

Выступление на метод объединении психологов по теме: « Техники арт-терапии, как средство коррекции девиантного поведения»

Эбру- это старинная графическая техника рисования на поверхности воды, позволяющая получить в один прием красочный оттиск с ее поверхности. В результате на ткани или бумаге остается неповторимый рисунок.

Эбру- релаксация представляет собой интуитивное рисование. Это хороший способ расслабиться, остановить поток мыслей, дать возможность левому полушарию отдохнуть, активировать работу правого, тем самым освобождая доступ к собственному внутреннему миру, его ресурсным состояниям.

На начальных этапах не показаны групповые формы, индивидуальная работа с подростком является более эффективной.

Психологическая сказка «Счастье» Стишенок И.В

Сказка способствует: осознанию своего состояния, поиску внутреннего ресурса, развитию жизнерадостности и уверенности в себе.

Упражнение « Мои моменты радости».

Цель: снять эмоциональное напряжение, перезагрузиться, зачерпнуть свежие силы.

Предложить подростку с помощью красок и воды (раствора) эбру выполнить интуитивный рисунок.

Обсуждение:

- Нравится ли результат?
- Какие образы ты видишь?
- О каких радостных моментах твоей жизни они напоминают?
- Какие простые действия приносят тебе радость?
- Когда ты испытываешь радость?
- Чему ты радовался последний раз?

Метафорические карты «Ресурсы» -универсальная колода для выбора ресурсных состояний , автор Ирина Орда.

Подростку предлагается в закрытую выбрать карту из колоды и ответить на вопрос: Что принесет мне радости в ближайшее время?