



Формы работы с детьми и подростками

Для детей дошкольного и младшего школьного возраста.





Показания для применения игр с камушками:

- трудности в коммуникативных навыках и эмпатии у детей и подростков;
- психокоррекция и психопрофилактика конфликтности, замкнутости, тревожности;
- невротические и эмоциональные расстройства;
- кризисные состояния;
- развитие собственного представления о себе;
- оптимизация психического развития в детском возрасте.

Игра "Разложи камушки"

Цель: развитие воображения, исследовательской деятельности, связной речи и мелкой моторики руки, снятие тревожности, агрессивности и страхов, расслабление.

Необходимое время: 20- 30 минут.



- Материалы: гладкие булыжники и морские камушки разных размеров и цветов, пластиковые бутылочки с разными горлышками от минеральной воды, йогуртов, кефира, пенки шампуней.
- Процедура: Каждый ребенок получает горстку камушков. Упражнение может сопровождаться приятной мелодией для создания мягкой, расслабленной атмосферы.
- Инструкция: Выберите камушки самые красивые с вашей точки зрения. Рассмотрите их и скажите, чем они вам понравились.
- Разделите камушки на кучки, какие кучки у вас получились.
- Разложите камушки дорожками.
- Сделайте так, чтобы одна дорожка была больше другой.
- Чтобы дорожки были одинакового размера.
- Разложите камушки в следующем порядке:
 - один большой, за ним 2 маленьких;
 - один серый, три беленьких впереди и т.д.
- Разложите камушки в виде известных вам геометрических фигур.
- Разложи камушки по бутылочкам.
- Создай из камушек свой рисунок (солнце, дом, дерево, забор, кот, человечка и т.д.), разложив их на столе.
- Нарисуйте на камушках разные картинку акриловыми красками (они не токсичны) или маркерами. Это могут быть любые предметы, игрушки, растения, птицы, животные или сказочные персонажи. С готовыми камушками можно придумать истории. 🗣️

«Создай каменную картину»

Цель: развитие воображения, связной речи и мелкой моторики руки.

Необходимое время: 20- 30 минут.



- Материалы: гладкие булыжники и морские камушки разных размеров и цветов, картон, пластилин, картинки различных животных, краски, кисточки.
- Процедура: каждый ребенок получает горстку камушков, картон с вырезанной и приклеенной картинкой животного, рыбы, птицы (или сам вырезает и приклеивает). На картинке размазывается пластилин, в который утапливаются камушки. Упражнение может сопровождаться приятной мелодией для создания мягкой, расслабленной атмосферы.



- Инструкция: Выберите понравившуюся вам картинку животного, вырежете ее и приклейте на картон. На картон с помощью пластилина наклейте камушки, выбранные вами, украсив тем самым выбранную картинку. Для младших школьников и старше можно предложить самим придумать картинку.



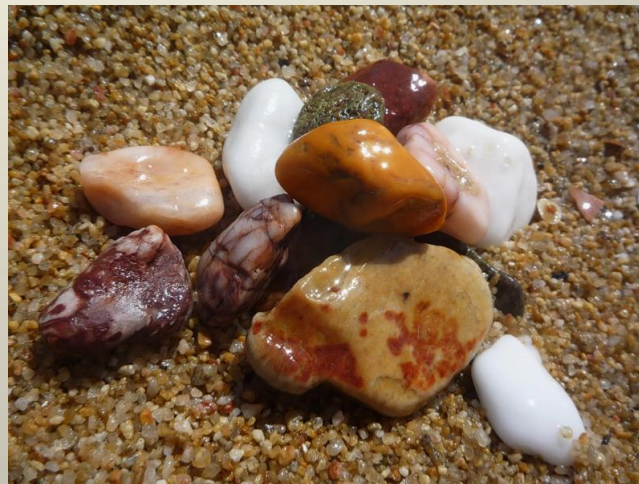
«Волшебный камень»

Цель: развитие воображения, исследовательской деятельности, связной речи и мелкой моторики руки, снятие тревожности и страхов.

Необходимое время: 30-40 минут.



- Материалы: гладкие булыжники и морские камушки разных размеров и цветов.
- Процедура: каждый ребенок получает горстку камушков. Упражнение может сопровождаться приятной мелодией для создания мягкой, расслабленной атмосферы.



- Инструкция: Выбрать камушек и придумать историю этого камушка. Представьте, что камушек ожил и рассказывает историю своей жизни. О чем он может рассказать? Попробуйте придумать историю камушка.



«Балансирующие камни»

Цель: развитие воображения, исследовательской деятельности, связной речи и мелкой моторики руки, снятие тревожности, агрессивности и страхов.

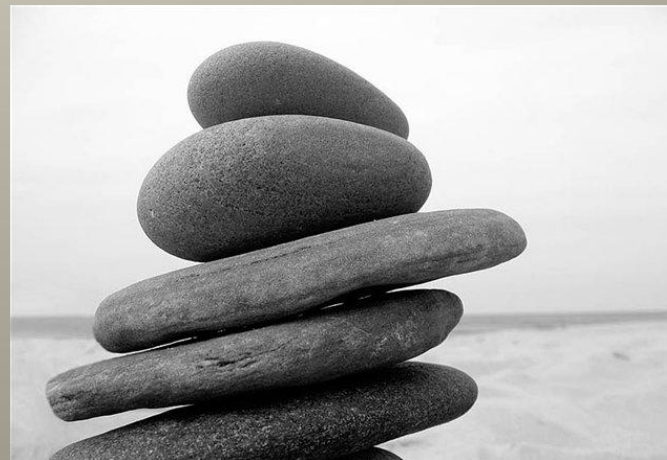
Необходимое время: 20- 30 минут.



- Материалы: гладкие булыжники и морские камушки разных размеров и цветов.
- Процедура: каждый ребенок получает горстку камушков. Упражнение может сопровождаться приятной мелодией для создания мягкой, расслабленной атмосферы. Это известная китайская игра, в которой...



- Задача - выстроить из плоских и гладких камушков настолько высокую башенку, насколько это возможно.



Игра «Остров сокровищ»:

Цель: игра позволяет обсудить с ребенком его значимые ценности, принятие или отвержение системы ценностей его семьи.

- Ребенку предлагается закопать камушки–сокровища в песочнице и отправиться на поиски сокровищ.
- Раскапывая сокровище, ребенок называет, что ценное приходит в его жизнь вместе с сокровищем, какое качество характера, возможность, знание или умение он получает, обладая сокровищем.



«Выбери меня»:

- Групповая игра в ассоциации, где каждый участник ассоциирует себя и другого с камушком, аргументируя свой выбор. Участники делятся своими переживаниями. Игра эффективно применяется при арт-терапии с семьей.



Для подростков и взрослых



«Большие и мелкие камни или песок»

Цель: раскрытие ценностей, оптимизация психического развития в подростковом возрасте.

Необходимое время: 40- 60 минут.



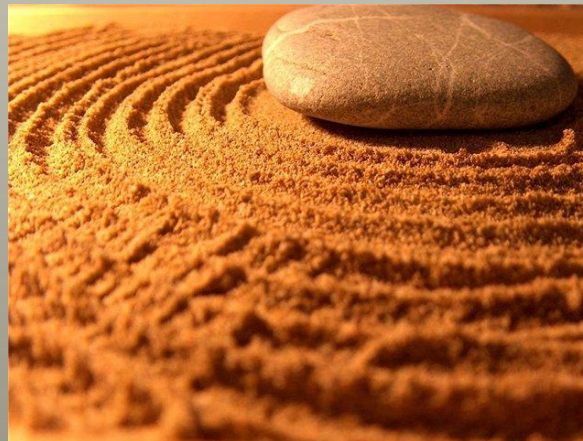
- Материалы: гладкие булыжники и морские камушки разных размеров и цветов и сосуды для засыпания (различной формы бутылочки)
- Процедура: Камушки различной величины, формы и цвета лежат в коробке перед всеми. Упражнение может сопровождаться приятной мелодией для создания мягкой, расслабленной атмосферы.



- Инструкция: Выберите камушки, поддержите их в руках. Заполните бутылочки камушками, чтобы они оказались полными.
- После выполнения работы зачитывается притча.



- Однажды, один мудрец, находясь в кругу своих учеников, проделал следующее. Он наполнил до краев большой стеклянный сосуд крупными камнями. Сделав это, мудрец спросил у учеников – а полон ли этот сосуд? Ученики ответили, что сосуд полон.
- Затем Учитель взял мешочек с мелкими камушками, высыпал камушки в сосуд и легонько встряхнул его несколько раз. Камушки оказались в промежутках между крупными камнями и заполнили их. Мудрец опять спросил у учеников – а теперь сосуд полон ли? Ученики снова подтвердили его слова — да, сосуд полон.
- И наконец, мудрец высыпал в стеклянный сосуд песок. И песок заполнил все оставшиеся промежутки между камнями в сосуде.
- «А теперь, — вновь обратился Учитель к своим ученикам, - мне бы хотелось, чтобы вы в этом сосуде смогли распознать свою жизнь!
- Крупные камни представляют собой самые важные и необходимые вещи в нашей жизни: это наша семья, любимый человек, наше здоровье, наши дети — все то, что, даже не смотря на отсутствие всего остального, сможет наполнить нашу жизнь.
- Мелкие камушки олицетворяют собой уже менее важные вещи, как например, наша работа, наши квартира или дом, наша машина.
- Ну, а песок символизирует собой повседневную суету, прочие жизненные мелочи. Поэтому, если вы, вначале наполните свой жизненный сосуд песком, то уже в нем не найдется места для крупных камней.



- *Так вот и получается, если мы всю свою жизненную энергию израсходуем на кучу мелких вещей, то для крупных вещей ничего уже не останется. Поэтому, давайте обращать свое внимание только на важные вещи, находить время для своих детей и любимых, следить за собственным здоровьем.*
- *И у нас остается еще предостаточно времени для дома, работы, празднований и многого остального.*
- *Давайте следить за своими крупными камнями — ведь только они ценны, а все остальное — только лишь песок»...*



В заключение поделитесь своими впечатлениями. На что Вы тратите свое время, свою жизнь? Согласны ли Вы с мудрецом? Давайте попробуем определиться с собственными жизненными ценностями. Выскажите свое мнение.



«Сад камней»

Цель: раскрытие собственного предназначения, диагностика взаимодействия с социумом подростка, оптимизация психического развития в подростковом возрасте.

Необходимое время: 40- 60 минут.

- Материалы: гладкие булыжники и морские камушки разных размеров и цветов, картон, пластилин, газеты, цветная бумага, коробочки, палочки и другой строительный материал.
- Процедура: Подростки могут выполнять задание индивидуально или в группах. Упражнение может сопровождаться приятной мелодией для создания мягкой, расслабленной атмосферы. Выбранные камушки и созданная из них композиция будет являться проекцией «Я-образа» подростков, в зависимости от того, как они оценят и опишут свой сад.
- Инструкция: Представьте, что мы с вами создатели великолепного сада камней. Этот сад будет столетиями радовать нас и других людей. Обычно сады камней создавались для созерцания, для размышления и открытия каких-то истин. Такие сады вечны. Попробуйте составить свой сад камней. Вы можете использовать весь предложенный материал, ведь сад камней состоит не только из камней, песка и гравия. В него могут входить и растения, и дорожки, и вода.
- В заключение поделитесь своими впечатлениями. Понравилось ли Вам создавать сад? Каким и для кого будет он? Как Вы чувствуете себя в своем саду? Кого бы Вы пустили в свой сад? Кого бы не пустили в свой сад?



«Камень за пазухой»

Цель: раскрытие ценностей, оптимизация психического развития в подростковом возрасте.

Необходимое время: 40- 60 минут.



- Материалы: гладкие булыжники и морские камушки разных размеров и цветов.
- Процедура: Лучше это упражнение выполнить в группе. Зачитывается притча. В заключение обмен впечатлениями с использованием камней.
- Инструкция: Послушайте притчу.
- **Один человек купил на базаре овощей. Приехав домой, он обнаружил, что торговцы вместо товара положили в его повозку груду камней. Но он не поехал обратно и не стал сокрушаться, а продолжал жить как прежде.**
- **И вот спустя сорок долгих лет в его дом постучались. Когда человек отворил дверь, на пороге стояли дряхлые старики.**
- **- Здравствуй, - сказали они, - это мы обманули тебя тогда, и мы пришли попросить прощения.**
- **Человек ответил: - Я помню этот случай.**
- **Но вы ничего мне не должны: камни я выбросил в тот же день в яму. А вы сорок лет носили их в вашем сердце.**
- Чтобы легко было идти по жизни, не надо носить камней за пазухой! Были в вашей жизни случаи, после которых вы держите камень за пазухой, или кто-то носит для Вас камень за пазухой. Выберите этот камушек, поделитесь с нами.



Этот камушек похож на меня, потому что...»

Цель: раскрытие собственных ценностей, развитие самопонимания, оптимизация психического развития в подростковом возрасте.

Необходимое время: 40- 60 минут.



- Материалы: гладкие булыжники и морские камушки разных размеров и цветов.
- Процедура: Упражнение можно выполнять индивидуально и в группе. Выбираются камушки, ассоциативно напоминающие себя, и выкладываются на столе. Психолог просит подобрать ассоциации к каждому выбранному камушку, описывая его свойства, некие качества, возникающие образы, рассказывая о чувствах и ощущениях, которые он вызывает. В заключение обмен впечатлениями.
- Инструкция: Рассмотрите камушки, выберите те, которые напоминают Вам членов Вас. Расположите их на столе, как считаете нужным. Поделитесь своими в



«Моя семья»

Цель: диагностика семейных взаимоотношений, раскрытие ценностей, оптимизация психического развития в подростковом возрасте.

Необходимое время: 40- 60 минут.

- Материалы: гладкие булыжники и морские камушки разных размеров и цветов.
- Процедура: Упражнение можно выполнять индивидуально и в группе. Выбираются камушки, ассоциативно напоминающие членов семьи, и выкладываются на столе. Психолог просит подобрать ассоциации к каждому выбранному камушку, описывая его свойства, некие качества, возникающие образы, рассказывая о чувствах и ощущениях, которые он вызывает. В заключение обмен впечатлениями.
- Инструкция: Рассмотрите камушки, выберите те, которые напоминают Вам членов вашей семьи. Расположите их на столе, как считаете нужным. Поделитесь своими впечатлениями.



«Тяжелая ноша»

Цель: диагностика проблем, травмирующих ситуаций, раскрытие собственных возможностей преодоления своих проблем, оптимизация психического развития в подростковом возрасте.

Необходимое время: 40- 60 минут.



- Материалы: гладкие булыжники и морские камушки разных размеров и цветов.
- Процедура: Упражнение можно выполнять индивидуально и в группе. Выбираются камушки, ассоциативно напоминающие проблему, с которой столкнулись в своей жизни подростки, и выкладываются на столе. Психолог просит подобрать ассоциации к каждому выбранному камушку, описывая его свойства, некие качества, возникающие образы, рассказывая о чувствах и ощущениях, которые он вызывает. В заключение обмен впечатлениями.
- Инструкция: Были ли в вашей жизни случаи, после которых было трудно отойти, расслабиться, успокоиться. Рассмотрите камушки, выберите те, которые напоминают Вам «трудную ношу», проблему, с которой Вы столкнулись в своей жизни и до сих пор несете и не можете никак сбросить со своих плеч. Расположите их на столе, как считаете нужным. Поделитесь своими впечатлениями.



Инсталляция «Мир на ладошке»



- На ладони создается композиция из выбранных камушков Пространство ладони, голографически отражая весь организм, стимулирует создание лично значимых образов, акцентирует внимание на области центра, основании ладони, и области пальцев как удаляющегося пространства. Так выбранные камушки и созданная из них композиция будет являться проекцией «Я-образа» клиента.



Игра «Как это относится ко мне?»



- С закрытыми глазами выбираются камушки. Когда камушек выбран, клиент открывает глаза, и психолог спрашивает, что в жизни клиента напоминает этот камушек, как этот цвет и форма относятся к нему.
- В этой игре камушки используются как стимульный материал для свободных ассоциаций клиента.
- Использование метода активного воображения позволяет выявить возможные направления работы, прояснить запрос.



При интерпретации выбора и обсуждении учитывается:



- семантическое пространство выбирающего, с чем клиент обратился, о чем думает, что чувствует, каков его запрос;
- личностные ассоциации клиента;
- символизм цвета, формы, расположения;
- общекультурное и историческое значение обсуждаемых качеств, символов;
- ассоциации психолога, синхронистичность;
- пространственно-временные соотношения в композиции.
- Композиции из камушков, как правило, непредсказуемы и неожиданны для создающих. Настроение игры, отсутствие возможности и необходимости просчитать, логически выстроить и обосновать выбор, заставляют действовать интуитивно, а значит и более открыто и искренне, минуя психологическое сопротивление и чрезмерные защиты.



- **Литература:**
- **Столярова Светлана Сайрановна** ГОУ № 373 г. Москва, педагог-психолог
- **Назметдинова Ирина Сайрановна** Астраханский государственный университет, Астраханский институт повышения квалификации и переподготовки г. Астрахань «оригинальная авторская разработка»
- 1. Копытин А. И., Свистовская Е. Е. Арт-терапия детей и подростков.- М.: Когито - Центр, 2007.-198с.
- 2. Киселева М. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. -СПб.: Издательство «Речь», 2007.-160с.
- 3. Реброва Екатерина Викторовна Игра в камушки.//[электронный ресурс] <http://www.psylist.net/avtor/00009.htm>
- 4. Малкоиди К. Палитра души. – К.: София, 2004. – 272 с.
- 5. Штейнхард Л. Юнгианская Песочная терапия. СПб.: Питер, 2001. – 320 с.
-