

«Фрактальное рисование»



Фрактальное рисование

Метод фрактального
рисования был
разработан Т.З.
Полуяхтовой А. Е.
Комовым. в 1991 г.

Он основан на
взаимосвязи между
мелкой моторикой
человека и его
психическим
состоянием, ведь
рисунок несет
информацию о
состоянии души и тела.



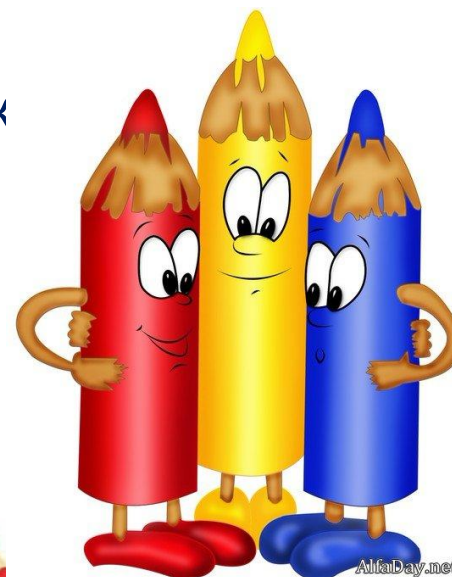
Использование фрактального рисования в коррекции эмоционального состояния

- Метод фрактального рисования может применяться в индивидуальной и групповой работе в адаптационный период, а так же при снятии тревожности, напряжения и усталости.
- Может быть использован для изучения взаимоотношений в коллективе (детском или взрослом), проблемы совместимости и психологического климата.
- Может использоваться в сочетании с музыкотерапией как здоровьесберегающая технология.



Этапы работы с фрактальным рисунком

1. Осознанное выполнение рисунка, с учетом определенных требований.
2. Анализ тестового рисунка.
3. Определение проблемы и механизма её решения.
4. Подбор цветов для последующих раскрашиваний, в соответствии с задачами коррекции.
5. Создание серии фрактальных рисунков (со 2-го по 21-й).



Инструкция для первого (тестового) рисования

1. Рисовать непрерывную линию с закрытыми глазами, стараясь заполнить как можно большую часть листа.
2. Линия должна быть четкая, хорошо прорисованная и разнообразной формы.
3. Рисовать нужно спокойно, не торопясь.
4. Время рисования для детей 30-45 секунд, для взрослых 45-60 секунд.
5. Открыть глаза, рассмотреть рисунок. Начало и конец линий подвести или закруглить к ближайшей точке.



Инструкция для первого (тестового) рисования

6. Раскрасить окошки, выбирая карандаш с закрытыми глазами. Если цвет не нравится – то нужно раскрасить хотя бы одно окошко. Если цвет нравится – можно раскрасить до 10 окошек, но так что бы окошки с одним цветом не соприкасались.
7. В случае когда в руки попался карандаш одного и того же цвета, то хотя бы одно окошко закрасить надо.
8. Фон вокруг рисунка раскрашивать нельзя.



Диагностические критерии при анализе рисунка

Характер изображаемых линий	
Четко прочерченные линии	Человек уверенный, твердый характер, аккуратный, исполнительный.
Не везде одинаковый нажим	Человек творческий. С гибким характером, иногда не уверенный в себе.
Слабо прочерченные линии	Говорят о «болезненном» состоянии, неуверенности а себе.
Резкие, угловатые линии	Наблюдаются у человека находящегося в состоянии эмоционального напряжения, стресса.
Линии с плавными переходами	Свидетельствуют о гармоничном, стабильном состоянии.



Диагностические критерии при анализе рисунка

Размер и конфигурация рисунка	
Маленький размер 1/3 листа	Встречается у людей с заниженной самооценкой, склонных к эгоцентризму.
Средний размер 2/3 листа	Показатель уравновешенного характера.
Большой размер, с выходом за края листа бумаги	Говорит о нестабильном эмоциональном состоянии, иногда о неспособности к концентрации внимания.
Прямоугольная форма рисунка	Люди прямолинейные, имеющие сложный характер.
Рисунок с причудливо выраженными хвостиками	Отражение яркой индивидуальности, в некоторых случаях нестабильности характера.



Диагностические критерии при анализе рисунка

Конфигурация и размер ячеек	
Много крупных ячеек	Добрые, открытые натуры.
Средние ячейки	Исполнительные, аккуратные, иногда педантичные люди.
Маленькие ячейки	Закомплексованные люди, стремятся к детализации, неуверенные в себе, но всегда очень аккуратные.
Гармоничное сочетание ячеек всех размеров	Говорит об уверенности в себе, стабильности.
Переизбыток круговых форм	Говорит о склонности к хроническим неврозам.
Петлеобразные	Говорит о заикленности человека
Угловатые	Говорят о раздражительности, переживании стресса.

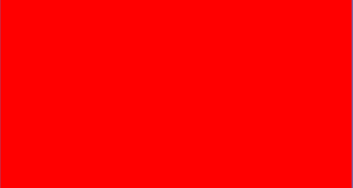
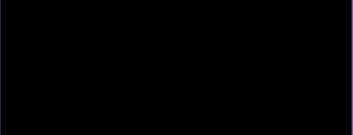
Диагностические критерии при анализе рисунка

Большое количество ячеек определенного цвета

	Говорит о любознательном, самостоятельном, выдержанном человеке.
	Способен к самокоррекции. Человек принципиальный, способен к сотрудничеству, эмоционально отзывчив.
	Стремление человека к стабильности и равновесию. Преобладание темно-синего говорит о напряженном эмоциональном состоянии
	Человек любит свою семью, ценит семейный уют. Чрезмерно обидчив и раним.
	Общительный, готов прийти и на помощь, но может быть тщеславным, ищет славы
	Трудоголик, для него важна самореализация.

Диагностические критерии при анализе рисунка

Большое количество ячеек определенного цвета

	Говорит о наличии «бешеной» неуправляемой энергии, проявлении агрессии, порой неуправляемой.
	Цвет тревоги. Если этого цвета слишком много- автор находится в крайне нестабильном, неуравновешенном состоянии.
	Цвет теплой энергии. Переизбыток этого цвета у ребенка – говорит о недостатке внимания и ласки.
	Если его слишком много – это сигнал о неспособности человека к конкретным действиям. Отсутствие говорит об упадке сил.
	Нестабильный, неуверенный в себе.
	У человека существует скрытая проблема, с которой он не может справиться. В сочетании с красным – сигнал острой проблемы, особенно у детей.
	Если закрашены по всему рисунку маленькие кусочки – человек активный, динамичны. Если черного много –

