

ЗАСТОСУВАННЯ АРТТЕРАПЕВТИЧНОЇ ТЕХНІКИ «СОНЕЧКО» В СІМЕЙНОМУ КОНСУЛЬТУВАННІ

It is presented in the article the author's art-therapeutic methodology of the initial interview «Sun», which relates to supporting art-therapeutic techniques, based on the information obtained during the initial interview with the client and can be used in subsequent psycho-correction work as one of the resource components. A separate aspect is should take into account the following positions and using of appropriate techniques: a rotational survey, the perception of each point of view, the rules of conducting the conversation (to be a model), a survey instead of diagnosis, clarification of new points of view, circular, reverse poll, externalization, reframing, target model.

Сучасний клієнт, під впливом тенденції популяризації збереження психічного здоров'я, стрімкої динаміки розповсюдження різних напрямків психологічної та педагогічної роботи, звертається із запитом не просто за окремим розвитком тієї чи іншої проблемної характеристики, а за пошуком умов збереження цілісної гармонічної структури особистості, можливостей прогнозування їх соціально-психологічної адаптації після завершення консультативного втручання.

У системному сімейному підході наголошується на важливості ознайомлення з усіма точками зору, які існують та існували щодо причини проблеми, хто кого підтримує у цих поглядах, хто залишається аутсайдером. Особлива увага приділяється висловлюванням кожного члена системи про те, як він бачить проблему і формулює запит. У той самий час саме техніки арттерапії дозволяють гармонійно і швидко вирішити це завдання. Розроблена нами техніка «Сонечко» пропонується для роботи в сімейному консультуванні як з парами, так і для роботи з проблемами дитячо-батьківських стосунків.

Варіант 1 (індивідуальне, парне, групове консультування).

Завдання: на кожній смужці окремо клієнтові пропонується написати по 10 «позитивних» своїх якостей і 10 «негативних» якостей, де одна смужка – одна характеристика. У протоколі необхідно зазначити можливі коментарі, що робить клієнт у процесі роботи; час, який він витратив на написання власних характеристик; відмітити характеристики, які написати було найскладніше.

Клієнту пропонується розфарбувати кружечок як серединку Сонечка (можливе як просте розфарбовування, так і з подальшим малюванням рис обличчя). Далі клієнту пропонується наклеїти смужки з написаними на них характеристиками на зворотньому боці кружечка у вигляді сонячних промінців. За бажанням, можна їх розфарбувати.

Далі відбувається обговорення отриманого результату та процесу роботи.

Досліджуванім пропонується відповісти на питання і виконати такі завдання:

- Проаналізуйте, наскільки легким для Вас був процес написання власних характеристик.
- Які характеристики було писати легше – позитивні чи негативні?
- Які саме характеристики викликали у Вас найбільшу проблему щодо їх написання?
- Які асоціації виникають у Вас з даними «проблемними» словами?
- За допомогою будь-якого артзасобу спробуйте зобразити ці якості (створити малюнок, виліпити з пластиліну, прийняти позу, танцем чи голосом) – відобразити, як Ви відчуваєте цю «проблемну» характеристику.

На наступному етапі пропонується обговорення в парі – що цінного для партнерів було в процесі створення «сонечка» та відповідей на питання, що нового дізналися один про одного і яку підтримку є бажання надати своєму партнерові.

Варіант 2 (консультування батьків стосовно власної дитини)

Завдання: на кожній смужці окремо батькам пропонується написати по 10 «позитивних» і 10 «негативних» якостей своєї дитини, де одна смужка – одна характеристика. У протоколі необхідно зазначити можливі коментарі, що робились у процесі роботи; час, який витрачався на написання характеристик дитини; відмітити характеристики, які написати було найскладніше.

Батькам пропонується розфарбувати кружечок як серединку Сонечка (можливе як просте розфарбовування, так і з подальшим малюванням рис обличчя). Далі пропонується наклеїти смужки з написаними на них характеристиками на зворотній бік кружечка у вигляді сонячних промінців. За бажанням, можна їх розфарбувати.

Далі відбувається обговорення отриманого результату та процесу роботи.

- Проаналізуйте, наскільки легким для Вас був процес написання характеристик власної дитини.
- Які характеристики було писати легше – позитивні чи негативні?
- Які саме характеристики викликали у Вас найбільшу проблему щодо їх написання?
- Які асоціації виникають у Вас з цими «проблемними» словами?

Після закінчення роботи психолог надає батькам інтерпретацію у такій можливій формі: «Сонечко, що ви зробили, то є ваша дитина з її гарними чи поганими якостями, коли вона сумна чи радіє. Не залежно від того, в якому ви перебуваєте настрої – ваша дитина залишається вашою дитиною, яка так само потребує вашої уваги, тепла і любові. Вона так само любить вас, навіть коли ображена на вас. Стосунки між вами та вашою дитиною є найціннішими стосунками в світі!»

Упродовж подальшої психокорекційної роботи психолог може за необхідністю звертатись до створеного сонечка як до об'єкта психологічного переносу.

Апробацію методики «Сонечко» було проведено практичними психологами при роботі з дітьми, батьками, в індивідуальному та сімейному консультуванні (психологами Палацу творчості дітей та юнацтва у м. Київ та у м. Хмельницький, кафедрою педагогіки та психології професійної освіти Національного авіаційного університету). За результатами проведеної роботи було висунуто припущення, що методика «Сонечко» є ресурсною, підтримувальною методикою, яку доцільно застосовувати під час первинних зустрічей в консультуванні пар та в індивідуальній роботі з клієнтом.