

**ГБУ «Курганский центр социальной
помощи семье
и детям»**



И з о т е р а п и я

Курган, 2018 г.

Рецензент: Владимирова Алла Владимировна -
супервизор Кризисного отделения
Государственного бюджетного учреждения
«Курганский центр социальной помощи
семье и детям».

Составитель: **Епанчинцева Ольга Алексеевна** -
педагог-психолог Кризисного отделения
Государственного бюджетного учреждения
«Курганский центр социальной помощи
семье и детям».

Методические материалы для педагогов-психологов «Изотерапия» – Курган: Государственное бюджетное учреждение «Курганский центр социальной помощи семье и детям», 2018 г. – 21с.

В сборнике представлены материалы, которые могут использовать в своей профессиональной деятельности педагоги-психологи. Изотерапия – терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием. Изобразительное творчество позволяет понять и ощутить самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, быть самим собой, свободно выражать мечты и надежды, а также избавиться от негативных переживаний прошлого (при необходимости).

Оглавление

Общие представления об изотерапии.....	4
Основные этапы изотерапии.....	6
Исследование способности противостояния неблагоприятным воздействиям внешней среды.....	8
Инструкция к проведению тестирования.....	9
Психологический анализ рисунков «дождливой серии».....	10
Приложение.....	15
Интерпретация цвета.....	15
Заключение.....	20
Литература.....	21

Общие представления об изотерапии

Изотерапия – терапия изобразительным творчеством, в первую очередь рисованием, используется в настоящее время для психологической коррекции детей и подростков с трудностями в обучении и социальной адаптации, для людей с невротическими, психосоматическими нарушениями, при внутрисемейных конфликтах.

Изобразительное творчество позволяет человеку ощутить и понять самого себя, выразить свободно свои мысли и чувства, быть самим собой, свободно выражать мечты и надежды, а также освободиться от негативных переживаний прошлого. Это не только отражение в сознании клиентов окружающей и социальной действительности, но и ее моделирование, выражение отношения к ней.

Рисование развивает чувственно-двигательную координацию, так как требует согласованного участия многих психических функций. По мнению специалистов, рисование участвует в согласовании межполушарных взаимоотношений, поскольку в процессе рисования активизируется конкретно-образное мышление, связанное, в основном, с работой правого полушария, и абстрактно-логическое, за которое ответственно левое полушарие.

Будучи напрямую сопряжено с важнейшими функциями (зрение, двигательная координация, речь, мышление), рисование не просто способствует развитию каждой из этих функций, но и связывает их между собой.

Изотерапия использует процесс создания изображений в качестве инструмента реализации целей. Это не создание произведения искусства, не часть занятий по изобразительному искусству. Психокоррекционные занятия с использованием изотерапии служат инструментом для изучения чувств, идей и событий, для развития межличностных навыков и отношений, укрепления самооценки и уверенности в себе.

Для изотерапии подходят все виды художественных материалов. Можно проводить упражнения, только с помощью карандаша и бумаги, а можно использовать большой набор художественных материалов.

Художественные материалы

Художественные материалы оказывают непосредственное воздействие на художественную работу клиента. Они побуждают его видеть и осязать. Они порождают эмоциональный подъем и осознание. Сами по себе являясь частицами реальности, эти материалы побуждают клиента к соприкосновению с реальностью. Таким образом, между творцом и художественным материалом происходит динамическое взаимодействие. Арт-терапевту особенно интересно выяснить, какой материал вызывает наибольшую экспрессивность клиента. Тем самым свободный выбор материала является важнейшей движущей силой в процессе художественной работы.

Арт-терапевтическая работа предполагает большой набор различных изобразительных материалов:

1. краски, карандаши, восковые мелки, пастель;
2. для создания коллажей или объемных композиций используются журналы, газеты, обои, бумажные салфетки, цветная бумага, фольга, пленка, коробки от конфет, открытки, тесьма, веревочки, текстиль;
3. природные материалы – кора, листья и семена растений, цветы, перышки, ветки, мох, камешки;
4. для лепки – глина, пластилин, дерево, специальное тесто;
5. бумага для рисования разных форматов и оттенков, картон;
6. кисти разных размеров, губки для закрашивания больших пространств, ножницы, нитки, разные типы клеев, скотч.

Психологическое влияние художественных материалов

Выбор материалов влияет на то, как проходит занятие. Некоторые материалы, такие как карандаши, мелки и фломастеры, позволяют «усилить» контроль, в то время как другие – пастель, краска и глина – способствуют более свободному выражению. Если человек не уверен в себе или просто устал, он будет чувствовать себя увереннее и спокойнее при работе с материалами, которые легче контролировать.

При индивидуальной работе с детьми или группами, чье поведение трудно контролировать, стоит начать с «контролируемых» материалов.

Многие чувствуют себя неуверенно в отношении своих художественных способностей. Вырезание картинок из журнала для создания коллажа «уравнивает» участников и позволяет даже очень неуверенным клиентам присоединиться к работе.

Как только все клиенты с удовольствием начнут участвовать в упражнении, такие материалы как краска или глина могут дать возможность более глубокого самовыражения, особенно при изучении чувств или реакций.

Работа с «выразительными» материалами может быть терапевтической для многих клиентов. Она не только помогает выразить широкий спектр эмоций; работа с глиной или размазывание пастелей или красок — с безоценочной реакцией на конечный продукт – могут стать целительными сами по себе.

Особенности восприятия продуктов творческого мышления человека

В соответствии с концепцией К. Юнга область бессознательного, коллективного или индивидуального может проявиться в искусстве через образы и символы. Содержание их берет свое начало в бессознательном, являющимся источником творчества.

Материал бессознательного, рождающийся в душе, в ней же и остается, обнаруживая себя в виде проблем во внешнем мире. Эти проблемы и адаптация к ним символически выражаются в продуктах творчества, в частности, в изопродукции. Поэтому, ориентируясь по символу, можно найти путь к «психологически не переработанным» в полной мере в прошлом событиям.

Психологу необходимо чутко реагировать на движение энергии из области бессознательного клиента. Рисунки, коллажи, скульптуры являются прямыми сообщениями бессознательного, которые не могут быть закамуфлированы с такой же легкостью, как средства вербальной коммуникации.

При восприятии продуктов изобразительного творчества арт-терапевту необходимо обращать внимание на следующие аспекты:

1. какое чувство передает рисунок, коллаж, скульптура;
2. что выглядит странным;
3. чего не хватает у данного объекта;
4. что находится в центре. То, что в центре, часто указывает на суть проблемы или на то, что для этого человека является главным;
5. каковы размеры и пропорции изображенных объектов и людей. Непропорциональные объекты заставляют искать ответ на вопрос, что преувеличено; большие фигуры призваны усилить, а чрезмерно уменьшенные — принизить. Искажение формы, пропорции может символизировать проблемную область, большее внимание и более глубокое понимание, которые могут способствовать восстановлению нормального положения;
6. есть ли повторяющиеся объекты. Число объектов во многих случаях играет для клиента большую роль, поскольку имеет отношение к единицам отсчета времени или значимым событиям в прошлом, настоящем или будущем;
7. в какой перспективе выполнена работа и как она используется автором. Совмещение нескольких видов перспектив в одной работе может иметь отношение к наличию противоречий в жизни автора;
8. есть ли подписи на работах, так как они могут использоваться для того, чтобы внести ясность и уменьшить возможность неправильной интерпретации данной работы, что, возможно, отражает степень доверия к невербальному способу общения;

9. постарайтесь стать частью работы и привлечите к этому автора;
10. отслеживайте эмоциональные реакции клиента во время работы.

Рассматривая изопroduкцию совместно с автором, можно акцентировать его внимание на вышеупомянутых деталях, пробуждая к движению сопряженную с проблемой энергию, которая уже не может находиться в состоянии покоя на уровне бессознательного.

Основные этапы изотерапии

Первый этап: свободная активность перед собственно творческим процессом — непосредственное переживание.

Второй этап: процесс творческой работы — создание феномена, визуальное представление.

Третий этап: дистанцирование, процесс рассматривания, направленный на достижение интенционального видения.

Четвертый этап: вербализация чувств, мыслей, возникших в результате рассматривания творческой работы.

Первый этап: свободная активность перед собственно творческим процессом

Для людей, еще не знакомых с арт-терапией, это очень важный этап сенсорных, эмоциональных и сознательных переживаний в свободном экспериментировании с художественным материалом. Пробуя и смешивая краски в игровом стиле, человек может прийти к небольшим открытиям в отношении материала и самого себя.

Непосредственные переживания пробуждают сенсорные ощущения от художественного материала, а также разнообразные эмоции и мысли. Для ознакомления клиентов с процессом самовыражения при помощи художественного материала полезно использовать название цветов

Кроме того, существуют и иные достоинства игровой деятельности с художественным материалом: клиенты создают новое, из отдельных частей собирают целое, посредством художественного материала начинают осознавать свои проблемы и добиваться их разрешения.

Сам промежуток времени, посвященный данной деятельности, зависит от клиента, его потребностей и проблем, его возраста.

Один клиент может «поиграть» двадцать минут в течение первой сессии, а затем двинуться дальше ко второй части процесса. Другой клиент может растянуть игровые пробы на несколько сеансов. Есть и такие, кому надо «поиграть» в течение нескольких минут в начале каждого сеанса.

Но, в конечном счете, все отказываются от игровых проб в пользу более серьезной деятельности — выбора художественного материала для второго этапа творческого процесса.

Второй этап: процесс творческой деятельности

Часто по инерции после предыдущей игровой деятельности, а иногда абсолютно сознательно и продуманно клиенты безмолвно уходят во взаимодействие со своим творческим самовыражением, это происходит даже тогда, когда с ними рядом есть терапевт.

Такая трансформация первого этапа прослеживается у клиентов всех возрастов, даже у маленьких детей. К тому же на этом этапе безотносительно возраста большинство клиентов демонстрируют поведение, характерное для художников в процессе работы: сосредоточение, целеустремленность, вовлеченность, возбуждение, изобретательность, обнаружение проблем и иногда их решение. В это время специалист ведёт наблюдение за процессом творческой деятельности, фиксирует в протоколе результаты наблюдения (эмоциональные реакции клиента, высказывания и т.д.).

Третий этап: феноменологическое интуитивное познание

Работа располагается в таком месте, где на нее было бы легко смотреть. Клиента побуждают принять активное участие в размещении художественной работы. Символически клиент принимает

ответственность за свои проблемы посредством принятия ответственности за размещение своей работы. То есть каждый этап, с самого начала терапии, обладает определенной психологической и терапевтической ценностью.

Необходимо наличие достаточно большой комнаты, чтобы психолог и клиент могли выбрать себе место на удобном расстоянии от художественной работы. Сам акт дистанцирования помогает не только глазу видеть, но и создает необходимую отстраненность клиента от своего изделия, и это способствует некой объективной позиции наравне с осознанием права собственности на результат работы.

Арт-терапевт может сказать клиенту: «Хорошенько посмотри на свою работу, сконцентрируйся на ней, молча пристально посмотри и найди то, что ты не видел раньше». В этом безмолвном процессе интуиции некоторые детали, «невидимые» сразу, с первого взгляда, могут выступить вперед, стать более важными, чем остальные детали зрительного поля. Вскоре детали приобретают значение, и наблюдатель начинает устанавливать связи со смыслами.

Теперь понимание клиента становится более глубоким и обогащается новыми наблюдениями, которые «дают звонок» его разуму. Клиенты могут заметить такие новые и важные детали, как соотношение компонентов в художественной работе, например, контрастное или гармоничное сочетание двух цветов, необычное расположение чего-либо или линию, выделяющуюся за счет своей толщины, неровности, мягкости, и тому подобное.

Четвертый этап: процедура «Что ты видишь?»

Теперь, задавая вопрос «Что ты видишь?», арт-терапевт приглашает клиентов описать, что они увидели на картине. Внешне вопрос очень прост и наивен. Но, тем не менее, в нем заключены три фундаментальных аспекта феноменологического подхода.

Первое — важность индивидуального восприятия: что видишь ты, создатель. Арт-терапевт может работать с этим материалом, потому что описание работы самим клиентом ведет к его внутреннему миру.

Второй аспект касается чувств клиента — то, что его слушают, означает начало доверия.

И третье (важный этап) — что ты видишь? Все, что видно клиенту в самом результате творческого самовыражения, а не предположения или домысливания, исходя из установок теории, когда доказательства затуманены.

Когда требуется, арт-терапевт помогает клиенту увидеть те особенности художественной работы, которые раньше оставались незаметными глазу, клиент должен научиться их видеть. Зачастую это особенности структуры, а именно соотношение компонентов между собой и с общей структурой, то, какую роль они играют в целой картине. Таким образом, описание ведет к динамическому изменению восприятия структуры картины и, следовательно, к переструктурированию внутреннего опыта клиента. Клиенты определяют экспрессивные характеристики картины и учатся идентифицировать их как свои чувства и установки.

Описание — ответ на вопрос «Что ты видишь?» — распространяется, в том числе на сознательную попытку соотносить художественную работу и внутренний опыт, который является перводвигателем творческого процесса, порождающим самовыражение в изобразительном искусстве. И вот круг замыкается — все это говорит об интегративном смысле четвертого этапа. Фактически возникновение любых связей между элементами художественной работы и внутренним опытом личности является актом интеграции. Нахождение личностных смыслов же — это самопознание.

Не всякая художественная работа, возникшая в процессе арт-терапии, ведет к самопознанию или хотя бы слабому прикосновению к «я». По мере того как глаз наблюдающего научается видеть и замечать все видимое в рисунке, значительно повышается возможность прикоснуться к личности клиента. Катализатором являются вопросы терапевта: «а что на счет...» или «что ты видишь?» и «что

еще ты видишь?» Слова клиента обнажают личные дилеммы с той же простотой, с которой они обнаруживают такое в художественной работе.

Различные формы изобразительной деятельности нашли широкое применение в работе психологов и психотерапевтов. С их помощью проводится реабилитация, терапия, диагностика. Если реабилитация и терапия средствами изобразительного искусства используются незаслуженно реже, то диагностика является часто используемым методом. Одной из эффективных рисуночных методик, является методика «Человек», «Человек под дождём», «Дождь в сказочной стране».

Исследование способности противостояния неблагоприятным воздействиям внешней среды

Одним из ресурсов социальной адаптации является способность человека противостоять неблагоприятным воздействиям внешней среды, стрессовым факторам. Эта способность задействует множество психологических механизмов: темперамент, волю, интеллект, самосознание. Кроме того, потребность безопасности и защиты стимулирует формирование конструктивных механизмов психологической защиты.

Психологическая защита является многомерным явлением. Защитные механизмы исключительно индивидуальны, многообразны, нередко иррациональны, поэтому не всегда поддаются анализу.

Как пишет Е. Романова, «среди исследователей нет единой точки зрения ни на общее количество механизмов защит, ни на степень их соотнесенности друг с другом, ни даже на их ясные определения в некоторых случаях. Это осложняет выявление инвариантных характеристик защиты и ее роли в социально-психической адаптации индивида».

В ходе сеансов арт-терапии нацеленных на выявление развития адаптивных механизмов важен аспект реагирования, ситуативного поведения человека в условиях моделируемого стресса, этого можно достичь проведя анализ рисунков «дождливой серии». В качестве стрессового фактора в нашем случае выступает фактор внешней среды — дождь.

Попробуем понять символическое значение дождя. Дождь является важным символом плодородия и связывается в архаических земледельческих культурах с божественным семенем

В данном контексте дождь может символизировать жизненную силу, проливающуюся с неба.

Но с другой стороны, дождь (ливень) может быть источником потопа и разрушений

Таким образом, дождь представляет собой амбивалентный символ. Есть люди, которые любят дождь, есть те, у кого он вызывает дискомфорт. Предлагая людям нарисовать человека под дождем, можем увидеть, что одни рисуют жизнерадостные картины, другие — совсем наоборот. Вероятно, так проявляются две стороны глубинного символизма дождя.

Для более полного понимания реакций клиента на изменившиеся жизненные условия, важно посмотреть, как он «ведет себя» под дождем. Это даст нам возможность либо обратиться к его внутренним ресурсам (если восприятие дождя жизнерадостное), либо проработать способы преодоления жизненных трудностей (если мы видим «плачевную картину»). Нельзя сказать, чтобы эти рисунки давали бы полную картину относительно психологической защиты клиента, но тем не менее они дополняют общую картину его мировосприятия.

Методика «Человек — Человек под дождем» была предложена Г.Романовой и Т.Сытько для оценки адаптивных возможностей и устойчивости человека к воздействию стрессовых факторов. Рисунки рассматриваются в сравнении. Дождь символизирует стрессовую ситуацию. По тому, как меняется человек по сравнению с первым рисунком, можно судить об отношении автора к трудностям и способам их преодоления. Например, на первом рисунке мужчины изображен бравый моряк. На рисунке человека под дождем изображена остановка, скамейка, под скамейкой лежит мужчина; из-под колес отъезжающего от остановки автобуса вырываются брызги. Если дождь, это символическая трудность, препятствия, сложная ситуация, то легко сделать вывод, что навыки

конструктивного реагирования и поведения в стрессовых ситуациях у автора данных рисунков не сформированы.

Этот тест можно использовать с 8-9 лет, так как рисунки человека под дождем являются малоинформативными.

В каких ситуациях психологу необходима информация о способности человека к противостоянию негативным влияниям?

Во-первых, в ситуациях, когда необходимо составить прогноз социальной адаптации ребенка или подростка (например, для выпускников школ, учебно-воспитательных учреждений); оценить, имеет ли подросток ресурсы для того, чтобы самостоятельно преодолеть трудности.

Во-вторых, в ситуациях, когда психологу необходимо составить индивидуальную программу социальной адаптации ребенка или подростка. В этом случае оценка способности к противостоянию «трудным ситуациям» позволит сформировать перспективные задачи психологической коррекции.

В-третьих, в ситуациях, когда перед психологом стоит задача профессионального отбора сотрудников на работу, предполагающую повышенную степень риска. В этом случае психологическая устойчивость и способность сопротивляться негативным воздействиям явится показателем профессиональной пригодности.

Инструкция к проведению тестирования

Материалы: 3 листа белой бумаги формата А4; 1 лист бумаги с нарисованными в ряд восемью кружочками (диаметр 25-30 мм); набор из восьми цветных карандашей (красный, желтый, синий, зеленый, фиолетовый, коричневый, серый, черный).

Перед началом тестирования психолог просит клиента удобно устроиться за столом; кладет перед ним лист бумаги с нарисованными в один ряд восемью кружочками и комплект из восьми цветных карандашей.

Инструкция 1: «Пожалуйста, раскрасьте эти кружочки разноцветными карандашами. Каждый кружочек должен быть одного цвета» (предпочетаемые и отвергаемые цвета)

Инструкция 2: «Пожалуйста, нарисуйте человека».

Инструкция 3: «Нарисуйте человека под дождем».

Инструкция 4: «Нарисуйте дождь в сказочной стране».

Желательно, чтобы все четыре задания были выполнены за один раз.

Время рисования обычно 20-25 минут.

После рисования психолог организует обсуждение.

Инструкция	Примеры вопросов психолога
«Пожалуйста, нарисуйте человека»	Расскажите об этом человеке: как он себя ощущает, чувствует? Какое у него настроение? В какой момент времени мы его застали? Какие у него перспективы?
«Нарисуйте человека под дождем»	Насколько комфортно чувствует себя человек в этой ситуации? Что ему больше всего хочется сделать? Дождь пошел неожиданно или согласно прогнозу? Человек был готов к тому, что пойдет дождь, или для него это неожиданность? Любите ли вы дождь? Если да — почему? Если, нет — почему? Если человеку под дождем дискомфортно (плохо), то чем ему можно помочь? Что сам человек может сделать, чтобы себе помочь, справиться с дождем?
«Нарисуйте дождь в сказочной стране»	Расскажите об этой сказочной стране. Что произойдет в сказочной стране после того, как дождь закончится? Как относятся к дождю жители сказочной страны? Что дает дождь жителям сказочной страны? Давайте попробуем придумать сказку, которая начнется словами: «Однажды в одной сказочной стране пошел дождь...»

Психологический анализ рисунков «дождливой серии»

Как уже отмечалось ранее, человека под дождем изображают по-разному. Примерно в 40% случаев наблюдается дискомфортное, подавленное состояние; в 20% — комфортное, радостное; в 40% — нейтральное, деловое.

Иная картина наблюдается в отношении инструкции «Нарисуйте дождь в сказочной стране». В рисунках на эту тему преобладает комфортное состояние. Мы можем ранжировать эти рисунки по уровню комфорта: от бурной радости — до ощущения защищенности и покоя.

Мы полагаем, что сама тема «Дождь в сказочной стране» актуализирует у человека ресурсные переживания, стимулирует формирование чувства перспективы, защищенности. В этом контексте информативность рисунка «Дождь в сказочной стране» как носителя ресурса противостояния неблагоприятным факторам довольно велика. Вероятно, эта тема актуализирует глубинные ассоциации с дождем как носителем божественной благодати и процветания.

Цель психологического анализа рисунков «дождливой серии» — понять характер поведения человека в неблагоприятных условиях, и найти ресурсы противостояния неблагоприятным воздействиям.

Логика психологического анализа рисунков может быть следующей:

первый шаг — сравнить рисунки «Человек» и «Человек под дождем», выявить изменения и понять характер поведения человека в неблагоприятных условиях;

шаг второй — проанализировать сюжет и символизм рисунка «Дождь в сказочной стране» и найти индивидуальные ресурсы противостояния неблагоприятным воздействиям;

шаг третий — соотнести выявленные трудности с установленными ресурсами и сформулировать перспективные задачи психологической работы с автором рисунков.

Первый шаг: сравнительный анализ рисунков «Человек» и «Человек под дождем»

Признак	Информативность при сравнении рисунков «Человек» и «Человек под дождем»
1	2
Эстетика рисунка	Эстетика рисунка может измениться как в лучшую сторону, так и в худшую. Если эстетика рисунка меняется в лучшую сторону, возможно в условиях действия неблагоприятных факторов, давления, автор мобилизуется. Если эстетика меняется в худшую сторону, возможно в условиях действия неблагоприятных факторов, давления, автор «дичает», перестает за собой следить и пр. По нашим наблюдениям, эстетика рисунка меняется редко
Размер рисунка	Общая композиция в рисунке «Человек под дождем» больше. Капли дождя нередко заходят за невидимые границы листа (40 мм от краев). Но бывает, что размер рисунка «Человек под дождем» существенно уменьшается. Возможно, это свидетельствует о бессознательном стремлении автора минимизировать «энергозатраты» в связи с действием неблагоприятных обстоятельств, спрятаться, укрыться.
Размер фигуры	Размер фигуры изменяется часто. Либо уменьшается, либо увеличивается. Нередко изменения незначительны. Резкое же уменьшение размера фигуры в рисунке «Человек под дождем» может свидетельствовать об ощущении собственного бессилия, потребности в поддержке. Иногда размер фигуры резко увеличивается, до такой степени, что ногам не хватает места на листе. Это также является признаком ощущения бессилия, потери опоры, «почвы под ногами»

Расположение относительно центра	В рисунке «Человек под дождем» нередко «теряется центр». Это свидетельствует об ощущении внутреннего дискомфорта, потери ощущения «стержня», «центра» вследствие действия неблагоприятных факторов.
Характер действий человека, стиль поведения под дождем	Может изменяться динамика рисунка. В рисунке «Человек» фигура стоит, в рисунке «Человек под дождем» бежит, идет, двигается. Изображение движущегося человека под дождем свидетельствует о склонности к активным действиям. Важно, какого они характера. Человек под дождем может спастись бегством, спокойно идти, прыгать от радости, лежать или сидеть в луже, — все это покажет характер действия человека в условиях действия неблагоприятных факторов.
Цвет	Если была выполнена инструкция № 1, можно установить, какие цвета используются при раскрашивании в рисунке «Человек» и «Человек под дождем». Нередко в рисунке «Человек под дождем» используются отвергаемые цвета или, наоборот, предпочитаемые. Цвет позволит определить бессознательное отношение к дождю, себе, ситуации.
Пол	Часто под дождем «меняется пол». Пол показывает преимущественную модель поведения в условиях действия неблагоприятных факторов. Можно действовать по «мужскому» или «женскому» типу. «Мужской тип» свидетельствует о том, что автор рисунка склонен проявлять активность, ответственность, принимать решения, искать выход. «Женский тип» отражает пассивность, доминирование интуиции, чувствительность, ранимость, избегание и пр. Когда автор меняет пол, это говорит об изменении стиля реагирования и поведения.
Возраст	Нередко меняется возраст человека. Он становится либо старше, либо младше своего биологического возраста. Увеличение возраста «под дождем» может говорить о стремлении проявлять мудрость, зрелость в сложных ситуациях, а также может свидетельствовать о потребности в поддержке, добром совете. Рисование ребенка под дождем указывает на проявление детского начала в авторе. Какой характер носит актуализированное детское начало, можно увидеть из образа действий и настроения изображенного ребенка. Если он плачет, сидя в луже, — можно предположить проявление инфантилизма и бессилия в сложных ситуациях. Если он радуется, танцует, бежит за радугой, — вероятно, это можно использовать как творческий ресурс противостояния стрессу. Также подобная картина может отражать проявление потребности в личностном росте.
Средства защиты от дождя	Традиционно в рисунке «Человек под дождем» рисуют зонт, плащ, накидку. Человек надевает средства защиты и продолжает заниматься обычными для себя делами — это естественно. Однако бывает, что человек хоть и находится под зонтом, но от дождя его это не защищает — капли проникают всюду. Подобное положение дает психологу сигнал о том, что прежние способы реагирования, защиты, противостояния стрессу исчерпали себя и требуется проработка нового стиля сопротивления неблагоприятным воздействиям. Встречается и другая картина. В рисунке «Человек под дождем» изображена фигура в непроницаемом плаще, с зонтом, а дождь и тучи не нарисованы. Такая картина характерна для человека «чрезмерно защищенного», который всегда «готов к удару». Безусловно, он успешен в противостоянии стрессу, но какого напряжения это требует! «Стоит ли игра свеч», предстоит решить автору совместно с психологом

Лужи, тучи	Туча — источник дождя. Лужа — след от дождя. Бывает, что туча символизирует конкретную стрессовую ситуацию в реальной жизни человека. Чаще всего лужи рисуют люди чувствительные, долгое время переживающие последствия стресса
Дополнительные образы: солнце, радуга, растения, предметы, объекты окружающего мира	Дополнительные образы, имеющие позитивное символическое значение (солнце, радуга, дерево и др.), могут являться указанием на проявление ресурсов психологической адаптации. Образы, имеющие негативное символическое значение, усугубляют ситуацию стресса и конкретизируют содержание неблагоприятного воздействия
Общий эмоциональный фон	Изменение общего эмоционального фона укажет на динамику настроения и состояния

Шаг второй: поиск ресурсов противостояния неблагоприятным воздействиям

Собственно, активность фигуры человека под дождем, появление позитивных символов и другие признаки уже свидетельствуют о наличии ресурса противостояния неблагоприятным воздействиям. Если к этим данным присоединить информацию рисунка «Дождь в сказочной стране», мы получим довольно полную картину.

Признаки ресурса в рисунке «Дождь в сказочной стране»	Информативность признаков
Эстетика рисунка	Рисунки преимущественно эстетичны, выполнены с любовью, аккуратно, старательно
Сюжет рисунка	Сюжет рисунка часто отражает благоприятную для автора ситуацию, в которой он чувствует себя комфортно и защищено; в которой он восстанавливает свои силы
Образы рисунка	Образы рисунка символизируют либо наиболее гармоничные способы защиты, либо представление о том, что несет комфорт и безопасность
Цвет	При раскрашивании используются преимущественно предпочитаемые, цвета. Даже капли дождя могут становиться разноцветными, приятными, безопасными

Если автор согласится сочинить историю или сказку, у психолога появится дополнительная информация о том, какие ресурсы можно задействовать для противостояния неблагоприятным воздействиям. Рисунок «Дождь в сказочной стране» является символическим выходом из стресса и отражает благоприятную, идеальную перспективу разрешения трудной ситуации на бессознательно-символическом уровне.

Шаг третий: определение перспективных задач психологической работы

«Дождливая серия» позволяет собрать информацию в основном о состоянии потребности безопасности и защиты, а также потребности самоуважения, самоактуализации и личностного совершенствования.

Одной из важных психологических задач в данном аспекте будет работа над стилем реагирования и поведения в условиях неблагоприятной ситуации. Таким образом, будет идти работа над совершенствованием потребности безопасности и защиты, а также потребности самоуважения.

Другой важной задачей является формирование философского отношения к стрессовым ситуациям, понимание их причин и перспектив. Через это будет осуществляться работа с потребностью самоактуализации и личностного совершенствования.

Каким образом это происходит в практике, мы покажем на примерах.

Схема психологического анализа рисунков «Человек» – «Человек под дождем» – «Дождь в сказочной стране»

Фамилия, имя, отчество, возраст _____

Дата психологического обследования «___» _____ 20__ г.

Общие сведения о рисунках

Цветовые предпочтения: _____

Общее описание

«Человек»	«Человек под дождем»	«Дождь в сказочной стране»

Шаг первый: сравнительный анализ рисунков «Человек» и «Человек под дождем»

Признак	Проявление признака в рисунках «Человек» и «Человек под дождем»
Эстетика рисунка	
Размер рисунка	
Размер фигуры	
Расположение относительно центра	
Характер действий человека, стиль поведения под дождем	
Цвет	
Пол	
Возраст	
Средство защиты от дождя	
Лужи, тучи	
Дополнительные образы: солнце, радуга, растения, предметы, объекты окружающего мира	
Общий эмоциональный фон	

Шаг второй: поиск ресурсов противостояния неблагоприятным воздействиям.

Признаки ресурса в рисунке «Дождь в сказочной стране»	Проявление признака в рисунке «Дождь в сказочной стране»
Эстетика рисунка	
Сюжет рисунка	
Образы рисунка	
Цвет	

Психологические выводы

Тема рисунка	Психологические выводы
«Человек»	
«Человек под дождем»	
«Дождь в сказочной стране»	
Общие выводы	

Шаг третий: определение перспективных задач психологической работы

Задача	Содержание работы
Главная задача	
Задача 1	
Задача 2	
Задача 3	

Интерпретация цвета

Белый цвет

Полярные противоположности белого цвета: девственная чистота-запятнанность.

Позитивные ключевые слова: нетронутость, полнота, самоотдача, открытость, единство, лёгкость. Негативные ключевые слова: изоляция, бесплодность, окоченение, разочарование, чопорность, скука. Белый цвет содержит все цвета спектра поровну, являясь результатом их смешения. Следовательно, белый цвет может использоваться для создания тех или иных сочетаний. Фундаментальным качеством белого цвета является равенство. Все цвета в нём равны. В мифологии белый цвет служит символом единства. Белый - духовный хранитель. Если присутствует белый цвет, то всё будет в порядке. Этот цвет вдохновляет, помогает преодолеть трудности и справиться с напряжением. Белый чист, невозмутим. Однако избыток этого цвета вызывает чувство разочарования, отрешенности и опустошенности. Любой интерьер, выдержанный в белых тонах, создаёт ощущение разочарования. Он недостаточно стимулирует зрение. Белый отражает все цвета, являясь, таким образом, самым холодным из них. В белом есть нечто нечеловеческое.

В сказках нередко фигурируют белые животные. Они способны выходить сами и выводить героев за пределы физического пространства в мир фантазии и имеют чудесные, сверхъестественные свойства. Среди них – белый единорог, белая лошадь, белые птицы, кролики, а также люди (как правило, это девушки). Общение и сотрудничество героя или героини с этими существами часто изменяет и самих героев, и преобразует действительность.

Белый цвет является первым шагом к гармонии как отражению мирного соседства всех цветов. В некоторых случаях может использоваться нанесение белого цвета поверх другого, что создаёт эффект мерцания. Этот эффект указывает либо на особую ценность того, что автор работы пытается скрыть, либо на преобразование некоего чужеродного психологического материала в значимый и ценный для личности, а также на готовность к разрешению конфликта, близость субъекта к переживанию пикового опыта. В то же время, когда белый цвет используется непосредственным его наложением, это может указывать на вытеснение психологического материала, потребность в уходе от сильных эмоциональных переживаний либо на десантирование от ощущений тела.

Красный цвет

Полярные противоположности красного цвета: рост – разрушение.

Позитивные ключевые слова: лидер, упорство, созидание, динамичность.

Негативные ключевые слова: физическое насилие, нетерпимость, разрушение.

Красный цвет олицетворяет огонь. Он является источником жизненной силы, страсти и желания, стимулирует и согревает. Характеризуется эмоциональностью, физической активностью, решительностью, твёрдостью характера и любовью к жизни. Красный цвет указывает на наличие энергии преобразования, которая выступает на поверхность из глубины психики. Он отвечает за силу эмоциональных и духовных поисков, за стремление выжить, за волю к трансформации. Красный любит всегда быть первым. Это воплощение страсти: он страстно верит, страстно любит и ненавидит. В позитивной форме – это вера в себя и высокая самооценка. В негативной – непомерная гордыня, «надувание щёк». Красный демонстративен, шумен и любит привлекать всеобщее внимание.

Красный цвет соответствует античному элементу «огонь», холерическому темпераменту, а в категориях времени – современности.

Оранжевый цвет

Полярные противоположности оранжевого цвета: активность – лень.

Позитивные «оранжевые» ключевые слова: общительность, милосердие, великодушие, справедливость.

Негативные «оранжевые» ключевые слова: гордыня, самооправдание, обман.

Оранжевый цвет ассоциируется с закатом солнца, осенней листвой, августовской луной. Гете пишет, что «оранжевый создаёт впечатление тепла и удовлетворённости, так как он является тем оттенком огня, который характерен для заходящего солнца». Оранжевый цвет – это цвет «укрощённого» огня. Оранжевый цвет отвечает за чувство идентичности и положительного самоутверждения. Это цвет радости и мудрости. Он стимулирует общительность. Оранжевый цвет связан с эмоциональным здоровьем и мышечной системой тела. Оранжевый цвет является важным энергетическим источником для восприятия новых идей и одновременно даёт импульс для их реализации. Этот цвет оказывает значительный, омолаживающий эффект. Оранжевый оптимистичен, благожелателен, радушен. Он отличается терпимостью и милосердием. Оранжевый цвет олицетворяет дружеские отношения. Это душа компании, весельчак и балагур. Вместе с тем оранжевый символизирует пылкий ум, способствует развитию интеллектуальных возможностей. Этот цвет даёт возможность расширить границы познания при помощи активного творчества. Избыток этого цвета может привести к ограниченности и неподвижности. Оранжевый поможет вырвать проблему с корнем. Он выявляет события прошлого, которые нуждаются в завершении путём «переработки» связанной с ними энергии.

Желтый цвет

Полярные противоположности желтого цвета: мудрость – глупость.

Позитивные «желтые» ключевые слова: сообразительность, радостное восприятие жизни, оригинальность, усердие, терпимость, честность, справедливость.

Желтый цвет ассоциируется прежде всего с солнцем, его светом, теплом и питающей жизнь энергией. Гете рассматривал желтый как ближайший к свету. Он отмечал, что желтый цвет «в его наивысшей чистоте несёт в себе природу яркости и имеет безмятежный, весёлый и слегка экзальтированный характер». По-видимому, благодаря его ассоциации с солнцем, желтый цвет может символизировать человеческую способность к прозрению и пониманию. Он отражает сущность сознания, которое позволяет возвышаться над инстинктом, думать, строить планы и творить новое. М. Люшер отмечает, что «желтый цвет выражает живость, окрылённость надеждой и ожидание счастья». Он также полагает, что выбор желтого цвета может отражать потребность в разрешении конфликта, и характерен для тех, кто устремлён в будущее и ищет новых, неформальных подходов. В негативном аспекте это фанатик, уверовавший в свою исключительную миссию установления порядка.

Желтый цвет исполнен тепла и доброжелательности, если только его не вывести из себя. В этом случае не избежать едких замечаний и язвительных насмешек. Желтый цвет символизирует уверенность в себе и высокую самооценку. Вот типичные «желтые» вопросы: «Хорош ли я?», «Как я вам нравлюсь?». Желтый цвет способствует продвижению вперёд. Он очищает и обновляет живительные силы организма.

Зелёный цвет

Полярные противоположности зелёного цвета: равновесие – дисбаланс.

Позитивные «зелёные» ключевые слова: такт, практичность, стабильность, работоспособность, великодушие, развитое воображение, общительность.

Негативные «зелёные» слова: ревность, обидчивость, забывчивость, эгоизм, жадность, отсутствие воображения, неустроенность, разочарование.

Это самый распространённый цвет на нашей планете. Зелёный цвет приводит в равновесие нашу энергию, он может использоваться для увеличения чувствительности и сострадания. Он успокоительно влияет на нервную систему. Зелёный цвет выражает саморегуляцию и самооценку. Кроме того он является символом целостности, так как объединяет в себе желтый и голубой цвета (тёплую и холодную палитру). Зелёный олицетворяет ясность и понимание. Он полностью использует всё, на что способен. Зелёный вдохновляет. Этот цвет обожает равновесие и гармонию.

Он достигает этого в борьбе и спорах. Зелёный символизирует жизненные взлёты и падения. Это философ – практик, обладающий надёжным здравым смыслом. Зелёный настраивается на природные ритмы. Это тонкий ценитель красоты, любитель поразмышлять. Все реформы и преобразования окрашены в зелёный цвет. Зелёный цвет не следует устаревшим правилам, он создаёт взамен более совершенные. Зелёный способен к самоконтролю, поскольку обладает стабилизирующей силой. Его умение восстанавливать нарушенное равновесие облегчает существование системы в целом. Зелёный стремится поддержать равновесие между интересами разума и эмоциями сердца. Зелёный проникает в самую суть вещей. Это добросовестный исполнитель. Он несёт вдохновение. Зелёный цвет может быть связан с затруднениями в выборе определённого образа жизни. В результате может возникнуть конфликт между мыслями и чувствами, что приведёт к смятению и потрясениям. Однако вследствие способностей зелёного к анализу и восстановлению равновесия этот конфликт может разрешиться верной оценкой и правильными действиями.

Голубой цвет

Полярные противоположности голубого цвета: знания – невежество.

Позитивные «голубые» ключевые слова: мудрость, терпение, истина, достижения разума, духовность, созерцательность, спокойствие, честность, преданность.

Негативные «голубые» ключевые слова: слабость, эмоциональная неуравновешенность, злоба, суеверие, самодовольство, сентиментальная влюблённость, холодность, лживость, злопамятство.

Голубой цвет является символом бесконечности, глубины океана и высоты безоблачного неба. Голубой представляет собой связь между головой и туловищем. Голубой прислушивается к вашим собственным словам и возвращает вам их обратно. Голубой цвет – это цвет чистого сознания, источник гармонии и романтизма. Он несёт мечтательность, любовь к путешествиям, общительность и дружбу, стремление к знаниям и следование традициям, интеллектуальность. Цвет нежности, чистоты и творчества, способствует пробуждению интуиции, расслабляет и успокаивает. Голубой цвет склонен вникать во все дела. Он верно оценивает обстановку, сразу определяя то, что невозможно изменить. Голубой использует обстоятельства наилучшим образом. Он искренне верит в счастливый конец. Голубой цвет успокаивает душу, отрезвляет, наполняет любовью и мудростью.

Синий цвет

Полярные противоположности синего цвета: преданность – слепая вера.

Позитивные «синие» ключевые слова: восприимчивость, организованность, соблюдение правил, идеализм, сила духа, очищение, непреклонность, послушание.

Негативные «синие» ключевые слова: фанатизм, подчинение, ритуальность, уверенность в собственной непогрешимости, лживость, пристрастие.

Синий цвет напоминает о ясном небе, водных просторах и прохладе теней. Он несёт покой, безмятежность и мир. Психологические исследования показали, что предъявления испытуемым синего цвета вызывает снижение электрической активности мозга и чистоты сердечных сокращений и дыхания. Таким образом, он является цветом релаксации. Синий цвет приятен большинству людей. Его можно было бы назвать «романтическим». Синий цвет обладает силой и мощью. Он очищает и преобразует. С синим цветом как символом воды, связаны представления об очищении и преображении. По мнению М. Люшера, синий цвет символизирует традицию, преемственность опыта, неизменные ценности. В астрологии синий цвет является цветом небесного бога Юпитера, с которым связано такое качество, как честность. Психологи ассоциируют с тёмными оттенками синего некоторые отрицательные переживания, связанные с пугающими, разрушительными свойствами женского архетипа, например, тёмно – синий цвет нередко используется лицами, пережившими состояние угрозы для жизни. Этот цвет может указывать также на неблагоприятные психологические условия в детстве, связанные с нарушениями в системе отношений мать – ребёнок, что отражается на последующем психологическом состоянии клиента. В

то же время такой негативный опыт отношений с матерью может обуславливать развитие в человеке способности к эмпатии (психологический тип «раненого целителя»).

Фиолетовый цвет

Полярные противоположности фиолетового цвета: мир – конфликт.

Позитивные «фиолетовые» ключевые слова: самоотдача, достоинство, гуманность, изобразительность, ораторские способности, творческий склад ума, неограниченность.

Негативные «фиолетовые» ключевые слова: мошенничество, жестокость, самонадеянность, напыщенность, продажность, карьеризм, мания величия. Фиолетовый – изысканный, «царственный» цвет, ассоциирующийся с весенними цветами, спелыми гроздьями некоторых сортов винограда, тенями на снегу. В своё время этот цвет был редок по причине сложности его производства, а потому – доступен лишь богатым. Однако он естествен в окраске многих цветов – крокусов, ирисов. «Фиолетовый» является смесью красного и синего. Он сочетает в себе энергию одного и безмятежность другого. М. Люшер характеризует его как цвет «идентификации». Фиолетовый символизирует способность воспринимать время во всех его измерениях. Фиолетовый цвет олицетворяет духовного наставника. Этот цвет обеспечивает защиту, символизирует дух милосердия, фиолетовый обладает развитым чувством собственного достоинства. Он имеет выраженные способности к ясновидению, полёт его мыслей высок. Фиолетовый олицетворяет аристократизм духа. Это самая высокая нота в музыкальной гамме. Этот цвет обладает способностью видеть и слышать, не прибегая к физическим органам чувств. Фиолетовый цвет – это воплощение идеализма. Под влиянием фиолетового луча находятся люди творческих профессий, талантливые художники, поэты, писатели и музыканты. Фиолетовый – это символ миротворчества. Ему удаётся успешно сочетать силу и дипломатичность. Этот цвет отличается уверенностью в себе. Он способствует повышению самооценки у окружающих.

Серый цвет

Полярные противоположности серого цвета: чёрный – белый.

Позитивные «серые» ключевые слова: информированность, здравомыслие, реализм, соединение, противоположности, респектабельность.

Негативные «серые» ключевые слова: боязнь утраты, нищета, болезнь, критицизм, меланхолия, печаль, депрессия, аскетизм. Серый – нейтральный цвет, цвет камня, пепла, тумана, облачного неба. В христианской традиции это цвет поста, искупления грехов, покаяния. По мнению Люшера, серый символизирует депрессию, инерцию и равнодушие. Серый отражает баланс противоположностей, так как он является смесью белого и чёрного. Он лишен хроматизма, с которым связаны эмоциональные проявления. Поэтому серый говорит об отсутствии или подавлении эмоций, что, в частности, характерно для депрессии. В то же время серый может символизировать беспристрастность и трезвость оценки, способность абстрагироваться от сиюминутных эмоциональных реакций. Частое использование серого встречается у героинозависимых наркоманов, так как длительный приём героина приводит к эмоциональному выхолащиванию. В некоторых случаях серый цвет может указывать на наличие экзистенциальной вины, причиной чего нередко является перинатальная травма. Серый словно выражает вину субъекта за страдания, причинённые матери в родах, а в метафизическом смысле – за ущерб, который субъект причиняет природе и окружающим самим фактом своего бытия.

Коричневый цвет

Полярные противоположности коричневого цвета: рождение – распад.

Позитивные «коричневые» ключевые слова: цельность, надёжность, умеренность, здравый смысл, уверенность в себе, заботливость, снисходительность, отсутствие церемоний.

Негативные «коричневые» ключевые слова: неуверенность в себе, отказ, депрессия, разочарование, недовольство, бесплодность, навязчивые идеи разрушения. Коричневый цвет ассоциируется с плодородной почвой, вспаханной и ожидающей сева. В то же время, он может

отражать разложение органических масс и связываться со страданием, дегерацией и запустением. Коричневый получается путём комбинации разных цветов – красного и зелёного (энергии и контроля) – тем самым, выражая сдерживаемое стремление к действию и удовлетворению потребностей. Коричневый цвет получается также путём комбинации оранжевого, (необходимость психологической автономии) с синим (женским), тем самым, предполагая конфронтационные отношения с матерью. Люшер рассматривает коричневый как потемневший красный. Он означает для него пассивную рецептивность, в частности, акцент на ощущениях тела. Юнг также отмечал, что коричневый в работах его клиентов может быть связан с функцией ощущений. Люшер рассматривает коричневый цвет как отражение потребности в эмоциональной безопасности, что может наблюдаться при нарастании физического дискомфорта. Это ведёт к желанию «укорениться» - в доме, в сообществе единомышленников, безопасной общностью или семейной среде. Согласно Люшеру предпочтение коричневому говорит о сильном желании освободиться от ситуации, вызывающей дискомфорт, от опасности или соматического заболевания, конфликтов или проблем, с которыми субъект не может справиться.

Чёрный цвет

Полярные противоположности чёрного цвета: наполненность – пустота.

Позитивные «чёрные» ключевые слова: мотивированное применение силы, созидание, обучение, способности к предвидению, содержательность, скрытые сокровища.

Негативные «чёрные» ключевые слова: разрушительность, использование силы как проявление слабости и эгоизма, подавление, депрессия, пустота, воздержание, ограничения. Чёрный цвет скрывает то, чем обладает. Чёрный цвет олицетворяет прозорливость, способность видеть неочевидное. Чёрный цвет связан с высшими философскими идеалами. Чёрный может ограничивать сам и, вместе с тем, испытывать ограничения. Один из первых вопросов, который приходит на ум при виде человека одетого в чёрное: «Что же он так тщательно скрывает внутри?» Чёрный цвет выдаёт наличие чего-то скрытого, дремлющего или «похороненного». Чернота зимы содержит семена, которые взойдут следующей весной. Чёрный символизирует конец. Но именно он даёт начало и всему новому. Чёрный цвет связан с загадочностью-тьмой. Он указывает путь к овладению магией и колдовством.

Чёрный цвет – это также цвет бессознательного, тьмы, он комплементарен белому, являющемуся символом света. Чёрный цвет позволяет стоять на своём. Таким образом этот цвет олицетворяет человека, владеющего ситуацией благодаря исключительному доступу к информации. Чёрный цвет поглощает всё, ничего не отдавая взамен. Этот цвет бросает каждому из нас вызов, предлагает попытаться освободить свою истинную сущность из тьмы и мрака. Чёрный цвет, используемый не по назначению, связан с худшими проявлениями силы, грубостью, жестокостью, коварством; чёрным цветом не следует злоупотреблять. Избыток этого цвета, вместо того чтобы способствовать прогрессу, отбросит вас назад.

Чёрный цвет представляет собой одновременно и начало, и конец. С темноты день начинается и во тьму уходит. Жизнь начинается в неизвестности, и её конец нас тоже поджидает неизвестность. Чёрный цвет, как и смерть, - это тишина и спокойствие. Однако если прислушаться, становится ясно, что эта тишина тоже по-своему звучит. Вызов, который бросает человечеству чёрный цвет, состоит в том, чтобы попытаться преодолеть естественный страх за собственную жизнь и стать частью космоса. Попытаться проникнуть во тьму собственной души и отыскать там искру Всемирного света.

Заключение

Понимая всю эффективность данного метода хочется ещё раз подчеркнуть что из всех способов арт-терапии - изотерапия имеет самый широкий спектр показаний:

Искажённая, дисгармоничная самооценка

Низкая степень самопринятия

Негативный образ «Я»

Стрессовые состояния

Неудовлетворённость семейной ситуацией

Трудности эмоционального развития (у взрослых и у детей)

Агрессивность (детская и взрослая)

Страхи (у людей любого возраста)

Импульсивность

Повышенный уровень тревожности

Депрессия

Чувства эмоционального отвержения

Одиночество

Враждебность к окружающим

Неадекватное поведение

Ревность

Нарушение отношений с близкими людьми

Конфликты в межличностных отношениях

Нарушенная адаптация (психологическая помощь младшим школьникам)

Аутизм (возможность доступа к переживаниям такого ребёнка и конкретная помощь)

Работа с людьми, подвергшимися насилию

Позитивные моменты изотерапии:

Позволяет выявить проблемы или фантазии, которые в силу каких-либо причин трудно обсудить вербально.

Работа над рисунком – самый безопасный способ разрядки разрушительных и саморазрушительных тенденций.

Рисунок помогает развивать чувство внутреннего контроля. Гиперактивность

Изотерпия создаёт условия для экспериментирования со зрительными и кинестетическими ощущениями.

Способствует развитию эстетического опыта, творческому самовыражению, совершенствованию художественных способностей в целом.

Понижает уровень утомления, связанный с обучением в школе.

Создаётся атмосфера взаимного принятия.

Происходит самораскрытие человека через спонтанное творчество.

Активно протекает процесс самоанализа.

В процессе работы улучшаются межличностные отношения участников изотерапии.

Используя в своей работе терапевтическое рисование, психолог легче находит контакт с детьми, упрощается процесс диагностики, так как последняя не осознаётся участниками, независимо от их возраста.

Литература

1. Зинкевич – Евстигнеева Т., Кудзилов Д. Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии. СПб.: «Речь», 2004.
2. Киселёва М.В. Арт – терапия в работе с детьми. Санкт – Петербург: «Речь», 2006.