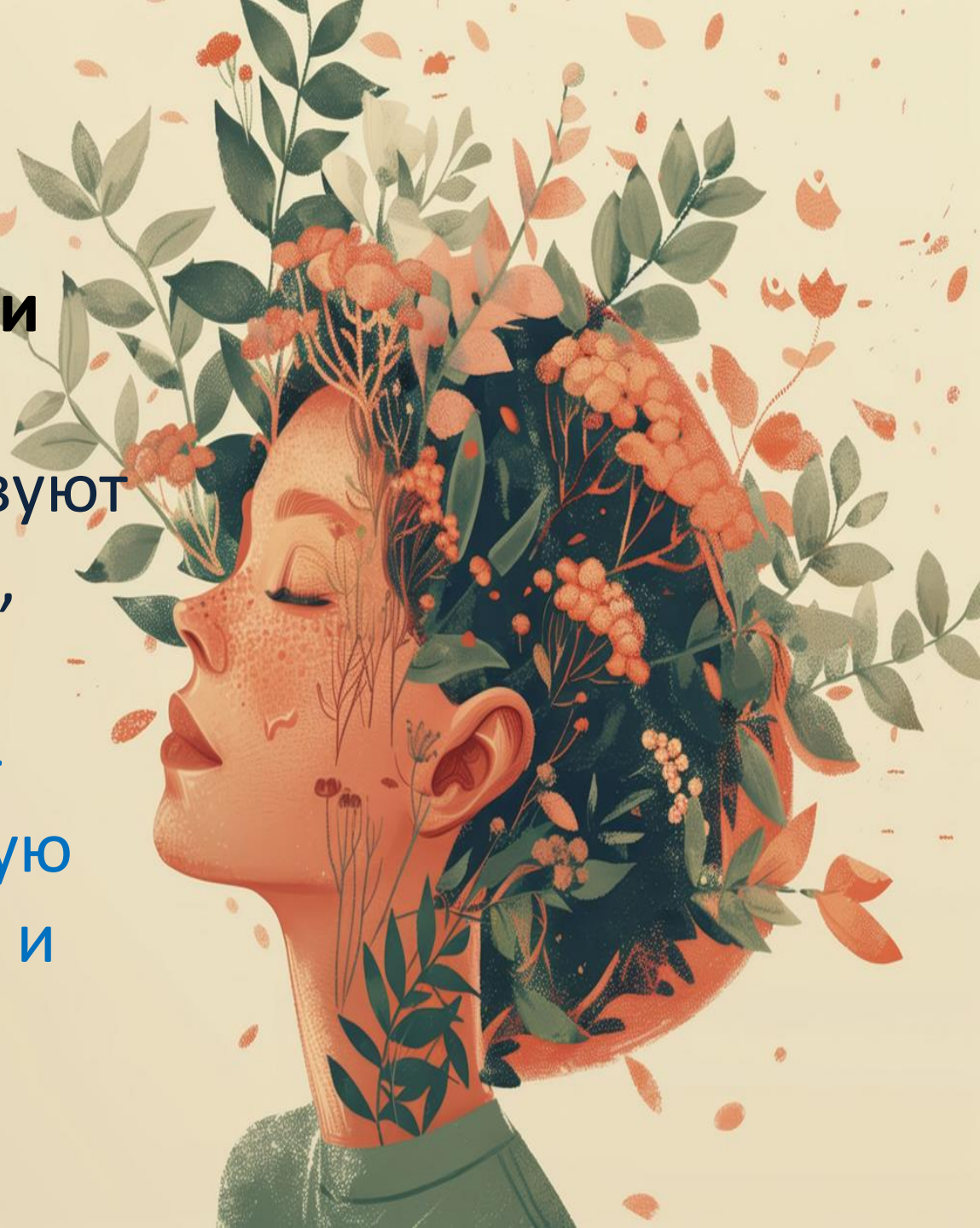


«Арт-терапия как
инструмент коррекции
деструктивного поведения у
студентов: от агрессии к
творчеству»

Для работы с подростками при деструктивном поведении используют разные техники, которые могут включать и арт-терапию, и игровую терапию, беседы и тренинги.



1. Изотерапия (терапия изобразительным искусством)

Основные техники:

Мандала-терапия — раскрашивание мандал помогает структурировать внутреннее состояние, развивает эмоциональную регуляцию. Исследования показывают, что у студентов с деструктивным поведением этот метод позволяет выявить поведенческие паттерны и способствует снижению импульсивности.

Рисование страха / гнева — визуализация деструктивной эмоции с последующей трансформацией образа (например, превращение «страха» в «защитника»)

Создание «Карты безопасности» — визуализация внутренних и внешних источников опоры, помогающая сформировать чувство стабильности

Рисунок «Мой ресурс» или «Мой защитник» — создание образа, символизирующего личные сильные стороны и поддержку



2. Сказкотерапия

Использует метафору и повествование для осознания и коррекции поведенческих паттернов

Основные направления:

- Сочинение историй с альтернативными сценариями разрешения конфликтов
- Анализ сказочных сюжетов, отражающих деструктивные модели поведения
- Создание персонажей, проходящих путь трансформации от агрессии к конструктивному взаимодействию

По данным научных исследований, сказкотерапия способствует формированию навыков самоанализа и неконфликтного общения

3. Песочная терапия (Sandplay)

Работа с песком и миниатюрными фигурками создает безопасное пространство для выражения внутренних конфликтов.

Терапевтические эффекты:

- Создание и разрушение «миров» позволяет безопасно отреагировать агрессию
- Символическое построение пространства дает возможность пережить чувство контроля
- Тактильная работа с песком снижает тревожность и напряжение



4. Фототерапия

Использование фотографий и работы с изображениями для рефлексии и самопознания.

Формы работы:

-Работа с метафорическими ассоциативными картами (МАК) — эффективный инструмент диагностики и коррекции аутодеструктивного поведения

-Создание коллажей, отражающих внутренние ресурсы и цели
Анализ личных фотографий для осознания значимых отношений и опыта



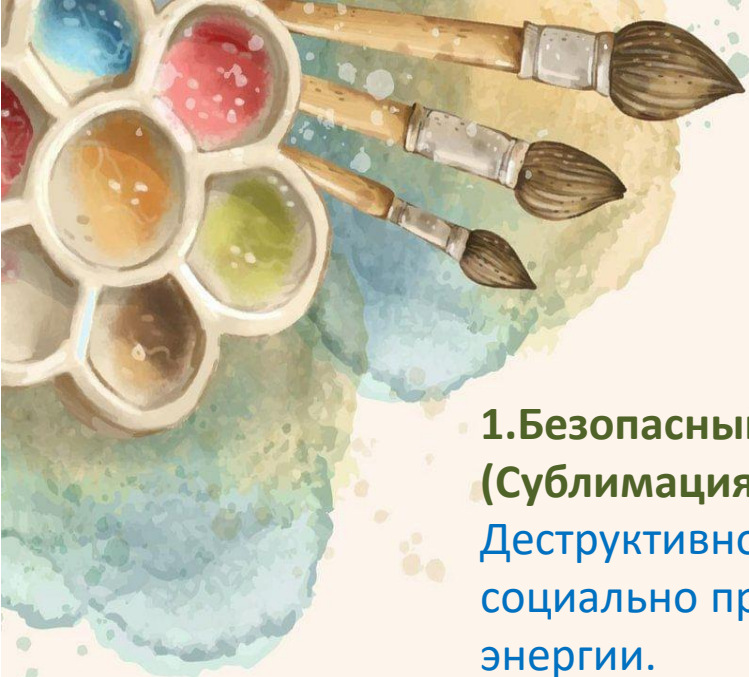
5. Нейрографика

Современный метод, сочетающий рисование с нейропсихологическими механизмами регуляции эмоций.

Особенности:

- Рисование по специальным алгоритмам, позволяющим снять эмоциональное напряжение
- Работа с бессознательными паттернами через спонтанные линии
- Трансформация тревоги через визуализацию и перерисовку





**В работе со студентами
(юношеский возраст) арт-
терапия эффективна по трем
основным причинам:**

**1.Безопасный выход агрессии
(Сублимация).**


Деструктивному студенту нужен легальный,
социально приемлемый выход для своей
энергии.

**2.Преодоление сопротивления и работа с
«Я-концепцией».**

Студенты с деструктивным поведением
часто имеют низкую самооценку или
искаженный образ себя.

3.Развитие саморегуляции и эмпатии.

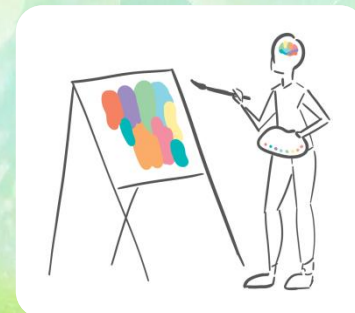
Деструктивное поведение часто связано с
неумением понимать свои и чужие эмоции
(низкий эмоциональный интеллект).



В работе с подростками МОЖНО ИСПОЛЬЗОВАТЬ:

Арт - терапия

1. Индивидуальную работу



2. Групповые арт-терапевтические упражнения



«ДЕРЕВО ЧУВСТВ»



Техника «Дерево чувств» — арт-терапевтическая методика, направленная на обучение подростков пониманию и свободному выражению чувств, исследование их причин и форм проявлений.

Цель — актуализировать эмоциональное состояние подростка, сформировать умение самоанализа и саморефлексии.

Методика проведения

Работа выполняется в технике коллажа.

Материалы: для создания «дерева чувств» можно использовать пластилин, цветную бумагу, ножницы и клей.

Интерпретация

Анализ созданных коллажей



В заключении хочу сказать

Уважаемые коллеги, эффективность арт-терапии в работе с деструктивным поведением заключается в простой формуле: **Вместо «Не делай так!» мы говорим «Давай выразим это по-другому».**

Это не просто рисование — это создание безопасной среды, где разрушительная энергия трансформируется в творческую. Это мост между бессознательным конфликтом и его осознанным решением.



**АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ТЕХНИКИ
ОСУЩЕСТВЛЯЮТСЯ В ТОМ ЧИСЛЕ В РАМКАХ
ПРОЕКТА БАНКА ЛУЧШИХ ПЕДАГОГИЧЕСКИХ
УПРАВЛЕНЧЕСКИХ ПРАКТИК.**

<https://www.bgtc.su/obrazovanie/regionalnaya-innovacionnaya-ploshhadka/bank-luchshih-upravlencheskih-i-pedagogicheskikh-praktik/>



Цель деятельности проекта банка лучших управленческих и педагогических практик: организация единой региональной методической площадки для ПОО, способствующей непрерывному профессиональному развитию педагогических работников в сфере воспитания.

A close-up photograph of a child's hand, heavily smeared with various colors of paint (yellow, green, red, blue). The hand is positioned over a white surface that is also covered in colorful paint splatters and smudges. The background is softly blurred, showing hints of green and white. The overall scene conveys a sense of creative play and artistic expression.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!