**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ГОРОДА МОСКВЫ**

**ГОРОДСКОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР**

**ПО ЗАЩИТЕ ПРАВ ДЕТЕЙ «ДЕТСТВО»**

**ДЕПАРТАМЕНТА ТРУДА И СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ**

**ГОРОДА МОСКВЫ**

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ Центр «Детство»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.Н. Сапожникова

«\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_201\_\_ г.

**ПРОГРАММА**

**АРТТЕРАПЕВТЕЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

**С ВОСПИТАННИКАМИ ЦЕНТРОВ СОДЕЙСТВИЯ**

**СЕМЕЙНОМУ ВОСПИТАНИЮ**

**Москва**

*Дети везде рисуют: на асфальте, песке и в альбоме,*

*Они ничем не рискуют, рисуя на стенах в доме.*

*Чем хочешь дети рисуют: фломастером, палочкой, кистью,*

*Как в вальсе мелки танцуют, карандаш живет собственной жизнью.*

*Дети всегда рисуют… И взрослые точно знают,*

*Что дети ни с кем не флиртуют – в рисунках себя выражают.*

*(Марина Житник)*

 Арттерапия - один из методов психологической работы, использующий возможности искусства для достижения положительных изменений в интеллектуальном, социальном, эмоциональном и личностном развитии человека.

 Сущность арттерапии проявляется в реконструировании психо-травмирующей ситуации с помощью художественно творческой деятельности, выведении переживаний, связанных с ней, во внешнюю форму через продукт художественной деятельности, а также создании новых позитивных переживаний, рождении креативных потребностей и способов их удовлетворения.

 Творческий характер занятий помогает ребенку открывать в себе что-то новое, лучше понимать себя, развивать свои отношения с другими людьми и миром. Терапия творческим самовыражением не лечебна, а целебна: она направлена не на ликвидацию тех или иных симптомов и состояний, а на развитие человеком своих отношений с самим собой и миром.

 В каждом человеке предполагается существование возможностей, которые можно освободить для самореализации личности. Поэтому задача арттерапии, не сделать всех художниками или танцорами, а пробудить в человеке активность, направленную на реализацию его предельных творческих возможностей.

 Творческий процесс способствует вытеснению, прорыву содержания комплексов в сознании и переживании отрицательных эмоций. Это особенно важно для детей, не имеющих возможности выговориться, выразить свои переживания в творчестве им легче, чем о них рассказать.

 Поэтому не случайно психологи рекомендуют использовать такие занятия с детьми в качестве корректирующего и профилактического средства, как своеобразный способ исключения причин эмоционального дискомфорта и психического нездоровья ребенка.

 Арт – терапия может способствовать достижению следующих целей:

 ***Дать социально приемлемый выход агрессивности и другим негативным чувствам.***  Работа над рисунками, картинами, скульптурами является безопасным способом «выпустить пар» и разрядить напряжение.

 ***Облегчить процесс коррекции.*** Неосознаваемые внутренние конфликты и переживания часто бывает легче выразить с помощью зрительных образов, чем высказать их в процессе вербальной психотерапии.
 ***Получить материал для интерпретаций и диагностических заключений.***Продукты художественного творчества относительно долговечны. Содержание и стиль художественных работ дают изобилие информации о ребенке.

 ***Проработать мысли и чувства.*** Иногда невербальные средства являются единственно возможными для выражения и прояснения сильных переживаний и убеждений.

 ***Развить чувство внутреннего контроля.*** Работа над рисунками и картинами или лепка предусматривают упорядочивание цвета и форм.

 ***Сконцентрировать внимание на ощущениях и чувствах.*** Занятия изобразительным искусством создают богатые возможности для экспериментирования с кинестетическими и зрительными ощущениями и развития способности к их восприятию.

 ***Развить художественные способности и повысить самооценку.***

Побочным продуктом арт – терапии является чувство удовлетворения, которое возникает в результате выявления скрытых талантов и их развития.

 Наиболее часто к методу арт-терапии прибегают в работе с детьми, имеющими различные особенности развития. Такие дети имеют сложности в адекватном восприятии мира, у них может быть нарушено представление о целостной картине мира. Ребенок может воспринимать мир как разрозненный хаотичный набор элементов. В результате он не может найти свое место в жизни, быть полноценным членом общества. Как следствие, характер взаимодействия со средой становится в целом деструктивным. Влиять на такую ситуацию можно по-разному. Наиболее естественным является создание условий для развития человека, его «выстраивания» с помощью природных элементов, а также включенных в жизнь человека гармонизирующих видов деятельности – уход за домашними питомцами, украшение своего жилища, занятия рукоделием и творчеством. Арт-терапия предлагает ребенку выразить свои эмоции, чувства с помощью лепки, рисования, конструирования из природных материалов. Переживая образы, человек обретает свою цельность, неповторимость и индивидуальность. Можно также применять другие формы искусства — телесные импровизации, театральные постановки, литературное творчество.

 Многие психические и некоторые физические отклонения делают ребенка пассивным. Круг его интересов становится узким. Потребность в активном взаимодействии с миром снижается. В результате снижается и способность к адаптации. Он уходит в себя. Он считает, что не сможет найти выход из сложившейся ситуации. Арт-терапия позволяет разорвать этот порочный круг. Когда ребенок занимается творчеством, он изобретает новые и новые способы выражения своих эмоций. И бессознательно новые и новые способы общения с миром. То есть утраченные способности восстанавливаются.

 **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).

 В арт-терапии спонтанное рисование и лепка являются разновидностью деятельности воображения, а не проявлением художественного таланта. Изобразительное творчество является мостом между миром фантазии и реальностью. Оно включает в себя элементы того и другого, позволяя создать некий синтез, который ни ребёнок, ни взрослый не могут создать без помощи художественных средств.

 Важным понятием арт-терапии является ***сублимация*** — выражение бессознательных инстинктов и влечений (порой деструктивных) с помощью трансформации их в творения искусства; искусство может одновременно «направить в другое русло» и выразить также чувства злости, боли, тревоги, страха.

 Преимущества метода арт-терапии в том, что он:

1) предоставляет возможность для выражения агрессивных чувств в социально – приемлемой манере. Рисование, живопись красками или лепка являются безопасными способами разрядки напряжения;

2) ускоряет прогресс в терапии. Подсознательные конфликты и внутренние переживания легче выражаются с помощью зрительных образов, чем в разговоре во время вербальной психотерапии. Невербальные формы коммуникации могут с большей вероятностью избежать сознательной цензуры;

3) дает основания для интерпретаций и диагностической работы в процессе терапии. Творческая продукция ввиду ее реальности не может отрицаться пациентом. Содержание и стиль художественной работы предоставляют терапевту огромную информацию, кроме того, сам автор может внести вклад в интерпретацию своих собственных творений;

4) позволяет работать с мыслями и чувствами, которые кажутся непреодолимыми (утраты, смерть, перенесённые травмы и насилие, страхи, внутренние конфликты, сновидения). Иногда невербальное средство оказывается единственным инструментом, вскрывающим и проясняющим интенсивные чувства и убеждения;

5) способствует возникновению чувства внутреннего контроля и порядка;

6) развивает и усиливает внимание к чувствам;

7) усиливает ощущение собственной личностной ценности, повышает художественную компетентность. Побочным продуктом терапии искусством является удовлетворение, возникающее в результате выявления скрытых умений и их развития.

 В проективном рисовании используются следующие методики (классификация Кратохвила):

* ***Свободное рисование*** (каждый рисует, что хочет). Рисунки выполняются индивидуально, а обсуждение происходит в группе. Тема или задается, или выбирается членами группы самостоятельно. На рисование выделяется 30 мин., затем рисунки вывешиваются, и начинается обсуждение. Сначала о рисунке высказываются члены группы, а затем сам автор. Обсуждаются расхождения в интерпретации рисунка.
* ***Коммуникативное рисование***. Группа разбивается на пары, у каждой пары свой лист бумаги, каждая пара совместно рисует на определенную тему, при этом, как правило, вербальные контакты исключаются, они общаются с помощью образов, линий, красок. После окончания процесса рисования происходит обсуждение процесса рисования. При этом обсуждаются не художественные достоинства созданного произведения, а те мысли, чувства по поводу процесса рисования, которые возникли у членов диад, и их отношение друг к другу в процессе рисования.
* ***Совместное рисование***. Несколько человек (или вся группа) молча рисуют на одном листе (например, группу, ее развитие, настроение, атмосферу в группе и т.д.). По окончании рисования обсуждается участие каждого члена группы, характер его вклада и особенности взаимодействия с другими участниками в процессе рисования.
* ***Дополнительное рисование***. Рисунок посылается по кругу – один начинает рисовать, другой продолжает, что-то добавляя, и т.д.

Существует два способа работы с готовыми рисунками:

- Демонстрация всех рисунков одновременно, просмотр и сравнение,

нахождение совместными усилиями общего и отличительного содержания.

- Разбор каждого рисунка отдельно (он переходит из рук в руки, и

участники высказываются о его психологическом содержании).

 **Структура арт-терапевтического занятия:**

Одна часть — ***невербальная, творческая, неструктурированная****.* Основное средство самовыражения — изобразительная деятельность (рисунок, живопись). Используются разнообразные механизмы невербального самовыражения и визуальной коммуникации (70% занятий).

Другая часть — ***вербальная, апперцептивная и формально более структурированная****.* Она предполагает словесное обсуждение, а также интерпретацию нарисованных объектов и возникших ассоциаций. Используются механизмы невербального самовыражения и визуальной коммуникации (30% занятий).

**Особенности реализации программы:**

Структура занятий по предлагаемой программе такова, что каждое занятие начинается с создания в группе так называемой «рабочей» атмосферы — подготовки участников к спонтанной художественной деятельности и внутригрупповой коммуникации. С этой целью используются разогревающие двигательные упражнения, элементы психогимнастики, а также несложные изобразительные приемы.

Следующий этап занятия предполагает создание каждым в отдельности или группой в целом тематического рисунка. Этот этап занятия располагает к психодиагностике. Так, достаточно исчерпывающие сведения об авторе можно получить при интерпретации рисунков в соответствии с устоявшимися критериями известных проективных методик.

Следующий этап групповой работы — создание условий для внутригрупповой коммуникации. Считается, что вербализация внутренних переживаний помогает снизить их остроту и в какой-то мере освободиться от них. Поэтому каждому участнику предлагается показать свою работу
и рассказать о тех мыслях, чувствах, ассоциациях, которые возникли
у него в процессе изобразительной деятельности.

Заключительный этап предполагает рефлексивный анализ работы
в безопасной обстановке группы. Здесь обычно присутствуют элементы спонтанной «взаимотерапии» посредством доброжелательных высказываний, положительного программирования, поддержки. Атмосфера эмоциональной теплоты, эмпатии, заботы, как правило, складывающаяся на занятиях, позволяет каждому участнику тренинга пережить ситуацию успеха в той или иной деятельности. В итоге приобретается положительный опыт самоуважения и самопринятия, укрепляется чувство собственного достоинства.

**Задачи арттерапевтических занятий:**

1. реализация творческого потенциала подростков,
2. формирование положительной самооценки воспитанников,
3. развитие чувства внутреннего самоконтроля;
4. развитие навыков коммуникации, способности к самостоятельному принятию решений и проявлению инициативы,
5. развитие навыков психической саморегуляции и способности к конструктивному выражению эмоций, способствующих их более успешной адаптации к социуму.

**Ожидаемые результаты:**

* создание положительного эмоционального настроя в группе воспитанников;
* умение ребенка выражать свои эмоции в социально приемлемой форме;
* гармонизация эмоциональной сферы подростка.

**Тематика арттерапевтических занятий**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| *Тематика занятия* | *Задачи* | *Время* |
| «Вовлечение в групповую работу» | Установление доверительных отношений в группе, включение воспитанников в активную творческую деятельность | 1 час |
| «Негативные эмоции» | Развитие умения осознавать собственные эмоции, формирование способности к конструктивному выражению эмоций, развитие навыков саморегуляции. | 1 час |
| «Позитивные эмоции» | Развитие умения осознавать собственные эмоции, формирование опыта трансформации негативных чувств в позитивные, развитие чувства внутреннего контроля | 1 час |
| «Образ Я, самооценка» | Формирование положительной самооценки воспитанников, развитие самопознания и навыков самовыражения  | 1 час |
| «Сотворение своего мира» | Реализация творческого потенциала воспитанников, развитие творческого мышления, способности к проявлению инициативы и самостоятельных решений  | 1 час |
| «Победи свои недостатки» | Развитие умения к самовыражению, расширение личного опыта, развитие самопознание, развитие навыков психической саморегуляции | 1 час |
| «Проективная диагностика» | Диагностическое исследование уровня психоэмоционального развития ребенка, его личностных особенностей и потребностей | 1 час |
| «Волшебные краски» | Развитие творческого потенциала детей, развитие сенсорно-моторных чувств, гармонизация эмоциональной сферы воспитанников | 1 час |
| «Коллектив и взаимодействие» | Развитие навыков эффективной коммуникации подростков, проявления творческой инициативы; создание положительного настроя в группе  | 1 час |
| «Сказка нашей группы» | Формирование навыков совместного творческого процесса, реализация творческого потенциала подростков | 1 час |

 **КОМПЛЕКС АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ**

Данные темы занятий можно использовать в любом порядке. Рекомендуемые упражнения могут модернизироваться, корректироваться в соответствии с психологическими особенностями каждого ребенка и группы в целом. Если ведущий считает, что тема не отработана на одном занятии, он может продолжить развитие на следующем, подобрав более эффективные упражнения.

**Занятие №1«Вовлечение в групповую работу»**

***Упражнение «Захвати руки»***

Участники становятся в круг, закрывают глаза и по сигналу ведущего начинают сходиться к центру, вытянув свои руки перед собой. Задача каждого участника – схватить как можно большее число рук, не открывая глаз. Потом все открывают глаза и смотрят: кто и чьи руки захватил, сколько рук схватил, кто оказался оттесненным и т.д.

# *Упражнение «Это мое имя»*

Участники поочередно называют свои имена и рассказывают о них.

*Инструкция:* Предложите игроку сидящему справа от Вас, встать со стула назвать свое полное имя, так и имя.  Затем выступающий должен сообщить что-нибудь о своем имени. Он может, например, попытаться ответить на такие вопросы:

* Что означает моя фамилия?
* Нравится ли мне мое имя?
* Знаю ли я, что означает мое имя?
* Хотел бы я, чтобы меня называли другим именем?

Каждый участник сам решает, что рассказать и как прокомментировать свой рассказ, однако выступающему необходимо уложиться в 2 минуты.

Закончив говорить, выступающий снова садится на свое место. Игра идет дальше по кругу против часовой стрелки.

***Упражнение «Раскрась картинку»***

Ведущий на выбор предлагает участникам картинки для раскрашивания, дети сами выбирают те изобразительные средства, которыми хотят работать (ведущий должен подготовить различный материал: карандаши, фломастеры, краски, маркеры и т.п.).

***Упражнение «Групповое рисование на влажной бумаге»***

Группа делится на несколько подгрупп – от 2 до 5-6 участников в каждой. Каждой подгруппе дается стол, на котором с помощью скотча фиксируется лист ватмана. Лист увлажняется водой с помощью кисти с широкой щетиной или губки. Далее дается задание используя краски наносить любые понравившиеся цвета на поверхность ватмана - либо на своей территории, либо на всем листе. Для нанесения можно пользоваться как кистями и губкой, так и пальцами и ладонями рук. Не создавать конкретных образов! Прочувствовать материал. Работать в группе можно молча, можно обсуждая (по заданию ведущего). Всего на работу выделяется от 20 до 30 минут работы.

*Материалы:*листы ватмана по числу подгрупп, скотч, краски гуашевые, кисти, губки, стаканы под воду, полотенца для протирания рук и стола.

*Итог:*Это упражнение используется в начале работы для командообразования и создания комфортной атмосферы. Задание способствует оживлению эмоций и сближению участников друг с другом, исследованию физических свойств материала, овладению материалом, преодолению тревоги, страха, зажимов, гиперконтроля (логическое мышление не используется), достижению большей спонтанности, отреагированию чувств, сенсорной стимуляции, активизацию контакта в группе, тестированию личностных границ и их преодолению, формированию доверия, активизации воображения. В ходе этого упражнения быстрее происходит процесс взаимодействия. Однако необходимо учитывать, что работа с влажными материалами опасна нарушениями личностных границ. Поэтому есть риск конфронтации и вторжения в личностное пространство. Учитывая характер отношений в группе и индивидуальные особенности участников возможно создание отдельных рисунков, а затем интегрирование их в один общий.

После того, как все в подгруппах решат, что их рисунки завершены, каждая подгруппа осмотрит свою созданную работу и поделится впечатлениями друг с другом. Возможно вы найдете в рисунке пятна, похожие на что либо реально существующее. Делитесь любыми вашими предположениями и ассоциациями с вашей группой.

*Обсуждение:* все подгруппы вновь объединяются в общий круг из стульев. Участники рассказывают о том, как они работали, какие этапы работы выделяют, делятся чувствами и впечатлениями.

**Ритуал прощания** (может завершать каждое занятие):

Все встают в круг, протягивают правую руку для общего рукопожатия и говорят: «мы вместе!»

**Занятие 2 «Негативные эмоции»**

***Упражнение-разминка «Слово-прилагательное»***

Упражнение для двоих участников, которые становятся друг против друга на некотором расстоянии. Первый участник, кидая мяч второму, называет любое пришедшее ему на ум слово (имя существительное). Второй ловит мяч и сразу же бросает его обратно, подбирая подходящее по смыслу прилагательное. Первый ловит и бросает, называя новое существительное, и т.д.. Например: мяч – круглый, банан – сладкий, погода – дождливая и т.п.

***Упражнение «Эмоциональный этюд 1».***

Необходимые материалы: фотографии или рисунки разных эмоций, магнитофон, различные музыкальные композиции (желательно отражающие различные эмоциональные состояния).

Ход работы:

1. ведущий рассказывает об эмоциональном мире человека: что есть эмоции, для чего они человеку, как проявляются и т.д.

2. участники образуют круг. Ведущий предлагает им музыкальные фрагменты, отражающие различные эмоциональные состояния. Каждый фрагмент длится 3 минуты. Задача подростков – узнать эмоцию и с помощью мимики и пластики (пластического этюда) показать её. Здесь допускается как групповая, так и индивидуальная работа.

Если возникают сложности с угадыванием эмоций или с проявлением спонтанности, помогите ребятам. Немного выждав, показать фотографию человека, испытывающего эту эмоцию (её же отражает звучащий музыкальный фрагмент), и предложите подросткам мимически или пластически её «отзеркалить», выразить, прожить.

3. обсуждение:

- какие эмоции вы переживаете чаще других? Какие редко?

- что такое эмоциональный опыт?

- влияет ли эмоциональный опыт человека на его жизнь?

- можно ли изменить жизнь человека, изменив его эмоциональный опыт?

- какие эмоции нас чаще всего окружают (дома, в школе, на улице)?

-как обогатить свой эмоциональный мир? Что для этого необходимо сделать?

***Упражнение «Внимание, опасность»***

Подростки двигаются по залу хаотично. Ведущий (психолог либо участник) объявляет: «внимание, опасность!». Все должны сгруппироваться как можно теснее, чтобы спастись. Вместе легче выжить.

Обсуждение игры:

-что получилось, что было трудно и почему?

- чувства, которые испытывали.

***Упражнение «Анализ эмоций. Гнев.»***

*Инструкция:* Мы с вами испытываем много разных эмоций. Есть эмоции которые мы называем негативными, т.е. плохими. Подскажите мне, какие это эмоции?

А почему их считают негативными?

Правильно, эти эмоции считают негативными потому что они могут причинить дискомфорт (неудобство) и быть неприятными другим людям. Сейчас я покажу вам рисунок, а вы попытаетесь угадать какая эмоция на нем изображена.
Ведущий показывает пиктограмму гнева и предлагается определить, что это за эмоция.

Правильно! Это гнев, злость.

А покажите мне каждый, как выглядит злость!

Каждый пытается изобразить на себе эмоцию гнева. После этого проводится конкурс на "самого злого злюка".

*Материалы:* заламинированные рисунки с изображением различных эмоций.

***Упражнение «Рисунок злого героя»***

Группе дается задание нарисовать злого, «плохого» героя, используя различные изобразительные материалы. Когда персонаж будет нарисован, ведущий предлагает участникам группы рассказать о своем «герое»: как его зовут, почему он злой, что он любит делать и что ему не нравится делать.
*Инструкция:* Придумай и нарисуй злого персонажа (героя). Дай ему имя (назови его). Расскажи о нем: почему он злой, что он любит делать, что ему не нравится делать.

*Материалы:* листы формата А4, краски, цветные карандаши и т.п.

 Данное задание является наиболее безопасной проекцией негативных чувств и эмоций. Так как накал негативных чувств у группы может быть очень высок, участники могут отказываться выполнять это задание. В данном случае ведущим может быть предложено после изображения героя сделать с рисунком все что захочется - например, порвать его на мелкие кусочки. Что является еще одним способом безопасного совладания с негативными чувствами. Дополнительным вариантом выражения негативных эмоций является следующее упражнение.

***Упражнение «Прогони злость»***

Группа поднимается из за стола за которым проходила изобразительная деятельность и встает полукругом вокруг закрытой двери. Ведущий дает задание и следит за тем, чтобы выражаемые топаньем эмоции не выходили за рамки выполнения задания и не переходили в агрессию на других участников группы.

*Инструкция:* Ребята! Пока мы выполняли предыдущее упражнение, в комнате скопилось много злости. Давайте напугаем ее и прогоним отсюда! Сейчас мы встанем полукругом около двери и будем громко топать ногами прогоняя злость в эту дверь. Начали!

**Занятие 3 «Позитивные эмоции»**

***Упражнение «Анализ эмоций. Радость»***

Вначале ведущий с группой анализирует позитивные эмоции: что это, какие это эмоции. Используется визуальный материал — заламинированные картинки с изображениями позитивных эмоций. Затем участники изображают мимикой данные эмоции. Можно провести конкурс на самого лучшего актера. После этого группе предлагается нарисовать доброго героя.

*Инструкция:* На прошлой встрече мы с вами безопасным способом выразили негативные эмоции. Но помимо негативных, плохих, есть еще и хорошие эмоции, позитивные.

Какие же это эмоции, скажите мне?

Правильно, а почему они называются позитивными?
 Затем показывается пиктограмма доброты, радости, смеха и предлагается определить что это за эмоция. Каждый пытается изобразить на себе эмоцию радости. После этого проводится конкурс на "самого радостного".

***Упражнение «Рисунок доброго героя»***

Детям дается задание нарисовать хорошего, доброго героя, используя различные изобразительные материалы. Когда персонаж будет нарисован, ведущий предлагает участникам группы рассказать о своем «герое»: как его зовут, почему он добрый, что он любит делать и что ему не нравится делать.
*Инструкция:* Придумай и нарисуй доброго, хорошего персонажа (героя). Дай ему имя (назови его). Расскажи о нем: почему он добрый, что он любит делать, что ему не нравится делать.

*Материалы:* листы формата А4, краски, цветные карандаши и т.п.

*Итог:* необходимо закрепить позитивное окончание предыдущего задания и напомнить участникам что помимо негативного, в мире много хорошего — положительных эмоций.

***Упражнение «Скульптура эмоций»***

 Ребятам раздаются бумажки на которых написана какая-нибудь эмоция. Задача каждого — изобразить эту эмоцию, но без слов и движений или мимики, используя только позу. Когда один участник показал свою эмоцию задача всех остальных — угадать, что это была за эмоция.

*Инструкция:* А теперь мы попробуем себя в роли артистов. Сейчас каждому из вас я выдам по бумажке, на которой будет написано слово. Вы его читаете и никому не показываете и не говорите. Ваша задача будет изобразить это слово, но при этом нельзя говорить, использовать мимику и жесты. То есть как настоящие великие артисты вы должны будете изобразить это слово только своей позой. Двигаться нельзя!

*Материалы:* бумажки с названием эмоций, заготавливаются заранее ведущим.

*Итог:* осмысление и обсуждение своих чувств, развитие способности управлять ими. Обретение опыта трансформации негативных чувств в позитивные, создание творческого настроения.

 **Занятие № 4 «Образ Я, самооценка»**

***Упражнение «Незаконченные фразы»***

Участники встают в круг, ведущий предлагает каждому, передавая мяч, заканчивать фразы. Например: «Я умею…», «Я успешен…», «Я хочу добиться успеха в…», «Я могу делать…», «У меня получается лучше всего…» и т.п. Ведущий бросает мяч и говорит начало фразы, которая содержит начало раскрытия успешных действий подростков, ребенок завершает фразу и бросает мяч снова ведущему. После упражнения идет обсуждение: легко ли было продолжить фразу, в чем были трудности и т.п.

***Упражнение «Маска»***

Ведущий предлагает каждому члену группы сделать маску. Главное, чтобы маска отражала его внутренний мир, характеризовала участника.

На листе бумаги рисуется овал по размеру лица участника. Определяется место для глаз и рта. Затем с помощью красок, карандашей, вырезок из журналов и других материалов маска раскрашивается, оформляется.

При изготовлении маски нет каких-либо правил: участник сам должен ее придумать и воплотить на бумаге. Маску необходимо вырезать, одеть на лицо. Затем маска «оживает» и говорит о себе. Каждой маске предоставляется время для выступления. Продолжительность игры — 30-40 минут.

*Инструкция:* Давайте сейчас сделаем маски. Используйте все материалы, которые есть, не забудьте только что у маски есть глаза.

*Материалы:* плотные листы бумаги, краски, кисти, цветные карандаши, фломастеры, клей бумажный, ножницы.

*Итог:* интеграция участниками группы собственного «Я-образа». Принятие себя через самооценку и оценку других.

***Упражнение «Непохожий на меня».***

На листе А4 участник рисует человека, который не похож на него (это могут быть внешние качества, а внутренние качества выявятся в его рассказе о своем рисунке). В конец работы каждый участник представляет группе свой рисунок и рассказывает о том, что нарисовано и о тех качествах, которые являются причиной непохожести образа.

По окончании рисования можно повесить на доску маску своего образа и рисунок непохожего человека и посмотреть разницу.

*Материалы:*  листы А4, краски, кисти, карандаши и т.п.

*Итог:* анализ собственных качеств характера, развитие рефлексии.

***Упражнение «Я такой же, как ты»***

Ведущий: У меня в руках мячик. Тот, кому этот мячик достанется, бросает его любому товарищу, и, обратившись по имени, объясняет, почему он такой же. «Я такой же, как ты, потому что…» Тот, кому бросили мячик, выражает согласие или несогласие и бросает мячик следующему.

**Занятие № 5 «Сотворение своего мира»**

***Упражнение «Рисунок на спине»***

 Ведущий предлагает детям построиться в 2 колонны параллельно (при большом количестве участников можно выстроить 3 колонны). Ведущий достает картинку и показывает последнему стоящему в колонне, тот должен нарисовать пальцем эту картинку на спине стоящего впереди, тот передает изображение дальше впереди стоящему и так до первого участника колонны. Первый в команде рисует на листе бумаги переданный образ и сверяют с образцом ведущего. Если упражнение понравилось детям, можно повторить, предварительно поменяться участникам местами.

***Упражнение «Сочини сказку»***

Участникам группы предлагается совместными усилиями сочинить сказку, используя для этого «опорные пункты». В случайном порядке раздаются пронумерованные карты с обозначением основных этапов сказки. Первым начинает сочинять сказку тот, кому досталась карточка с номером 1, следующий продолжает, передает ход и т. д. до последней карточки.

1. Жил да был/жили-были...
2. И вот однажды...
3. Нарушение запрета (вредительство)
4. Встреча с волшебником-дарителем. Испытание героя...
5. Как герой справляется с испытаниями...
6. Получение волшебных даров...
7. Встреча с врагом...
8. Битва с врагом…
9. Победа над врагом…
10. Счастливый конец. Пир на весь мир...

*Карточек должно быть по количеству детей, поэтому ведущий сам придумывает этапы развития сказки на основе образца сказки.*

Обсуждение совместной творческой игры.

***Упражнение «Сотворение мира»***

 Каждый участник получает чистый лист бумаги А3.

*Инструкция:* «Придумать свой мир (страну, континент, государство). На листке слева участники рисуют флаг этого мира, используя карандаши, цветную бумагу. А справа, они могут нарисовать все то, что может охарактеризовать их страну (люди, животные, предметы и т.д.), тем самым подчеркнуть характерные и отличительные особенности своего мира.

 После этого происходит презентация готовых миров и стран::
- кто населяет этот мир;
- сферы деятельности;
- предметы импорта и экспорта;
- приблизительная численность населения;
- чем занимается население, наиболее востребованные профессии;
- угрожает или может ли угрожать миру что-либо;
- культурные традиции (флаг, герб, правила, мифы, легенды, что нужно знать и уметь иностранцу, чтобы попасть в этот мир).
 Чтобы помочь детям в презентациях, можно на доске обозначить данные вопросы.
Обсуждение: Что было сложного в упражнении? Что было легко?

**Занятие № 6 «Победи свои недостатки»**

***Упражнение «Меняемся местами»***

**Группа сидит на стульях, расставленных по кругу. Ведущий находится в центре. Он объявляет признак по которому участники будут меняться местами. Например: «Меняются местами те, кто в черных ботинках, кто имеет светлые волосы, кто в платье и т.п.» Все, обладающие указанным свойством, должны встать со своего места и занять другое. Ведущий занимает освободившееся место, а участник, оставшийся без места становится водящим.**

***Упражнение «Рисунок вдох-выдох»***

Ведущий готовитна столе краски, кисти и карандаши на всех участников. Он предлагает детям выбрать те средства, которыми они хотят сегодня рисовать. Из них нужно выбрать цвета, которые ассоциируются с плохим настроением и негативными эмоциями, а также цвета, которые ассоциируются с позитивными эмоциями и состояниями. Далее следует выполнить задание: цветами из первой группы рисовать произвольные линии от себя на выдохе, как бы «выдыхая» из себя негативные эмоции, а цветами из второй группы и рисовать линии к себе на вдохе.

*Материалы:* листы А4, краски, кисти, карандаши.

***Упражнение «Победи своего дракона»***

 Ведущий рассказывает ребятам о том, что почти у каждого есть «свой дракон», выращенный нами – это наши недостатки, которые мешают нам в жизни. В один прекрасный день почти каждый решается убить «своего дракона», но потом оказывается, что на месте одной отрубленной головы как-то незаметно вырастает другая, потом третья. И мы приучаемся жить «со своим драконом», хотя со временем он все больше портит жизнь нам и нашим близким.

 Ведущий предлагает нарисовать своего дракона, назвать его в целом и каждую голову в отдельности. После завершения рисунка детям предлагается придумать историю или сказку о том, как они победят «своих драконов»

Обсуждение занятия.

**Занятие № 7 «Проективная диагностика»**

***Упражнение «Мои качества».***

Участникам предлагается подумать и рассказать о тех качествах, которые отличают их от других. Это могут быть любые особенности характера и личности. Напомним, что имея данные качества мы становимся уникальными. Конечно, хорошо, если эти качества являются позитивными.

***Упражнение «Дом. Дерево. Человек.»***

 *Данное упражнение будет служить специалисту как диагностический материал (Приложение № 1)*

 *Методика предложена Дж. Баком в 1948 г., заключается в том, что обследуемый должен нарисовать дом, дерево и человека. Выбор объектов для рисования автор обосновывает тем, что они знакомы каждому ребенку, наиболее удобны для рисования и, наконец, сти­мулируют более свободные словесные высказывания, нежели другие объекты. По мнению Дж. Бака, каждый рисунок — это своеобразный автопортрет, детали которого имеют личностное значение.*

 Ведущий просит участников изобразить дерево, дом и человека в одном рисунке, в одной происходящей сцене. Считается, что взаимодействие между домом, деревом и человеком представляет собой зрительную метафору. Если при­вести весь рисунок в действие, то вполне возможно заметить то, что действительно происходит в нашей жизни.

 После рисования дети могут рассказать о своих рисунках, о своих ощущениях во время творческого процесса.

 **Занятие № 8 «Волшебные краски»**

***Упражнение «Комплимент»***

Каждому участнику предлагается сосредоточить свое внимание на достоинствах соседа и сказать ему комплимент, который бы звучал искренне.

***Упражнение «Волшебные краски»***

 *Материалы:* гуашь жидкая, пластмассовые стаканы из-под йогурта или сметаны (500 мл), количество которых должно быть равно количеству детей или цветов изготавливаемой краски, растительное масло, мука, клей ПВА, крупная соль, картон прессованный или картон для труда, клеенка, газеты, ветошь для вытирания рук. Так же может понадобиться магнитофон и приятная релаксирующая музыка.

 *«Волшебная краска» изготавливается самими детьми. Рецепт краски (в расчете на одного ребенка): 150 г муки, щепотка соли, столовая ложка растительного масла, столовая ложка клея ПВА, воды добавляется столько, чтобы краска по консистенции была как густая сметана. Можно расстелить на полу клеенку, покрыть ее газетами. В центре ставится все необходимое для изготовления краски. Дети рассаживаются вокруг этих материалов. Хорошо, если дети будут одеты так, чтобы они не боялись испачкаться. Первый этап: ребята в стаканчики насыпают необходимое количество муки, куда постепенно добавляют соль, масло, воду, клей. Очень важно, чтобы все компоненты смешивались руками. При добавлении нового компонента в основу краски меняются сенсорные ощущения детей. В процессе смешивания компонентов нужно попросить ребят прокомментировать свои ощущения, чувства. Когда основа под краску готова, детям предлагается выбрать любимый цвет краски, и добавить ее в основу. Если нужен яркий тон краски, то гуаши добавляется много, если бледный – то немного. Таким же образом можно будет отрегулировать желание нескольких детей создавать один цвет. Он будет один, но разной интенсивности. Конечно, хорошо, если цвета не будут повторяться. Готовая краска выставляется в центр.*

 Детям раздается картон и под приятную музыку предлагается пальчиками, используя полученную краску, нарисовать что-нибудь. Это может быть и заданная тема. Психолог может отследить способы взаимодействия детей, их состояния и поведенческие реакции при изготовлении краски и рисовании. Когда работы будут готовы, можно сделать выставку с последующими комментариями.

 **Занятие № 9 «Коллектив и взаимодействие»**

***Упражнения «Парные физические действия»***

Навыки взаимосвязи и взаимодействия хорошо тренируются с помощью упражнений на парные физические действии. Участникам предлагается выполнить этюды:

- пилка дров,

- гребля,

- перемотка ниток,

- перетягивание каната и т.д.

Сначала эти упражнения представляются довольно простыми. Однако при их выполнении участникам необходимо помнить о согласованности действий и о целесообразности распределения напряжения.

Участники разбиваются на пары. Один из них будет Человеком, другой – его Тенью. Человек делает любые движения, Тень – повторяет. Причем особое внимание уделяется тому, чтобы Тень действовала в том же ритме, что и Человек. Она должна догадаться о самочувствии, мыслях и целях Человека, уловить все оттенки его настроения.

***Упражнение «Зеркало»***

Участники разбиваются на пары, становятся лицом друг к другу. Один из играющих делает замедленные движения. Другой должен в точности копировать все движения напарника, быть его «зеркальным отражением». На первых порах проработки задания ведущий накладывает некоторые ограничения на действия «оригинала»:

* не делать сложных движений, то есть не производить одновременно несколько движений;
* не делать мимических движений;
* выполнять движения в очень медленном темпе. Через некоторое время участники меняются ролями.

В ходе выполнения упражнения участники, работающие на «отражение», довольно быстро научаются чувствовать тело партнера и схватывать логику его движений. От раза к разу следить за «оригиналом» становится легче и все чаще возникает ситуация предвосхищения и даже опережения его действий. Это упражнение – очень хорошее средство для установления психологического контакта.

***Упражнение «Сиамские близнецы»***

Участники разбиваются на пары. Ведущий предлагает каждой паре представить себя сиамскими близнецами, сросшимися любыми частями тела: «Вы вынуждены действовать как одно целое. Пройдитесь по комнате, попробуйте сесть, привыкните друг к другу. А теперь покажите нам какой-нибудь эпизод из вашей жизни: вы завтракаете, одеваетесь и т.д.».

Упражнение тренирует навыки взаимосвязи и взаимозависимости в едином взаимодействии.

 ***Упражнение «Пластилиновая фантазия»***

Ведущий предлагает разделиться на 2 или 3 группы (дети могут сами составить свои группы). На столе имеются заранее заготовленные материалы: картон больших размеров, пластилин, различный бросовый материал (макароны, ракушки, крупа, нитки, палочки, мелкие игрушки и т.п.)

Детям в группах предлагается создать композицию из подручных материалов. Прежде всего картон необходимо замазать пластилином, чтобы на него накладывать различный материал для создания картины. Ведущий предупреждает участников групп, что они должны договариваться между собой и стараться, чтобы все принимали участие в создании картины: каждый должен нанести пластилин на основу и внести свои задумки в развитие сюжета на картине.

После завершения творческого процесса, детям каждой группы предлагается рассказать о своем шедевре.

Обсуждение: насколько комфортно было работать в группе, в чем возникали трудности, получалось ли совместное творчество, если нет, то почему?

 **Занятие № 10 «Сказка нашей группы»**

 *Материалы:* большой лист ватмана; краски, кисти; спокойная музыка.

 Ведущий говорит: «Сегодня мы с вами превратимся в волшебников. Мы сами будем создавать Сказочную страну, придумывать героев и сочинять те удивительные истории, которые с ними приключились. Для этого мы возьмем волшебный лист бумаги, положим его на середину. Каждый из вас («волшебников») поставит рядом с собой краски, кисти
и воду. Теперь по очереди, каждый понемногу, мы будем рисовать Сказочную страну. Но сначала закройте глаза и представьте ее. Каждый из вас, конечно, делает это по-своему, когда нарисует задуманное, получится Настоящая Волшебная страна... А теперь откройте глаза, начинаем рисовать».

 Важно внимательно следить за тем, чтобы на первом этапе участники группы рисовали, не мешая друг другу. Необходимо создать такую атмосферу, в которой члены группы с интересом наблюдают, как и что рисуют другие. Хорошо, когда процесс рисования происходит под музыку.

 Когда каждый нарисует свой кусочек Волшебной страны, предложите группе еще раз внимательно посмотреть на картину. Если группа захочет, можно дополнить рисунок. Однако у всех «волшебников» есть одно правило — не мешать друг другу.

 После того, как Сказочная страна нарисована, можно начать придумывать всем вместе, по очереди, что происходило в ней, что там сейчас и что там будет.

 Когда Сказочная страна нарисована, ведущий говорит: «В Сказочной стране обязательно кто-то живет. Сейчас закройте глаза и представьте жителей в созданной нами Сказочной страны. Что с ними происходит?» Участники группы закрывают глаза, играет музыка, примерно 1,5 минуты они представляют себе сказку. Затем ведущий может начать сказку, например, так: «В некотором царстве, в некотором государстве жили-были...». Далее ведущий показывает глазами какому-либо человеку, чтобы он продолжал. Таким образом, все по очереди придумывают сказку, которая могла произойти в нарисованной Стране. Если сюжет заходит
в тупик, ведущий может помочь в развитии повествования. В случае, когда сказке явно не хватает интриги или приключений, можно использовать «эффект неожиданности». Например, «но вдруг... почернело все вокруг, загрохотало и...», или «и вот, все так быстро переменилось, и они увидели...». Важно, чтобы эти слова были сказаны очень эмоционально, тогда вашу идею подхватят и разовьют. Если вы чувствуете, что группе никак не закончить сказку, помогите. Сказка тогда запомнится, когда она будет не слишком длинной и иметь хороший конец.

 Для поддержки ведущий может сказать: «Да-а, вы настоящие волшебники! Вы не только нарисовали сказку, но и оживили ее. Каждый из вас в свободное время может сочинить сказку или история про нашу общую страну.»

 *Процесс группового рисования дает важную информацию о том, как распределились роли в группе: кто лидер, кто ведомый, кто стремится привлечь к себе общее внимание, кто желает быть в тени, кто хочет навязать свое, а кто прислушивается к окружающим. Кроме того, наблюдение за процессом рисования дает информацию о сплоченности группы. Если рисуют изолированно (не стремятся «вписать» свой рисунок к предыдущим рисункам), то, скорее всего, можно говорить о некоторой враждебности в группе или настороженности, или же о том, что участники группы эгоцентричны. Наблюдая за процессом рисования, вы увидите, какие скрытые взаимодействия существуют между ними.
И, конечно же, совместное творчество (особенно направленное на создание сказки) может примирить даже «закоренелых врагов».*

Групповая рефлексия по итогам занятия.

*Приложение № 1*

**Методика исследования личности «Дом-дерево-человек»**

 Методика предложена Дж. Баком в 1948 г., заключается в том, что обследуемый должен нарисовать дом, дерево и человека. Выбор объектов для рисования автор обосновывает тем, что они знакомы каждому обследуемому, наиболее удобны для рисования и, наконец, сти­мулируют более свободные словесные высказывания, нежели другие объекты. По мнению Дж. Бака, каждый рисунок — это своеобразный автопортрет, детали которого имеют личностное значение.

 **По рисунку можно судить об аффективной среде лич­ности, ее потребностях, уровне психоэмоционального развития и т. д.**

 Особым способом интерпретации может быть порядок, в котором выполняется рисунок дома, дерева и человека. Если первым нарисовано дерево, значит, основное для человека — жизненная энергия; если первым рисуется дом, то на первом месте — безопасность, успех или, наоборот, пренебрежение этими понятиями.

 *Прежде чем начать пользоваться каталогом, целесообразно прочитать весь его материал. Это сэкономит время и поможет выработать нужную ориентировку в поисках позиций.*

**Каталог состоит из общего для всех трех рисунков раздела и разделов, предназначенных для интерпретации каждого по отдельности.** Например, если линия основы сходна во всех трех рисунках, ин­терпретацию ее скорее всего нужно искать в общем разделе. Но иногда ту же позицию можно найти в двух разделах. Тогда для более совершенной интерпретации нужно учесть оба варианта.

*Инструкция:* на отдельных листах последовательно нарисуй­те: а) дом, б) дерево, г) человека.

**КАТАЛОГ**

**Общий раздел**

*Облака* — общая тревога, связанная с нарисованной ситуацией.

*Цвет* — пока используется реалистично и конвенциональ­но, он не имеет патоморфного или патологического значения. С уменьшением этой особенности цвет приобретает все большее значение. Специфические интерпретации света должны прово­диться с большой осторожностью.

*Выбор цвета* — чем дольше, неувереннее и тяжелее клиент подбирает цвета, тем более вероятно наличие личностных на­рушений.

*Цвет желтый* — сильные признаки враждебности. Конвен­циональное использование этого цвета в основном ограничи­вается изображениями внутри дома. В этом случае, обозначая ночь или ее приближение, желтый цвет выражает переживание враждебности среды и необходимость скрывать свои действия от окружающих.

*Желтый цвет* во всем рисунке — очень сильное чувство враж­дебности по всем социальным связям и отношениям.

*Цвет оранжевый* — патоморфная комбинация чувстви­тельности и враждебности (если цвет употреблен неконвеционально).

*Цвет красный* — наибольшая чувствительность, потребность теплоты из окружения. Некоторые этот цвет называют эроти­ческим.

*Цвет пурпурный* — сильная потребность власти, никогда не применяется конвенционально ни к дереву, ни к дому.

*Цвет зеленый* — потребность иметь чувство безопасности, оградить себя от опасности. Это положение является маловаж­ным при использовании зеленого цвета для ветвей дерева или крыши дома.

*Цвет синий* — определенный депрессивный фон настроения. Улавливается потребность к самоконтролю и его тренировке.

*Цвет черный* — депрессивный фон настроения. Застенчи­вость, пугливость. Сильные оппозиционные тенденции с потенциальной агрессивностью. Агрессивность может быть на­правлена и не направлена вовне.

*Цвет черно-синий, комбинированный* — шизоаффективный тип реакции.

*Цвет коричневый* — если штрихование коричневым цветом не применяется конвенционально (например, ствол дерева, сте­ны дома, волосы человека), то оно указывает на осторожность и несозревшую (недостаточно развитую) реакцию на эмоцио­нальные стимулы.

*Цвет, штрихование (тени)* — интенсивное на переднем пла­не и на фоне — тревога, но в рамках реальности.

*Цвет, штрихование 3/4листа* — нехватка контроля над выра­жением эмоций.

*Штриховка, выходящая за пределы контура,* — тенденция к импульсивному ответу на дополнительную стимуляцию.

**Детали**

Здесь важно их знание, способность оперировать ими и приспособиться к конкретным практическим условиям жиз­ни. Исследователь должен заметить степень заинтересованно­сти субъекта такими вещами: степень реализма, с которым он их воспринимает; относительную значимость, которую он им придает; способ соединения этих деталей в совокупность.

*Детали существенные* — отсутствие существенных деталей в рисунке субъекта, который, как известно, сейчас или в недав­нем прошлом характеризовался средним или более высоким интеллектом, часто показывает интеллектуальную деградацию или серьезное эмоциональное нарушение.

*Избыток деталей* — «неизбежность телесности» (неумение ограничивать себя) указывает на вынужденную потребность направить всю ситуацию на чрезмерную заботу об окружении. Характер деталей (существенные, несущественные или стран­ные) может послужить для более точного определения специ­фичности чувствительности.

*Лишнее дублирование деталей* — субъект, скорее всего, не уме­ет входить в тактичные и пластичные контакты с людьми.

*Организация деталей* — если трудности организации обнару­живаются в каждом рисунке, можно подозревать более сильное эмоциональное или органическое нарушение (или оба вместе).

Если сложности организации встречаются лишь в одном ри­сунке, очень может быть, что нарушение функционального по­рядка и связано с изображаемой на рисунке ситуацией.

Если во всех трех рисунках организация деталей удовлетво­рительна, то личностная структура субъекта достаточно устой­чива.

*Стирание или перерисовка* — если перерисовка более совер­шенна — это хороший знак.

*Стирание с последующей порчей (ухудшением) рисунка ука­зывает на:*

1)     наличие сильной эмоциональной реакции на рисуемый объект или на то, что он символизирует для субъекта;

2)  наличие злокачественного органического фактора;

3)  наличие обоих вариантов.

*Стирание без попытки перерисовать (исправить)* говорят о наличии у субъекта внутреннего конфликта с деталью, подверг­шейся стиранию, или с тем, что она символизирует.

*Видимая усталость* — депрессивное настроение с возмож­ным сопровождением снижающего работоспособность фактора.

*Линия основы (земли)* — незащищенность. Представляет со­бой необходимую точку отсчета (опоры) для конструирования, целостности рисунка. Придает рисунку стабильность. Основу чаще рисуют под домом и деревом, реже — под человеком.

*Контур земли очень жирный, толстый* — чувство тревоги, бес­покойство в рамках реальности.

*Контур земли, спускающийся от центра рисунка в стороны и вниз,* — чувство изоляции и незащищенности; зависимость от матери; потребность к эксгибиционизму (зависит от размеров рисунка и от комментариев испытуемого).

*Контур земли, спускающийся вправо вниз,* — ожидание неяс­ного и опасного будущего, тревожность (интенсивность тревоги показывает крутизна наклона).

*Контур земли, поднимающийся направо вверх,* — присутствие в будущем вынужденных усилий и борьбы (интенсивность за­висит от крутизны подъема).

*Контур кривой, изогнутый* — обычно хороший признак, но может означать и отвращение к ограничениям и конвенциям при сильной выраженности.

*Контур, неясно очерченный в отдельных деталях* — нежелание субъекта выставлять эту деталь из-за ее актуальности или сим­волической значимости.

*Жирный контур в целом* — генерализованное чувство неадек­ватности вместе с нерешительностью, колебанием, со страхом проигрыша. Если контур от «дома» к «человеку» становится все тоньше, — генерализованная тревога (или депрессия).

*Контур жирный только по бокам* — субъект стремится сохра­нить личностное равновесие. Стремление это осознается как неприятное и сопровождается физическим напряжением.

*Контур толстый в отдельных деталях* — фиксация на данном объекте (детали). Скрытая или явная враждебность к таким об­разом нарисованному объекту или тому, что он символизирует, в сопровождении тревоги.

*Контур толстый во всех рисунках* — можно подозревать ор­ганическое заболевание.

*Контур толстый в одном из рисунков* — генерализованное на­пряжение.

*Контур эскизный, применяемый постоянно* — в лучшем случае мелочность, стремление к точности. В худшем — патоформный знак, указывающий на неспособность к четкой позиции.

*Рисунки, выполненные легко, без лишней мелочности* — способ­ность к равновесию со средой.

*Рисунки мелочные, щепетильные* — обессивно-компульсивные тенденции.

*Помещение рисунка внизу листа* — генерализованное чувство незащищенности. Депрессивный фон настроения (чем меньше рисунок, чем тоньше контур, тем сильнее он выражен).

*Рисунок выходит за левый край листа* — фиксация на про­шлом и страх перед будущим. Чрезмерная озабоченность сво­бодными откровенными эмоциональными проявлениями. Склонность к импульсивному поведению.

*Выход за правый край листа* — желание убежать в будущее, чтобы избавиться от прошлого. Страх перед открытыми сво­бодными переживаниями. Стремление сохранить жесткий кон­троль.

*Выход за верхний край листа* — ограничение пространства с вытекающей из этого повышенной чувствительностью. Подраз­умеваются сильные агрессивно-реактивные тенденции (скры­ваемые или нескрываемые).

*Помещение рисунка в верхней части листа* — склонность фиксации на мышлении и фантазиях как на источнике наслаждений (которые таким образом могут быть получены и не получены).

*Поворачивание листа* — агрессивные или негативистические тенденции. Патоформные, если поворачивание повторяется; персеверация, если лист поворачивается все время в одну сто­рону.

*Перспектива* — по тому, как субъект ее строит, можно узнать много ценного об установках, взглядах, чувствах субъекта; о более широких и сложных его отношениях с действительнос­тью, с другими людьми, о его способе оперирования этими от­ношениями.

*Перспектива, интеллектуальные ее аспекты* — умение субъ­екта более тонко оценивать среду и отношения с окружающими.

*Перспектива, профиль в обратном направлении обычному* — указывает на обнаружение у себя субъектов противоречивых импульсов и сознательное стремление подавлять их или субли­мировать.

*Перспектива, рисунки абсолютно в профиль* (это касается дома, повернутого боком к зрителю, дверей, человека, изобра­женного только с одной рукой или ногой) — нежелание прямо, непосредственно принимать окружение (например, смотреть в глаза). Определенное желание отрешиться, скрыть свое «я». Стремление общаться только по собственному стилю.

*Перспектива, абсолютно беспрофильные рисунки (анфас)* — если все рисунки исполнены в анфас, это характеризует субъек­та как прямого, бескомпромиссного, стойкого. Такая установка может оказаться формированием реакций на глубинное чувство незащищенности.

*Перспектива, рисунок изображен вдали* — желание отрешить­ся, уйти от конвенционального общества. Чувство изоляции, отверженности.

*Помещение рисунка над центром листа* — чем выше рисунок над центром, тем больше вероятность, что:

1)  субъект чувствует тяжесть своей борьбы и относительную недостижимость цели;

2)  субъект склонен искать удовлетворение в фантазиях (вну­тренняя напряженность);

3) субъект склонен держаться в стороне.

*Помещение рисунка точно в центре листа* — незащищен­ность и ригидность (прямолинейность). Потребность заботли­вого контроля ради сохранения психического равновесия.

*Помещение рисунка ниже центра листа* — чем ниже центр ри­сунка по отношению к листу, тем:

1) субъект чувствует себя небезопасно и неудобно, и это соз­дает у него депрессивное настроение;

2) субъект чувствует себя ограниченным, скованным реаль­ностью.

*Помещение рисунка по левой стороне листа* — акцентирование прошлого; импульсивность; экстратенсивность. Возможен из­лишек женских чувств (или женская идентификация).

*Помещение рисунка в левом верхнем углу листа* — интратенсивность. Субъект явно тревожен и регрессирует (если только нет врожденной умственной отсталости). Склонность избегать новых переживаний, желание уйти в прошлое или углубиться в фантазии.

*Помещение рисунка на правой стороне листа* — интратенсивность. Субъект склонен искать наслаждения в интеллек­туальных сферах. Контролируемое поведение. Акцентирова­ние будущего. Возможен излишек мужских черт или мужская идентификация.

**Пропорция**

*Реалистичность и соотношение пропорции* деталей в рисун­ке раскрывает ценности, приписываемые субъектом объектам, ситуациям, людям, которые репрезентируют их изображения актуально или символически.

*Пропорция, интеллектуальные ее аспекты*. Ее решение по­казывает стиль мышления или планирования (в основном в связи с непосредственными конкретными особенностями объ­ектов).

*Пропорция, использование минимума деталей* — возможно, что субъект, ориентирующийся в пространственно-ориентационных отношениях, но использующий только минимум деталей, имеет тенденции:

1)  сторониться, отрешаться;

2)  не уважать нормальные конвекционные ценности. Субъект, демонстрирующий неполноценное понимание этих отношений и использующий при этом минимум деталей, может оказаться умственно неполноценным или страдать от значи­тельного интеллектуального ослабления (обратимого или не­обратимого).

*Постоянно пониженная психомоторика* — подозрение о на­личии органического фактора, угнетающей тревоги или тяже­лой депрессии.

*Явно повышенная психомоторика* — чрезмерное волнение на­ряду с ослаблением торможения.

*Перерисовка без предыдущего стирания незавершенного рисун­ка* — негативистическая реакция субъекта.

*Дополнение общего плана* — необузданная тревога, страх перед потерей контроля.

*Дополнение специфичное* — фиксация на дополнительном объекте (отображается актуально или символически). Часто сопровождается тревогой.

*Рисование неуверенное, часть за частью.* Неуверенность, воз­никающая из-за неумения представить себе весь рисунок в це­лом, и отсутствие (потеря) чувства равновесия. Свойственно ор­ганикам и людям, находящимся в состоянии сильной тревоги.

*Солнце* — символ авторитарной фигуры. Часто воспринима­ется как источник тепла и силы, уподобляется отцу или матери, или значимому в жизни человеку.

*Погода* (какая погода изображена) отражает переживания субъекта, связанные со средой в целом. Скорее всего, чем хуже, неприятнее погода изображена, тем вероятнее, что субъект вос­принимает среду как враждебную, сковывающую. Прежде чем инструктировать, надо выяснить отношение субъекта к изобра­жаемой погоде.

*Ограничение рисунка в целом* — чувство несоответствия или неадекватности.

*Перспектива, рисунок изображен вдали* — желание отойти от конвенциального общества; чувство изоляции, отверженности. Явная тенденция отграничиться от окружения. Желание отвер­гнуть, не признать этот рисунок или то, что он символизирует.

**Дом**

Дом. Дома, каковы они сейчас. Какими бы их хотел видеть субъект. Не нравившиеся в прошлом дома. Хорошие дома в про­шлом. Мнение субъекта о семье или его интерпретации семьи по отношению к нему. Автопортрет.

*Дом, антропоморфное его понимание.* Должна подозреваться органика. (Исключение — маленькие дети и случаи врожден­ного слабоумия).

*Дом грозный, старый, развалившийся.* Иногда субъект может таким образом выразить отношение к самому себе.

*Дом вдали.* Чувство стремления и отвергнутое  (отвержен­ности). Субъект не в состоянии уладить ситуацию дома. Недо­ступность. Если «нарисованное» отношение совершенно про­тивоположно, может иметь место серьезный дефект оценки реальности.

*Дом вблизи.* Открытость, доступность или/и чувство тепло­ты и гостеприимности.

*Разные пристройки.* Агрессия, направленная против факти­ческого хозяина дома, или бунт против того, что субъект счита­ет искусственными, культурными, стандартными. Если субъект рисует туалет около дома, можно предполагать наличие уре­трального или/и анального интереса (преокупация).

*Труба.* Фаллический символ, если субъект показывает его ценностную значимость. Эмоциональная зрелость и равнове­сие. Символ (признак) теплоты в интимных отношениях.

*Отсутствие трубы.* Субъект чувствует нехватку психологи­ческой теплоты дома; испытывает трудности при столкновении с символом мужского пола.

*Труба почти невидима (спрятана)* — нежелание иметь дело с эмоциональными воздействиями. Страх перед кастрацией.

*Труба, ее акцентируемость.* Сосредоточение внимания на признаках мужского пола. Чрезмерное беспокойство о тепле.

*Труба слишком большая.* Чрезмерное беспокойство насчет сексуальных дел и потребность демонстрировать мужскую силу Эксгибиционистские тенденции.

*Труба нарисована косо по отношению к крыше* — норма для ребенка. Слабоумие или значительная регрессия, если обнару­живается у взрослых.

*Цвет, т. е. раскрашенные детали.* Обычно раскрашиваются крыша и труба. Если раскрашиваются другие объекты, за ис­ключением трубы и крыши, исследователь должен постараться узнать причину этого.

*Цвет, конвенциональное, обычное его использование.* Зеленый для крыши. Коричневый для стен. Желтый цвет, если употре­бляется только для изображения света внутри дома, тем са­мым изображая ночь или ее приближение, выражает чувства субъекта, что: 1) среда к нему враждебна; 2) его действия долж­ны быть скрыты от посторонних глаз.

*Количество используемых цветов.* Хорошо адаптированный, незастенчивый, эмоционально не обделенный субъект исполь­зует не меньше двух и не больше пяти цветов.

Субъект, раскрашивающий дом 7—8 цветами, в лучшем слу­чае является очень лабильным. Использующий всего один цвет — боится эмоционального возбуждения.

*Детали, их искажения.* Обычно символизируют агрессивную враждебность, иногда частично интернализированную. Враж­дебность направлена против целого рисунка или искаженных деталей (актуально или символично воспринимаемых).

*Детали необходимые (существенные).* Не меньше одной две­ри (если не изображен только один бок дома), одно окно, одна стена, крыша, груба или другие построения для выхода дыма (если это не постройка в тропиках). Отсутствие трубы может оправдать то, что дом нарисован полуразрушенным.

*Детали не необходимые (см. также отдельные детали: кусты, дорожка и т. д.).* Субъект испытывает потребность как можно полнее и подробнее устроить свое окружение по собственному вкусу, демонстрируя этим чувство неадекватности и незащи­щенности. Чем больше лишних деталей, тем она интенсивнее. Чрезмерная озабоченность средой при недостаточной внима­тельности к самому себе. Впрочем, чем второстепенные детали лучше организованы и теснее, непосредственнее связаны с до­мом, тем больше похоже, что беспокойство субъекта находит нужную направленность и с успехом контролируется.

*Лишние детали:* горизонтальная линия, отделяющая первый этаж от второго, указывает на крайнюю конкретность с возмож­ной органикой или концентрированием внимания над соматикой. Могут подозреваться психосоматические заболевания.

*Двери, их отсутствие.* Субъект испытывает патоформные трудности при стремлении раскрыться перед другими (особен­но в домашнем кругу).

*Двери, одни или несколько, задние или боковые.* Отступление, отрешенность, избежание (особенно, если субъект показывает значимость этих дверей для него).

*Двери, одни или несколько, парадные.* Первый признак откро­венности, достижимости. Изображают непосредственные спо­собы входа и выхода.

*Дверь, нарисованная последней по очереди деталь.* Антипатия к межперсональным контактам. Тенденция уединения от ре­альности.

*Двери открытые.* Если дом жилой, это сильная потребность к теплу извне или стремление демонстрировать доступность (откровенность).

*Двери боковые, одни или несколько.* Отчуждение, уединение, избежание реальности. Значительная неприступность.

*Двери очень большие.* Чрезмерная зависимость от других или стремление удивить своей социальной коммуникабельностью.

*Двери очень маленькие.* Нежелание пускать в свое «Я». Чув­ство несоответствия, неадекватности и нерешительности в со­циальных ситуациях.

*Двери с огромным замком* — враждебность, мнительность, скрытность, защитные тенденции.

*Двери с большими шарнирами* — враждебность, мнительная скрытность, защитные тенденции.

*Печь, косвенная акцептация.* Приятное тепло или открытая враждебность по отношению к ситуации дома.

*План дома* (проекция сверху) вместо самого дома. Серьезный конфликт дома. Если план хорошо изображен, можно подозре­вать наличие паранойяльных идей. Если план неудачный — воз­можна органика.

*Опора фундамента* (например — колонны) необычайно вы­соки. Подозревается органика.

*Помещение рисунка внизу листа.* Генерализованное чувство неуверенности, не безопасности. Часто сопряжено с опреде­ленным временным значением:

правая сторона — будущее, левая — прошлое;

*Помещение рисунка в верхней части листа.* Редко встречает­ся в рисунке «дом». Указывает на какое-то хаотическое бегство от реальности.

*Крыша.* Сфера фантазии.

*Крыша и труба, сорванные ветром.* Символически выражают чувство субъекта, что им повелевают независимые от собствен­ной воли силы.

*Крыша, жирный контур, не свойственный всему рисунку.* Фик­сация на фантазиях как источнике удовольствия, обычно сопро­вождаемая тревогой.

*Вместо дома — только крыша и забор.* Патологически скудный контакт с реальностью. Указание на возможную деструкцию Эго.

*Крыша, тонкий контур края.* Переживание ослабления кон­троля фантазии.

*Крыша, толстый контур края.* Чрезмерная озабоченность контролем над фантазией (ее обузданием).

*Крыша, плохо сочетаемая с нижним этажом.* Плохая лич­ностная ориентация.

*Крыша слишком большая.* Поиск наслаждения в фантазиях.

*Крыша, покрывающая подобие стены.* Предположение, что субъект живет больше в мире фантазии.

*Карниз крыши,* его акцентирование ярким контуром или прод­лением за стены. Усиленно защитная (обычно с мнительнос­тью) установка.

*Перспектива «над субъектом» (взгляд снизу вверх).* Чувство, что субъект отвергнут, отстранен, не признан дома. Или субъ­ект испытывает потребность в домашнем очаге, который счита­ет недоступным, недостижимым. Склонность к ограниченным контактам с окружающими.

*Перспектива «под субъектом» (взгляд с птичьего полета).* Отрицание (непризнание) нарисованного дома. Непризнание свойственного многим людям поклонения домашнему очагу.

*Перспектива (признаки потери перспективы).* Субъект пра­вильно изобразил один конец дома, но в другом рисует верти­кальную линию крыши и стены — не умеет изобразить глубину.

Этот признак встречается исключительно у лиц мужского пола и свидетельствует о начинающихся сложностях интегри­рования, страхе перед будущим (если вертикальная боковая линия находится справа) или желании забыть прошлое (линии слева).

*Перспектива тройная (трехмерная).* Субъект рисует, по мень­шей мере, четыре отдельные стены, из которых даже двух нет в том же плане. Чрезмерная озабоченность мнением окружающих о себе. Стремление иметь в виду (узнать) все связи, даже незна­чительные, все черты.

*Профиль абсолютный.* Можно предположить наличие острой параноидной реакции по отношению к дому (или интимным интерперсональным отношениям).

*Дорожка,* хорошие пропорции, легко нарисована. Показывает, что индивид в контактах с другими обнаруживает такт и само­контроль.

*Дорожка очень длинная.* Уменьшенная доступность, часто со­провождается потребностью более адекватной социализации.

*Дорожка очень широкая* в начале и сильно сужающаяся у дома. Попытка замаскировать желание быть одиноким, сочетающе­еся с поверхностным дружелюбием.

*Прозрачные стены.* Компульсивное влечение, потребность влиять на ситуацию (владеть, организовывать), насколько это возможно. Умственно неполноценный субъект, изображающий больше невидимых (внутренних) деталей, чем видимых, де­монстрирует этим чувство неадекватности в опасных для него ситуациях. В случае нормального интеллекта — серьезный де­фект способности к критическим соображениям и оценке ре­альности.

*Стена, отсутствие ее основы.* Слабый контакт с реальностью (если рисунок помещен внизу), чувство ирреальности.

*Стена с акцентированным контуром основы.* Тревога в рамках действительности. Субъект при попытке вытеснить в подсозна­ние оппозиционные тенденции испытывает трудности.

*Стена: контурные линии слишком акцентированы.* Сознатель­ное стремление сохранять контроль.

*Стены не соединенные.* Подозревается органика с вероятной потерей контроля над примитивными инстинктами.

*Стена и крыша вместе.* Границы Эго. Силу Эго показывает стиль изображения.

*Стены и крыша, их границы.* Границы личности, их характер показывает силу и пластичность этих границ.

*Стена: боковой контур слишком тонок и неадекватен.* Предчув­ствие (угроза) катастрофы, чувство ослабленного контроля Эго.

*Задняя стена,* изображенная в другой стороне, чем обычно, вы­являет сознательные попытки самоконтроля, приспособления к конвенциям, но вместе с тем и наличие сильных враждебных тенденций.

*Контур задней стены* значительно толще (ярче) по сравнению с другими деталями. Субъект стремится сохранить (не потерять) контакт с реальностью.

*Деревья.* Часто символизируют различные лица. Если они как будто прячут дом, может иметь место сильная потребность зависимости или/и доминирования родителей.

*Кусты* иногда символизируют людей. Если они тесно окружают дом, может иметь место сильное стремление оградить себя защитными барьерами.

*Кусты* хаотично разбросаны по обе стороны дорожки. Указы­вает на незначительную тревогу в рамках реальности и созна­тельное стремление контролировать ее.

*Дым валит то вправо, то влево.* Патологический дефект в оценке окружающего.

*Дым валит влево*. Пессимистичный взгляд на будущее.

*Дым очень густой.* Значительное внутреннее напряжение (интенсивность по густоте дыма).

*Дым тоненькой струйкой.* Чувство не­достатка эмоциональной теплоты дома.

*Ступеньки, ведущие в глухую стену* (без дверей). Отражают кон­фликтную ситуацию, вредящую правильной оценке реальности. Неприступность субъекта (хотя он сам может страстно желать свободного сердечного общения). Можно подозревать органику.

*Прозрачный, «стеклянный» ящик.* Символизирует пережи­вание выставления себя всем на обозрение. Его сопровождает желание демонстрировать себя, но ограничиваясь лишь визу­альным контактом.

*Окно(а).* Способы контактирования (менее непосредственны и прямы по сравнению с дверьми). Еще один признак доступ­ности, открытости.

*Отсутствие окон.* Враждебность, отчужденность.

*Отсутствие окон на первом этаже.* Враждебность, отчуж­денность.

*Окна:* нет на нижнем, но имеются на верхнем этаже. Про­пасть между реальной жизнью и жизнью в фантазиях.

*Окна с занавесками.* Отчужденность, «резервная» доступ­ность. Если занавески или ставни не закрыты, Имеет место со­знательно контролируемое взаимодействие, сопровождающе­еся тревогой.

*Акцентирование окон путем дополнения, без излишней дета­лизации.* Озабоченность взаимодействием. Частичная причина озабоченности — фиксация.

*Окна: первый этаж нарисован в конце.* Отвращение к межпер­сональным отношениям. Тенденция отчуждения от действи­тельности.

*Окна сильно открытые.* Субъект ведет себя несколько развяз­но и прямолинейно. Множество окон показывает готовность к контактам, а отсутствие занавесок — отсутствие стремления скрывать свои чувства.

*Окна сильно закрытые* (занавешенные). Озабоченность вза­имодействием со средой (если это значимо для субъекта). Если занавески нарисованы легко, спонтанно, субъект способен к субтильным (рафинированным) контактам в домашнем кругу.

*Окна с закрытыми ставнями.* Субъект в состоянии субтильно приспособиться в интерпервональных отношениях.

*Окна распахнуты.* Если в доме кто-нибудь живет — большая доступность или желание ее. Если в доме никто не живет — сла­бость самозашиты Эго. В некоторых случаях недостаточность контроля может достигнуть патоморфного уровня.

*Окна-треугольники.* Излишняя озабоченность женскими по­ловыми органами, если изображение окна значимо.

*Окна с замками*. Враждебность, замкнутость.

**Дерево**

*Дерево — базовый автопортрет.* Неосознанный автопортрет субъекта в целом. Неосознаваемая картина развития субъекта, включающая его обычную чувствительность к воздействиям и способы реагирования на них. Отношение субъекта к опреде­ленному лицу. Ассоциации с жизненной ролью субъекта, его способностью получать удовлетворение от своей среды.

*Дерево: одно или группа.* Ответы на этот вопрос не являются очень значимыми (если они не слишком эмоционально окраше­ны). Если ответ значимый, одно дерево выражает чувство изоля­ции (или потребность общения), а группа может иметь дополнительное значение к переживанию доминирования других.

*Множественность деревьев* (несколько деревьев на одном ли­сте) — детское поведение, испытуемый не следует инструкции.

*Дерево мертвое.* Редко встречается в рисунках неплохо при­способленных субъектов. Показатель переживания физической неполноценности, психологической неадекватности, пустоты, вины и т. п.

*Дерево, погибшее от паразитов, червей, болезней или бури.* Субъект считает среду (или кого-нибудь из среды) виновной в его трудностях.

*Дерево, погибшее из-за лишения корней, ветвей или ствола.* Чувство разрушенности, растерянности, собственной непри­емлемости.

*Дерево, после гибели которого прошло некоторое время.* От­носительная длительность плохого приспособления или бес­помощности (неработоспособности).

*Дерево изображено фасадом (если оно символизирует человека).* Взгляд субъекта на позицию подразумеваемого лица.

*Дерево, изображенное как два одномерных дерева.* Серьезная патологическая расколотость аффекта и интеллекта.

*Дерево, его размеры.* Понимание субъектом его положения или представление желаемого положения (фактическое пове­дение может отличаться от них).

*Дерево маленькое.* Чувство малоценности и неадекватности. Желание уйти в себя, отрешиться.

*Дерево большое, не помещающееся на листе.* Субъект остро чувствует взаимоотношения со средой. Склонен искать наслаж­дение больше в деятельности, чем в воображении.

*Дерево, наклоненное влево.* Отсутствие равновесия из-за стремления к острому откровенному эмоциональному наслаж­дению и из-за импульсивного поведения. По отношению ко времени — привязанность к прошлому и страх перед будущим. Если дерево наклоняется влево от центра рисунка — более силь­ная выраженность данных тенденций.

*Дерево, наклоненное вправо.* Отсутствие равновесия из-за страха перед открытым выражением сильных эмоций вместе с переоценкой интеллекта.

*Дерево, предъявленное только как карандаш или кусочек мела.* Ригидность, конкретность мышления.

*Яблоня.* Обычно рисуют сильно зависимые от родителей дети. Часто изображается беременными или жаждущими ре­бенка женщинами. Падающие или упавшие с дерева яблоки символизируют переживания неприятия (отказа, отвержения) у ребенка.

*Ствол*. Понимание субъектом своих возможностей, сил.

*Ствол широкий у основания, быстро сужающийся.* Недостаток тепла и здоровой стимуляции в раннем опыте и вследствие это­го задержка созревания личности.

*Ствол самый узкий у основания.* Сильное стремление (борь­ба), несоответствующее силам субъекта, и отражение возмож­ного нарушения контроля Эго.

*Ствол одномерный с одномерными ветвями, не образующими системы.* Возможна сильно выраженная органика. Пережива­ния импотенции, бесплодности, слабости Эго, слабая согласо­ванность неадекватных сил в поисках удовлетворения.

*Ствол двухмерный с одномерными ветвями.* Успешное раннее развитие, но более позднее подвергнуто воздействию серьезных травмирующих факторов.

*Ствол мелкий.* Базовое чувство неадекватности и нелепости.

*Ствол необычно большой.* Чувство стеснения средой с тен­денцией агрессивного реагирования в действительности или в воображении (что поможет установить структура и размеры структуры ветвей).

*Ствол большой с маленькой листвой*. Неустойчивое личност­ное равновесие из-за фрустрации, возникшей в связи с неспо­собностью удовлетворять базовые потребности.

*Ствол неяркий, тонкий контур.* Чувство неадекватности, не­устойчивости, нерешительности Эго.

*Ствол с акцентированным периферическим контуром.* Созна­тельное стремление сохранить контроль.

*Ствол мертвый.* Чувство травмирующей потери Эго-контроля.

*Ствол сломанный, верхушка касается земли.* Выражает чув­ство субъекта, что он был полностью охвачен внутренними или внешними неконтролируемыми силами.

*Ствол склонен сначала влево, потом вправо.* Тенденция к ре­грессии, к импульсивному поведению с помощью сильного контроля и ориентировкой на будущее (в более позднем воз­расте).

*Ствол очень изящный, с огромной кроной.* Неустойчивое равно­весие из-за чрезмерного стремления к наслаждениям.

*Толщина ствола показывает, что дерево было значительно выше.* Наличие остротравмирующего эпизода в прошлом.

*Кора дерева* изображена достаточно обособленными извили­стыми вертикальными линиями. Возможность шизоидных черт у субъекта.

*Древесная кора легко нарисована.* Равновесие во взаимоот­ношениях.

*Древесная кора изображена мелочно, щепетильно.* Компульсивность и сильная озабоченность взаимоотношениями со сре­дой.

*Повреждения дерева.* Технический или физический опыт, травматичный для субъекта.

*Общая высота.* Нижняя четверть листа — зависимость, не­достаток веры в себя, компенсаторные мечты о власти; нижняя половина листа — менее выраженная зависимость и робость. Три четверти листа — хорошее приспособление к среде. Лист использован целиком — субъект хочет быть замеченным, рас­считывать на других, самоутверждаться.

*Высота кроны (страница делится на восемь частей):*

1/8 — недостаток рефлексии и контроля. Норма для ребен­ка четырех лет;

1/4 — способность осмысливать свой опыт и тормозить свои действия;

3/8 — хороший контроль и рефлексия;

1/2 — интериоризация, надежды, компенсаторные мечты;

5/8 — интенсивная духовная жизнь;

6/8 — высота кроны находится в прямой зависимости от ин­теллектуального развития и духовных интересов;

7/8 — листва занимает почти всю страницу — бегство в мечты.

*Острая вершина* — защищается от опасности, настоящей или мнимой, воспринимаемой как личный выпад; желание действо­вать на других; атакует или защищается, трудности в контактах; хочет компенсировать чувство неполноценности, стремление к власти; поиск безопасного убежища из-за чувства покинутости для твердого положения, потребность в нежности.

*Ветви.* Степень их гибкости, число, величина и степень их сплетения отражают взгляд субъекта на приспособление, до­ступность и способность к получению удовлетворения от среды.

*Ветви, абсолютная асимметрия.* Отражает амбивалентные чувства, неспособность к свободному доминированию любого действия (эмоционального или интеллектуального).

*Ветви обломанные, наклоненные и неживые.* Значимая для субъекта физическая или духовная травма.

*Ветви неживые.* Субъект не чувствует удовлетворения от раз­влечений.

*Ветви изображены штрихованием или закрашиванием.* Если они нарисованы легко и быстро, это показывает тактичное, но, скорее всего, поверхностное взаимодействие со средой.

*Ветви изображены иначе (не закрашены).* Оппозиционные тенденции.

*Ветви*: молодой росток из скудного ствола. Отказ от прежнего травмирующего убеждения, что нет смысла искать удовлетво­рения в своей среде. Возвращение сексуальных сил (возможно, если до этого имела место импотенция).

*Ветви, обращенные (или более четкие) влево.* Отсутствие лич­ностного равновесия из-за тенденции немедленно получить чувственное наслаждение (экстратенсивность).

*Ветви, обращенные вправо.* Отсутствие личностного равно­весия из-за тенденции отсрочить или избегать чувственных наслаждений, стремясь найти их вместо этого в умственных усилиях (и, если субъект низкого интеллекта, дальнейший кон­фликт на этой почве очевиден).

*Ветви, похожие на шипы (колючки).* Мазохистские тенденции.

*Структура веток.* Степень удовлетворения действительнос­тью. Сферы контактов.

*Листья двумерные, чрезмерно большие для веток.* Обессивно-компульсивные черты. Стремление под поверхностной приспо­собленностью спрятать глубинные ощущения неадекватности. Гиперкомпенсационные усилия уйти с головой в действитель­ность.

*Корни, уходящие в землю, ярко выраженные.* Сильное стрем­ление сохранить имеющееся восприятие действительности. Не­защищенность.

*Корни, напоминающие когти птицы и не проникающие в зем­лю.* Слабый контакт с реальностью. Параноидно-агрессивные черты.

*Корни тонкие, слабый контакт с землей.* Слабый контакт с реальностью.

*Корни мертвые.* Отсутствие или потеря внутреннего равнове­сия, что указывает на патоформные изъяны в восприятии дей­ствительности и в потребностях. Обессивные чувства, связан­ные с ранним опытом.

*Земля, ее прозрачность, изображение невидимых корней.* Платформная оторванность от реальности (исключение — детские рисунки). У взрослых подозревается органика (при интеллекте среднем или выше среднего).

*Контур земли в форме горы.* Так помещенное дерево отражает оральную фиксацию, часто связанную с потребностью в мате­ринской опеке. Если дерево маленькое, — выраженная зависи­мость от матери с переживанием изоляции и беспомощности. Если дерево небольшое, — сильная потребность к доминирова­нию и эксгибиционизму.

*Цвет:* конвенциальное его употребление. Зеленый — для веток, листьев. Коричневый — для ствола.

*Цвет, комбинация черного и зеленого.* Шизоаффективный тип реакции.

*Детали существенные.* Ствол и не менее одной ветки (за ис­ключением рисунка пня, который надо расценивать как ненор­мальный).

*Животное, выглядывающее из дупла в дереве.* Ощущение на­личия в личности патоформной, не поддающейся контролю части, имеющей разрушительные потенции, например навяз­чивое чувство вины.

*Тень.* Фактор, способствующий укреплению тревоги на со­знательном уровне. Недостаточные, неудовлетворительные для субъекта отношения в прошлом, которые отражаются на на­стоящем.

*Солнце, его положение.* Отношение между деревом и источни­ком тепла (или средой). Часто отражает переживание субъектом отношений с доминирующим в его окружении лицом.

*Солнце за деревом.* Иногда субъект может интерпретировать дерево как кого-то из своего окружения, препятствующего его отношениям с ценным для него человеком, или как субъекта, охраняющего кого-то от нежелательного лица.

*Солнце: туча между ним и деревом.* Отражает тревожные, неудо­влетворительные отношения между субъектом и каким-то лицом.

*Солнце, лучи его падают на дерево.* Потребность доминиро­вать или чувства доминирования другого.

*Солнце на севере.* Переживание холодной среды.

*Заходящее солнце.* Чувство депрессии.

*Солнце: дерево уклоняется от него.* Склонность избегать до­минирования кого-то, кто способствует травмирующему пере­живанию неадекватности.

*Солнце большое.* Острое переживание отношений с каким-то авторитетным лицом.

*Ветер.* Символизирует переживание субъекта, которое тяже­ло поддается контролю.

**Человек**

*Человек.* Точка зрения субъекта на его собственную персону (психологический и физический аспекты). Идеальный образ субъекта. Концепция сексуальной роли субъекта. Подход субъ­екта к межперсональным отношениям в целом или специфиче­ским взаимодействиям. Определенные специфические фобии, обессивные убеждения. Лицо, особо неприятное субъекту из его окружения. Лицо, особенно приятное из окружения. Лицо, по отношению к которому субъект амбивалентен.

*Человек — абсолютный профиль.* Серьезная отрешенность, замкнутость и оппозиционные тенденции.

*Профиль амбивалентный.* (Определенные части тела изобра­жены с другой стороны по отношению к остальным, смотрят в разные стороны). Особо сильная фрустрация со стремлением избавиться от неприятной ситуации.

*Человек:* видимые нарушения пропорций по отношению правой или левой стороны. Нарушения сексуальной роли. Отсутствие личностного равновесия.

*Человек без определенных частей тела.* Указывает на отвержение, непризнание человека в целом или его отсутствующих ча­стей (актуально или символично изображенных).

*Человек из палочек.* Часто встречается у психопатов или у тех, кому общение, с людьми в тягость.

*Движение.* Чем неприятнее, напряженнее, ожесточеннее, не­произвольнее движение, тем больше оно патоформно.

*Детали существенные.* Голова, туловище, две руки, две ноги. Исключая случаи, когда это объясняется субъектом или ког­да человек изображен в профиль. Также два глаза, два уха, нос, рот.

*Голова.* Сфера интеллекта (контроля). Сфера воображения.

*Голова.* В рисунке выражена антипатия к голове. Выражает увиливание и избежание, иногда вину. Стремление установить условия приемлемости субъекта другими.

*Голова, акцентирование ее периферийных контуров.* Значи­тельные усилия сохранить контроль с целью скрыть возбужде­ние фантазии и возможные обессивные или бредовые идеи.

*Голова большая.* Неосознанное подчеркивание убежденно­сти о значении мышления в деятельности человека. Подчерки­вание воображения как источника наслаждений. Если голова непропорционально велика по отношению к туловищу, подо­зревается органика.

*Голова маленькая.* Часто встречается в рисунках обсессивных, компульсивных индивидов. Желание отвергнуть контроль разу­ма, который не дает удовлетворять телесные влечения. Стремле­ние обессивной личности к отрицанию болезненных пережива­ний и вины. Переживание интеллектуальной неадекватности.

*Голова обращена затылком.* Патогномическая отрешенность, отчужденность, аутизм параноидального шизоида.

*Лицо подчеркнуто*. Сильная озабоченность отношениями с другими, своим внешним видом. Если субъект старается при­дать лицу счастливое выражение, наверное, он чувствует по­требность сохранять нужное (ожидаемое) лицо.

*Черты лица* (включают глаза, уши, рот, нос). Это рецепторы внешних стимулов. Сенсорный контакт с действительностью.

*Глаза не прорисованы.* Возможны зрительные галлюцина­ции.

*Глаза изображены как пустые глазницы.* Значимое стремление избегать визуальных стимулов. Враждебность.

*Глаза закрыты или спрятаны под полями шляпы.* Сильное стремление избегать неприятных визуальных воздействий.

*Нос: положение на месте.* Незащищенность (базовая, специ­фичная или временная).

*Зубы, выдающиеся вперед.* Агрессия (обычно только в рече­вом плане).

*Уши подчеркнуты, при этом лицо не закончено*. Возможны слуховые галлюцинации. Иногда встречаются у хорошо при­способленных умственно отсталых или у маленьких нормаль­ных детей.

*Уши слишком подчеркнуты.* Возможны слуховые галлюцина­ции. Встречается у особо чувствительных к критике.

*Уши маленькие.* Стремление не принимать никакой крити­ки, заглушить ее.

*Волосы.* Признак мужественности (храбрости, силы, зрело­сти) и стремление к ней.

*Волосы сильно заштрихованы.* Тревога, связанная с мышле­нием или воображением.

*Волосы не заштрихованы (не закрашены)*, обрамляют голову, как клещи. Субъектом управляют враждебные чувства.

*Волосы длинные и не закрашенные.* Сильно амбивалентные фантазии о сексуальных влечениях.

*Борода, усы.* Признак потребности демон­стрировать мужественность.

*Шея.* Орган, символизирующий связь между сферой контро­ля (головой) и сферой влечений (телом). Таким образом, это их координационный признак.

*Шея.* Основной контур, пропуск, с профиля. Неуправляемые основные телесные влечения, слабость контроля. Шея длинная и тонкая. Шизоидные черты.

*Шея пропущена.* Субъект находится под властью своих телесных влечений, часто полностью его увлекающих.

*Туловище.* Местонахождение базовых потребностей и вле­чений.

*Отсутствие туловища.* Отрицание телесных влечений. По­теря схемы тела.

*Туловище длинное и узкое.* Шизоидные черты.

*Туловище слишком крупное.* Наличие большого числа неудо­влетворенных, остро осознаваемых субъектом потребностей.

*Туловище ненормально маленькое.* Отрицание телесных влече­ний или чувство унижения, малоценности.

*Плечи, их размеры.* Признак физической силы или потреб­ности во власти.

*Плечи мелкие.* Ощущение малоценности, ничтожности.

*Плечи чрезмерно крупные.* Ощущение большой силы или чрез­мерная озабоченность силой и властью.

*Плечи неравные.* Нет внутреннего равновесия. Меньшее плечо больше похоже на женское, большее на мужское.

*Плечи слишком угловатые.* Признак чрезмерной осторожно­сти, защиты.

*Плечи изящно нарисованы, округлены.* Выражение ровной, пластичной, довольно хорошо уравновешенной силы.

*Груди очень подчеркнуты.* Психосексуальные отклонения и фиксации, незрелость. Зависимость от матери.

*Соски: численность, разнообразие, сложность.* Регрессия или фиксация на низком оральном уровне зависимости (у взрослых со средним или низким интеллектом). Сильная зависимость от матери (у детей).

*Линия талии сильно подчеркнута.* Сильный конфликт между выражением и контролем сексуальных влечений.

*Мышцы акцентированы, мало прикрыты одеждой.* Выражает телесный «нарциссизм» и стремление стать шизоидным, углу­бленным в себя.

*Руки.* Базовое стремление к борьбе. Орудия управления и из­менения среды.

*Отсутствие рук.* Чувство неадекватности при высоком ин­теллекте.

*Руки нарисованы в последнюю очередь.* Значимая нежелатель­ность к поспешным, близким, откровенным связям со средой. Иногда причина этого в старании скрыть чувство неадекват­ности.

*Руки в позиции защиты таза (бедер).* Боязливое опасение сексуального приближения. Чрезмерный интерес к сексуаль­ным проблемам.

*Руки в карманах.* Управляемая увертка (отвиливание). Субъ­ект меняется в зависимости от того, что он держит руки в кар­манах. Иногда отражает импульсное действие мастурбации.

*Руки скрещены на груди.* Враждебно-мнительная установка.

*Руки за спиной.* Нежелание уступать, идти на компромис­сы (даже с друзьями). Склонность контролировать проявление агрессивных враждебных влечений.

*Руки напряженные и прижатые к телу.* Неповоротливость, ригидность.

*Руки, изображенные не слитно с туловищем*, а отдельно, или поперек спины, вытянутые в стороны. Субъект ловит себя ино­гда на действиях или поступках, которые вышли у него из-под контроля.

*Широкие руки* (размах рук). Интенсивное стремление к дей­ствию.

*Широкие руки у ладони или у плеча.* Недостаточный контроль действия и импульсивность.

*Руки тонкие.* Переживания слабости и тщетности усилий.

*Руки очень короткие.* Отсутствие стремлений вместе с чув­ством неадекватности.

*Руки расслабленные и гибкие.* Хорошая приспособленность в межперсональных отношениях.

*Руки длинные и мускулистые.* Субъект нуждается в физиче­ской силе, ловкости, храбрости как компенсации.

*Руки слишком длинные.* Чрезмерно амбициозные стремле­ния.

*Руки слишком крупные.* Сильная потребность к более луч­шему приспособлению в социальных отношениях с чувством неадекватности и склонностью в них к импульсивному пове­дению.

*Руки, похожие на крылья.* Иногда встречаются в рисунках шизоидов.

*Ноги, их отсутствие.* Патологическое переживание скован­ности. Страх перед кастрацией.

*Ноги широко расставлены.* Откровенное пренебрежение (не­подчинение, игнорирование или незащищенность).

*Ноги скрещены.* Защита от сексуального приближения.

*Ноги недостаточно отделены друг от друга.* Значительный сексуальный конфликт. Сильные гомосексуальные тенденции в сопровождении вины и тревоги.

*Ноги сильно сдвинуты.* Ригидность и напряженность. Воз­можна плохая сексуальная адаптация.

*Ноги неодинаковых размеров.* Амбивалентность и стремление к независимости.

*Ноги непропорционально длинные.* Сильная потребность в не­зависимости и стремление к ней.

*Ноги слишком коротки.* Чувство физической или психологи­ческой неловкости.

*Ступни. Признак подвижности* (физиологической и психо­логической) в меж-персональных отношениях.

*Ступни непропорционально длинные.* Потребность безопасно­сти. Потребность демонстрировать мужественность.

*Ступни непропорционально мелкие.* Скованность, зависимость.

*Ступни: на кончиках пальцев.* Субтильное, рафинированное восприятие реальности. Сильная потребность летать.

*Ступни обращены в разные стороны.* Сильные амбивалентные чувства (в рисунках с интеллектом выше среднего).

*Пальцы крупные, похожие на гвозди (шипы).* Враждебность.

*Пальцы одномерные, обведены петлей.* Сознательные усилия против агрессивных чувств.

*Деформация какой-либо части(ей).* Отражает подобные или похожие истинные деформации у субъекта или плохие приспо­собительные реакции из-за них (или из-за того, что они симво­лизируют).

*Обрывчатые линии.* Боязливая тревога, незащищенность.

*Несоединенные линии, перемещение некоторых частей тела.* Склонность к психозу.

*Пациент нечаянно машинально пишет свое имя.* Эгоизм, нар­циссизм, себялюбие.

*Маска.* Осторожность, скрытность, возможны чувства де­персонализации и отчужденности.

*Трубка.* Концентрация на сексуальной сфере, укрепление мужского начала.

*Галстук.* Укрепление мужественности. Сексуальная непол­ноценность.

*Карман.* Аффективная депривация. Зависимость от матери.

*Несколько карманов* (мужская фигура, пациент — мужчина). Пассивная гомосексуальная тенденция.

*Ремень* (пояс) часто штрихованный. Сильный конфликт меж­ду выражением сексуальных (и других) влечений и их контролем.

*Женская юбка до щиколоток* (пациент — мужчина). Мате­ринская фигура.

*Униформа ковбоя или солдата на мужской фигуре (пациент — мужчина).* Потребность к завышенному статусу и признанию по сравнению с имеющимися у субъекта.

*Шнурки ботинок, морщины, другие излишние детали.* Обессивность — компульсивность.

*Оружие.* Агрессивность.

*Тучи.* Боязливая тревога, опасения, депрессия. Забор для опоры, контур земли. Незащищенность.

*Фигура человека на ветру.* Потребность в любви, привязан­ности, заботливой теплоте.

**Литература:**

1. Берн Э. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. – СПб.: Лениздат, 2004.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика арттерапии. – СПб.: Златоуст, 2005.
3. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: Руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. – СПб.: Речь, 2007.
4. Копытин А.И. Практикум по арт-терапии. – СПб.: Питер, 2001.
5. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика. – СПб.: Речь, 2003.
6. Мардер Л.Д. Цветной мир. Групповая арт-терапевтическая работа с детьми. – М.: Генезис, 2007.
7. Практическая психология. Проективные методи­ки./В. Б. Шапарь, О. В. Шапарь. — Ростов н/Д: Фе­никс, 2006.
8. Учебно-методическое пособие для студентов психологических специальностей и практикующих психологов./ Е.В.Пятницкая – Балашов, 2008.