

АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНА ВПРАВА «МОЯ СІМ'Я У ВИГЛЯДІ КВІТІВ»

Інструкція: Пропонується намалювати свою сім'ю у вигляді квітів. Малюнок сім'ї в образі квітів відображає емоційне самопочуття, уявлення про своє місце і роль в сім'ї.

Образи квітів на малюнку, їх розташування, оточення відображають реальну сімейну ситуацію і допомагають автору малюнка її усвідомити.

Образи квітів можуть відображати:

Поле квітів – стан життя в соціумі, що замінює сім'ю; ідеальна сім'я – та, яку автор малюнка хотів би мати; сім'я, в якій виросла або зараз живе людина.

Віддалено розташовані квіти, відсутність когось із членів сім'ї вказують на слабкі емоційні зв'язки, складності і напруженість у взаєминах.

«Зів'ялі» квіти – зображення фізичного неблагополуччя або похилого віку людини. Якщо **квіти поміщені в квітковий горщик, вазу або ростуть на клумбі**, важливо прояснити, хто доглядає за цими квітами, від кого вони отримують турботу?

Якщо деякі **квіти розміщені на близькій відстані або ростуть з одного стебла**, важливо уточнити, що для автора означає таке близьке їх розташування.

Присутність в малюнку **схожих квітів, а також квітів однакового кольору** може говорити про емоційну близькість цих людей, їх схожості.

У нормі малюнок зазвичай розташовується в центрі аркуша і займає практично весь вільний простір.

Квіти можуть займати різний простір на аркуші, це може бути пов'язано з тим, як людина сприймає той життєвий простір, який дозволяє собі займати в реальності.

Якщо в малюнку присутні додаткові елементи, важливо уточнити їх значення.

Якщо автор не зображує себе: в даний момент у сім'ї є певні питання, які людина не хоче вирішувати або які викликають у неї напругу.

Якщо є члени сім'ї, які проживають разом, але на малюнку не зображені («випадково забув намалювати»), то це говорить про те, що автор їх сильно відторгає, витісняє (вони дратують).

Розмір квітів: чим більш значимим і авторитетним автор вважає члена сім'ї, тим більший розмір надає квітці, яка його відображає більш високі квіти – впливові, авторитарні, більш низькі – піддатливі, гнучкі.

Ідентифікація по кольору: коли кілька квіток намальовані одним або схожим кольором, автор малюнка сприймає цих людей як схожих, єдиних, пов'язаних якоюсь спільністю (емоційний зв'язок).

Нестандартні квіти (ті, які не ростуть в природі в тій місцевості, де проживає автор): такими квітами (ліани, кактуси) автор зазвичай зображує людей, з якими напружені, важкі відносини.

Відстань між квітами: чим ближче – тим менш емоційна дистанція і більше довіри.

Положення аркуша: горизонтальне – учасник в даний момент націлений на комунікацію, свою соціальну роль, соціальну реалізацію. Вертикальне положення говорить про пріоритетність в розвитку людини на саму себе, її духовного розвитку, саморозвитку. Отже, горизонтальне положення – це відносини, статус, кар'єра, фінанси; вертикальне – Я, мої почуття, переживання, духовний розвиток.

Автор: Лебедева Л.Д.*

*Лебедева Людмила Дмитрівна – доктор педагогічних наук, професор, проректор з наукової роботи та міжнародного співробітництва Інституту позитивних технологій та консалтингу (Москва), автор понад 180 наукових публікацій, в тому числі психологічних бестселерів «Практика арт-терапії: підходи, діагностика, система занять» і «Енциклопедія ознак і інтерпретацій в проектному малюванні та арт-терапії». Лауреат національного конкурсу «Золота Психея» (2007); дипломант II ступеня в номінації «Краща книга для практичного психолога» II Всеросійського конкурсу психологічних видань Міністерства освіти і науки РФ і Федерації психологів освіти Росії в 2007 році.

За досягнення в науково-педагогічній роботі Людмила Дмитрівна Лебедева нагороджена медаллю імені К.Д. Ушинського, Почесною грамотою Міністерства освіти РФ.