

**«ШКОЛА РОДИТЕЛЕЙ»,  
ЦИКЛ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ  
ПО ГАРМОНИЗАЦИИ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ  
ОТНОШЕНИЙ В СЕМЬЯХ,  
НАХОДЯЩИХСЯ В СОЦИАЛЬНО ОПАСНОМ ПОЛОЖЕНИИ,  
С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ МЕТОДА АРТ-ТЕРАПИИ**

*Силява Елена Вячеславовна,  
педагог-психолог  
магистр психологических наук  
ГУО «Социально-педагогический  
центр Полоцкого района»,  
ГУО «Детский сад №12 г. Полоцка»*

*Счастлив тот, кто счастлив у себя дома  
народная мудрость.*

Многие родители скажут, что ребёнок, для отца и матери, это самое ценное и дорогое. Но к сожалению, есть родители, у которых личные интересы и потребности доминируют над жизненно-необходимыми потребностями ребёнка. Иногда родители, озабоченные устройством своей личной жизни, забывают о ребёнке. О том, что ему нужно, чего ребёнок хочет, почему он грустит, с кем дружит и о чём мечтает. Некоторые родители не задумываются над тем, что семья - это один из основных факторов, влияющих на формирование, развитие, и поведение ребёнка, а также влияющий на его взрослую жизнь. С целью гармонизации детско-родительских отношений в семьях, признанных находящимися в социально опасном положении разработан цикл занятий «Школа родителей», с использованием метода арт-терапии [Приложение 1]. Исходя из опыта работы с родителями и детьми, признанными находящимися в социально опасном положении, метод арт-терапии является наиболее эффективным. Арт-терапия создаёт «площадку» для самовыражения, самопознания, самоуважения, для благополучного развития, способствует в поиске личностных ресурсов и раскрытии потенциала [1]. Термин «арт-терапия» пришел из английского языка, который состоит из двух

слов: «арт» – искусство и «терапия» – лечение, лечение искусством. Арт-терапия включает комплексное психокоррекционное, психопрофилактическое и развивающее воздействие.

Метод арт-терапии используемый на занятиях «Школа родителей» помогает:

- мотивировать родителей на создание благополучных и безопасных условий для жизни и развития детей в семье;
- сформировать ценностно-смысловые основы родительства; актуализация чувства ответственности за выполнение родительских функций;
- повысить уровень родительской компетентности в области семейного воспитания (повышение знаний о детско-родительских отношениях, возрастных особенностях детей, формирование гармоничных семейных отношений, навыков конструктивного взаимодействия с детьми, супругом);
- помочь родителям овладеть эффективными технологиями и методами воспитания детей в семье;
- снизить риск конфликтных ситуаций и кризисных состояний родителей;
- оказать психолого-педагогическую и информационную помощь семьям, попавшим в трудную жизненную ситуацию.

*Форма проведения занятий может быть групповой и индивидуальной.*

*Продолжительность занятия – 60 – 90 минут (1 час -1,5 часа). Всего - 10 занятий.*

Занятия проводятся с родителями, дети которых признаны находящимися в социально опасном положении, а также совместно с родителями и детьми. На занятиях используются следующие виды арт-терапии: сказкотерапия, игротерапия, рисуночная терапия, танцевальная терапия, музыка-терапия, кинотерапия, метафорические ассоциативные карты.

*Сказкотерапия* – процесс образования связи между сказочными событиями и поведением в реальной жизни. Осознание этой связи создаёт

возможность изменения и преобразования жизненного сценария. Сказкотерапия – это язык, на котором можно говорить с внутренним миром человека, его бессознательным. Аспекты нашей личности «разговаривают» с нашим сознанием на языке метафоры, образов. Сказкотерапия ведёт к самопознанию и самоанализу. В этом помогает сказка И.В. Вачкова «Пристанища для души» [2]. Участники занятия, прослушав сказку пишут мини-сочинение на тему, в кого бы они хотели превратиться и почему. Данное упражнение позволяет родителям по-новому взглянуть на себя, свои качества, определиться в своих жизненных позициях и ценностях. Сказка И.В. Вачкова «Волшебные зеркала» позволяет родителю задуматься, каким, по его мнению, видят его окружающие, помогает оценить самого себя, а также определить, что родитель хотел бы изменить в себе [2]. Сказка А.С. Пушкина «Золотая рыбка», помогает выявить свои желания, определить их значимость и проанализировать выбранные жизненные ценности. Данная сказка рассказывает о взаимоотношениях супругов. Сказка «Колобок», подводит к рассуждению о методах воспитания и взаимоотношения родителей и детей. Сказка «Курочка ряба», говорит о том, как долго люди ищут своё счастья, но редко кто знает, как оно должно выглядеть. Сказка даёт возможность родителю задуматься, что для него является счастьем [5].

Участникам занятия предлагается составить свою сказку, по схеме: герой == событие == противник == помощник == испытание == локация == финал. Для визуализации картины используются игрушки. Упражнение «Изменить свой сценарий», помогает найти конструктивные способы изменения своей жизни. Упражнение состоит из трёх этапов: 1 – определения сценария, 2 – расшифровка сценария (указать героя). 3 – изменения сценария (что хочется изменить в жизненном сценарии) [4].

*Игротерапия*, обеспечивает эмоциональную разрядку, снятия напряжения, пробуждает в родителе «ребёнка», что позволяет посмотреть на свои взаимоотношения с ребёнком, под другим «углом». Совместные игровые

занятия, с родителями и детьми, снимают эмоциональный барьер во взаимоотношениях, сближают, учат родителей слышать и понимать своих детей. Одним из упражнений игротерапии является «Семейное фото», в котором каждому участнику игры, предлагается расставить других игроков так, как он бы их поставил при создании семейного фото. Данное упражнение является диагностическим. Оно помогает определить психоэмоциональную дистанцию между членами семьи, показывает, кто какую роль занимает в семье [3]. В упражнение «Мягкая игрушка», родителям предлагается взять понравившуюся игрушку и представить, что это их ребёнок, затем пожалеть и приласкать игрушку так, как бы они пожалели и приласкали своего ребёнка. После выполнения задания проводится его обсуждение. Родители делятся своими эмоциями и чувствами, которые испытывали при выполнении упражнения [Приложение 2]. Совместно с родителями и детьми используется упражнение «Шаги навстречу к друг другу» [Приложение 2]. Цель - снижение психологического барьера во взаимоотношениях детей и родителей. В данном упражнении ребёнок и родитель становятся друг на против друг, на расстоянии десяти шагов. Затем каждый по очереди делает шаг на встречу друг другу, с каждым шагом участник говорит ласковые слова, слова благодарности, комплимент в адрес того, к кому идёт, в итоге родитель и ребёнок сближаются. На занятиях совместно с родителями и детьми старшего дошкольного возраста и младшего школьного возраста используется игра «Путешествие по цветочным городам». Родители и взрослые садятся в круг, рядом друг с другом. Психолог предлагает участникам представить, что они едут в поезде. Каждая пара (родитель и ребёнок) по очереди должна объявлять название городов. Например, говорить: «Мы подъезжаем к городу «Розочкину» показывать картинку с розочкой и вкратце рассказать о городе: какие там живут дети и родители (добрые. весёлые. дружные, злые и т.д.). Данное игровое упражнение может является диагностическим, которое поможет педагогу-психологу и родителю определить, как ребёнок чувствует себя в семье, какие у него

взаимоотношения с родителями, также упражнение показывает, как родитель относится к своей семье, к ребёнку. На совместных занятиях с родителями и детьми используется игровое упражнение «Если бы я был мамой (дочкой или сыном)», которое учит осознавать свои желания, понимать, чем желание отличается от намерений и целей [5]. В работе с родителями используется упражнение «Сюрприз», где каждый родитель получает маленький бумажный сверточек внутри, которого конфета, но у каждого она разная. Затем родители разворачивают бумажный свёрток и описывают, что они видят, какие эмоции при этом испытывают. Психолог подводит к мысли, о том, что дети подобны этому «сюрпризу», полны скрытых желаний, возможностей, способностей. Однако родители считают, что их ребёнок, как все дети, и не задумываются, над тем, что их ребёнок хоть может и маленький, но уже личность, со своими мыслями, желаниями, чувствами. И задача родителей «развернуть бумагу» и найти потенциал ребёнка «изюминку» и указать на это самому ребёнку, чтобы он знал, что у него есть то, чем он может гордиться, талант, способности и т.д., то, что нужно укреплять и развивать.

*Рисуночная терапия* в работе с семьёй направлена на предоставление возможности родителю и ребёнку графически выразить свои чувства и мысли, иногда даже не осознаваемые им самим. Рисунки выполняются на следующие темы: отношение к самому себе, своей семье. Тема рисунков: «Мой обычный день», «Я в прошлом», «Я в образе.....», «Я дома», «Мой мир», «Я и мои дети», «Моя главная проблема с детьми» и т.п. Абстрактные понятия, тема рисунков: «Одиночество», «Страх», «Любовь», «Три желания», «Остров счастья» и т.п. На совместных занятиях родителей с детьми используются упражнения: «Разукрашиваем слова - «Родитель», «Ребёнок», «Семья». Данное упражнение помогает определить отношение родителя к ребёнку, к семье, к себе, а также определить отношение ребёнка к родителю, к семье, к себе. При оценке работы, учитывается цветовая гамма, используемая при разукрашивании слов. На совместных занятиях с родителями и детьми применяется упражнение «Герб

моей семьи» [Приложение 2]. Здесь отдельно родителям и детям предлагается отразить на гербе особенности своей семьи. Упражнение показывает, как воспринимает свою семью родитель и ребёнок, есть ли у них сходство. *Музыкатерапия и танцевальная терапия* помогают снять эмоциональное напряжение, стимулируют активность. В музыкотерапии используется релаксационная музыка, успокаивающая мелодия. Например, прелюдия № 1. И.С. Баха, мобилизующие мелодии К. Глюк «Мелодия». Продолжительность прослушивания мелодий не более 4 минут. В танцевальной терапии применяется упражнение «Танец счастливого родителя» или «Танец счастливого человека».

Элемент кинотерапии включает просмотр документальных фильмов, видеороликов, по волнуемой проблеме, с последующим анализом [Приложение 2]. Родителям предлагается просмотр мультфильма «Кастрюлька для Антонио» в котором показано принятие родителем ребёнка с проблемами в поведении, развитии, в общении.

Использование в работе с родителями и детьми метафорических ассоциативных карт (МАК) помогает участникам занятия в самостоятельном определении семейных ценностей, в определении взаимоотношений, в раскрытии личностного потенциала и поиске личностных ресурсов [Приложение 2]. Арт-терапия - это форма общения, где её виды (рисунки, игры, танцы, сказки и т.п.) заменяют язык. Помогают определить проблему во взаимоотношениях родителей и детей и найти конструктивные способы её решения.

#### Список использованных источников

1. Воронова, А.А. Арт-терапия для детей и их родителей. – Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 253 с.: ил. – (Психологический практикум).
2. Вочков, И.В. Сказкотерапия: Развитие самосознания через психологическую сказку. – Москва: Ось-89, 201. - 144 с.
3. Зинкевич-Естигнеева, Т.Д. Практикум по сказкотерапии. – Санкт-Петербург; Москва: Речь, 2021. – 320 с.
4. Кэдьюсон Х., Шефер Ч. Практикум по игровой психотерапии. - СПб.: Питер, 2001. - 416 с.
5. Хухлаев, О.Е. Хухлаева, О.В. Волшебные капельки счастья: терапевтические сказки. – Москва: Проспект, 2021. – 384 с.

Тематический план занятий

| <i>№</i> | <i>Тема занятия</i>                                | <i>Цель и задачи</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | <i>Используемые упражнения</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|----------|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1        | «Семья – источник здоровья и благополучия ребёнка» | Мотивирование родителей на создание в семье благополучных и безопасных условий для жизни и развития ребёнка. Показать родителям факторы влияния семьи на формирование и развитие личности ребёнка, на его поведение и взрослую жизнь.                                                                                     | Просмотр видеороликов: «Неблагополучные семьи»; «Как видят дети пьющих родителей». Упражнение ««+» и «-» в моей семье». Просмотр мультфильм «Кастрюлька для Антонио» Сказка «Колобок»                                                                                                                                                                                                                            |
| 2.       | «Тело ребёнка помнит всё»                          | профилактика семейного насилия в отношении несовершеннолетних.<br>- Рассмотреть влияние семейного насилия на поведения и эмоциональное состояние ребёнка;<br>- определить способы и методы защиты детей от насилия в семье;<br>-определить методы семейного воспитания и взаимоотношений благотворно влияющие на ребёнка. | Упражнение «Прикосновение ладошки». Упражнение «Хлопки». Упражнение «Что чувствует и как себя ведёт ребёнок»<br>- когда на него кричат,<br>-при ссоре родителей,<br>-когда его бьют родители,<br>- когда ребёнка игнорируют родители»,<br>- что чувствует и как себя ведёт ребёнок у пьющих родителей.<br>Упражнение «Семья - безопасное место – благополучное развивающиеся дети». Упражнение «Мягкая игрушка». |
| 3        | «Нарушение детско-родительских отношений»          | мотивирование родителей на формирование                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Упражнение «Семейная социометрия». Упражнение «Сюрприз».                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |

|   |                                                                    |                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                      |
|---|--------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                                                    | открытой родительской любви к своим детям, развитие у членов семьи толерантности, терпимости, понимания друг к другу.                               | Упражнение «Если бы он был.....».<br>Упражнение «Мой ребенок».                                                                                                                                                       |
| 4 | «Жизнь по собственному сценарию»                                   | помочь родителям пересмотреть свои жизненные ценности, развить позитивное отношение к жизни, определить способы преодоления возникающих проблем.    | Сказка «Золотая рыбка»<br>Упражнение «Кораблик жизни».<br>Упражнение «Пирамида достижения».<br>Сказка «Волшебные зеркала».<br>Упражнение «Изменить свой сценарий».<br>(составление сказки)<br>Релаксационная музыка. |
| 5 | «Я хочу, я могу, я сделаю»                                         | развитие мотивации к самопознанию и саморазвитию, развитие личностного потенциала; формирование новой модели поведения.                             | Упражнение «Закончить предложение» «Я... (10 пунктов)».<br>Упражнение «Майки»<br>Упражнение «Дом мечты»<br>Сказка «Пристанище для души».<br>Упражнение «Закончить предложения: «Я хочу...», «Я могу...».             |
| 6 | «Рисунок своей новой жизни»                                        | помощь родителю в поиске и развитии своего личностного потенциала и определение в своих жизненных позициях и ценностях, создания проекции на успех. | Сказка «Пристанище для души» И.В. Вачкова.<br>Упражнение «Встреча с мудрецом».<br>Упражнение «На вершине успеха».<br>Упражнение «Рисунок моей новой жизни».<br>Упражнение «Будильник»                                |
| 7 | «Как услышать своего ребёнка»<br>(совместно с родителями и детьми) | повысить уровень родительской компетентности в вопросе воспитания и общения с детьми; сформировать навыки                                           | Упражнение «Герб моей семьи».<br>Работа с (МАК) метафорическими ассоциативными картами.                                                                                                                              |

|    |                                                                |                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
|----|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                                                                | <p>невербального общения; развить навыки активного слушания;</p> <p>повысить уровень развития доверительных отношений между родителем и ребёнком.</p>                                                            | <p>Упражнение «Семейное фото».</p> <p>Упражнение «Путешествие по цветочным городам»</p> <p>Упражнение «Разукрашиваем слова</p>                                                                                                                                                                             |
| 8  | «Счастливая семья»                                             | <p>разобрать понятие «Счастливая семья», создать модель счастливой семьи; помочь родителям найти способы, которые помогут сделать их семью счастливой; снять эмоционального напряжения и поднять настроение.</p> | <p>Упражнение «Счастливая семья это.....».</p> <p>Упражнение «Дары которые необходимы моей семье».</p> <p>Сказка «Талисман» Г. А. Андерсена.</p> <p>Упражнение «Талисман счастья для моей семьи».</p> <p>Упражнение «Счастливые моменты в моей жизни».</p> <p>Упражнение «Танец счастливого человека».</p> |
| 9  | «Моя счастливая семья»<br>(совместно с родителями и детьми)    | <p>повысить уровень развития коммуникативной сферы детей и родителей;</p> <p>сформировать навыки невербального общения.</p>                                                                                      | <p>Просмотр видеоролика «Счастлива семья».</p> <p>Упражнение «Снежинки».</p> <p>Упражнение «Если бы я была .....мамой, дочкой»</p> <p>Самый внимательный и наблюдательный».</p> <p>«Совместный рисунок».</p>                                                                                               |
| 10 | «Навстречу друг с другом»<br>(совместно с родителями и детьми) | <p>усилить чувства близости между родителями и детьми.</p>                                                                                                                                                       | <p>Упражнения:</p> <p>«Разыскивается»</p> <p>«Голос мамы»</p> <p>«Шаги на встречу».</p>                                                                                                                                                                                                                    |

Фото занятий  
по гармонизации детско-родительских отношений  
с элементами арт-терапии

*Упражнение «Счастливая семья это..»*



*Упражнение с МАК*



*Упражнение «Шаги на встречу»*



*Просмотр видеороликов*



*Упражнение «Герб моей семьи»*

*Упражнение «Мягкая игрушка»*

