой он есть.

② Дорожка к дому — в доме бывает много гостей, это приветливый и гостеприимный дом, только для ребенка он далек (в силу заболевания).

③ На первом плане цветы, их много — это основное увлечение ребенка.

④ Штриховка практически равномерная. За все занятие ребенок ни разу не жаловался на усталость при раскрашивании. Хорошая работоспособность, усидчивость.

2. ТЕСТИРОВАНИЕ

Перед началом занятия детей рассаживают в соответствии с планом, составленным по результатам тестов, и просят их достать краски и кисти.

✓ *Многие родители перед началом занятий могут сказать детям: «Это не простые занятия, а специальные — с психологом, потому что ты сам виноват». Таким образом они негативно настраивают детей. Дети станут воспринимать занятия как принудительно-исправительные и откажутся вас слушать и слышать. Поэтому первая задача — изменение настроя детей.*

На этом занятии имеет смысл объяснить детям, что они будут рисовать гуашью красивые картины, потому что каждый из них очень хорошо чувствует цвет, и нужно только обучиться определенной технике рисования.

Инструкция: «Перед вами в коробочке находятся краски — гуашь. Они в баночках. Достаньте все баночки. Откройте их. Возмите из папки лист бумаги. Распределите на нем цвета справа налево, как вы хотите. Постарайтесь не смешивать краски и распределить их так, чтобы на листе не осталось незакрашенного места. Работайте большими кистями».

У детей может возникнуть вопрос: «Как рисовать?». В этом случае дается такой ответ: «Как хочешь, только используй все цвета, которые у тебя есть, и закрась весь лист». Если вопрос задается многократно, добавляется: «Можно рисовать полосочками, кружочками или квадратиками».

По ходу работы объясняется, как следует правильно работать с гуашью:

— кисть окунать в краску не полностью;

— для снятия лишней воды с кисти использовать тряпочку;

— воду в баночках надо менять как можно чаще, чтобы не испачкать краски;

— если испачкаете стол — не беда, после занятия уберете за собой.

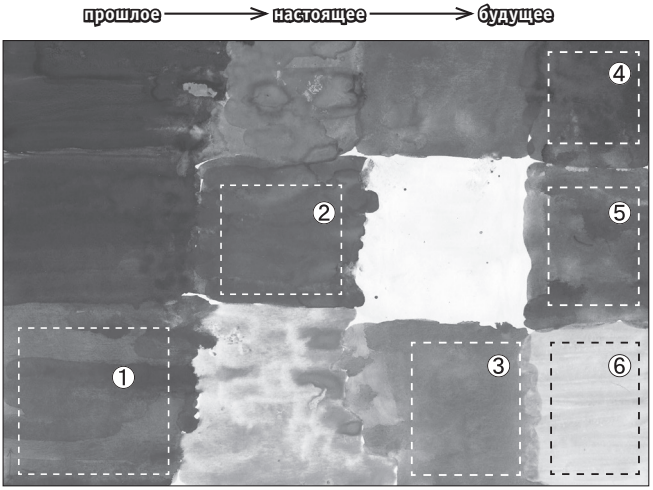
Анализ нарисованной цветовой композиции производится слева направо (см. раздел «Воздействие цвета»). Он позволяет определить эмоциональное состояние ребенка.

Если кто-то из детей быстро справился с работой, ему предлагается составить любую композицию, используя любимые цвета. Анализ аналогичен. Особое внимание обращается на преимущественное использование какого-либо цвета, а так же на интенсивность и место, занимаемое этим цветом на листе.

Если дети рисуют только круги, это говорит об очень высокой степени их замкнутости. Необходимо постараться уговорить их рисовать другие геометрические фигуры или просто разноцветные пятна, стимулируя таким образом их раскрытие.

Занятие позволяет расслабиться, снять напряжение и страх, которые из-за боязни сделать что-то некрасиво вызывает у детей слово «рисование», дает возможность поближе познакомиться друг с другом и с психологом.

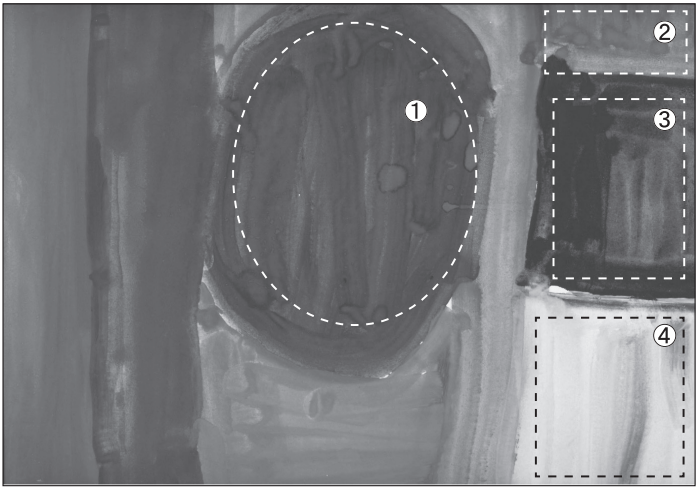
Примеры рисунков и краткий анализ



Пример выполнения тестового задания

— стрелки, позволяющие в дальнейшем делать правильную расшифровку, нужно поставить после того, как ребенок заполнил треть листа.

① — страхи, агрессивная деятельность в прошлом
② — достаточно спокойное настоящее
③ — тревоги, связанные с переходом к будущему
④ — депрессивные компоненты в настроении, связанные с будущим
⑤ — творческая жизнерадостность
⑥ — спокойствие



Пример выполнения тестового задания

① — в настоящем замкнут, не уверен в себе, чувствует вокруг себя опасность
② — под сомнением собственные силы и возможности в будущем
③ — в будущем все смешивается с депрессивным настроением
④ — под сомнение ставится жизнерадостность

3. ИЗГОТОВЛЕНИЕ ФОНА

Цель занятия — успокоить детей. Для этого при подготовке фона используются успокаивающие тона.

Инструкция: «Это важное занятие. Оно посвящено правильному изготовлению фона. Положите лист на стол горизонтально. Достаньте из коробки три банки с краской: голубую, травянисто-зеленую, изумрудно-зеленую. Возьмите большую кисть. Наберите на кисть голубую краску и плавными движениями, медленно, накладывайте мазки близко друг к другу. Водите кистью слева направо. Не торопитесь».

После того, как дети наполовину раскрасят лист, им предлагается поменять краску на изумрудно-зеленую: «Вторую половину листа раскрашиваем этой краской. Мы с вами готовим фон для картины “Море”. Отложите этот лист».

«Теперь готовим следующий фон. Берем еще один лист бумаги. Его верхнюю часть вы можете самостоятельно раскрасить в голубой цвет, нижнюю — в травянисто-зеленый. Это фон для картины “Цыпленок”».

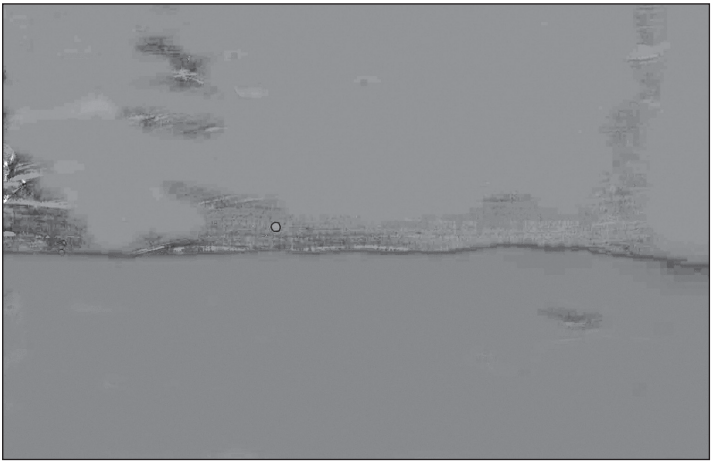
Нужно следить за тем, чтобы цвет на бумаге был интенсивным. Кисть следует держать вертикально, мазки накладываются близко друг к другу, все движения плавные. Задание выполняется не спеша. Следите за тем, чтобы краски не пачкались, для этого часто меняйте воду в банках. Основная задача — наложить мазки ровно, для того, чтобы картина была нарисована красиво и качественно.

Важно научить детей правильной технике приготовления фона, так как он — основа картины и 50 % успеха работы.

Для детей данной категории очень важно, чтобы они делали все хорошо.

Если испачкался стол, успокойте ребенка (многие из них истеричны, привыкли к придиркам из-за своей неряшливости). Объясните, что после занятий каждый сам вытрет свой стол.

✓ *Дайте ребенку возможность исправить свои ошибки, не комментируя их.*



Фон «Море»: голубое + сине-зеленое

Фон «Лето»: голубое + зеленое

4. МОРЕ

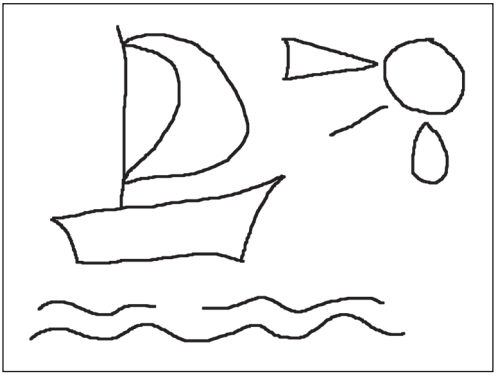
Инструкция: «На фоне “Море” рисуем белой краской облака, волны и солнце. Кто хочет, может нарисовать яхту. Образец я дам на доске. Необязательно рисовать точно так же. Для работы вам понадобятся средняя и тонкая кисти».

Техника рисования облаков:

— фон темнее краски, которую мы будем наносить, поэтому нужна густая белая краска;

— краска наносится короткими мазками поверх голубого фона.

Солнце рисуется так же, как и облака, — кистью среднего размера, волны — аккуратно тонкой кисточкой.



Схематичное изображение на доске

Первым рисунком выбрано море, и это не случайно. Вид спокойного моря всегда действует успокаивающе и завораживающе, притягивает к себе. С другой стороны, море достаточно сложно в изображении.

На этом занятии главное — дать детям первую возможность поверить в свои силы.

Если ребенок отказывается рисовать яхту, настаивать не надо.

Рисунок «Море»

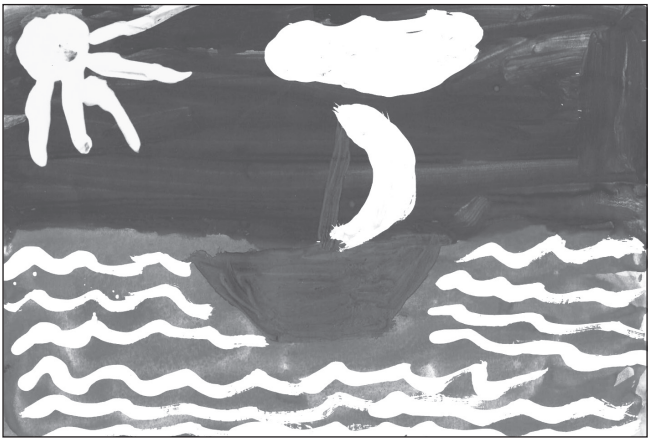


Рисунок «Море» с яхтой

5. ЦЫПЛЕНОК

Инструкция: «На фоне, который вы приготовили, желтой краской и кистью среднего размера будем рисовать цыпленка. Сначала я нарисую цыпленка на доске, затем вы нарисуете его у себя на листе».

После того, как нарисованы заготовки для цыпленка, можно перейти к рисованию облаков и солнца (по желанию ребенка можно выбрать только одно из них).