

Методики и техники в
работе с
несовершеннолетними

Подготовила: Филимонова Валентина Михайловна

Арт-терапевтическая техника «Розовый куст» (автор Дж. Аллан)

-
- ❑ **Цель:** диагностическая, данная методика позволяет получить ценную информацию о внутреннем мире человека. Рисуя розовый куст, ребенок фактически рисует свой внутренний мир, а розовый куст является метафорой его состояния. Коррекционная – в процессе опроса, дорисовывания происходит трансформация проблемной области, эмоции переходят в позитивное русло.
 - ❑ Методика «Розовый куст» символизирует эмоциональную сущность человека. Это упражнение – медитация, с помощью которого можно осуществить удивительное путешествие в собственное подсознание и открыть внутреннее состояние.

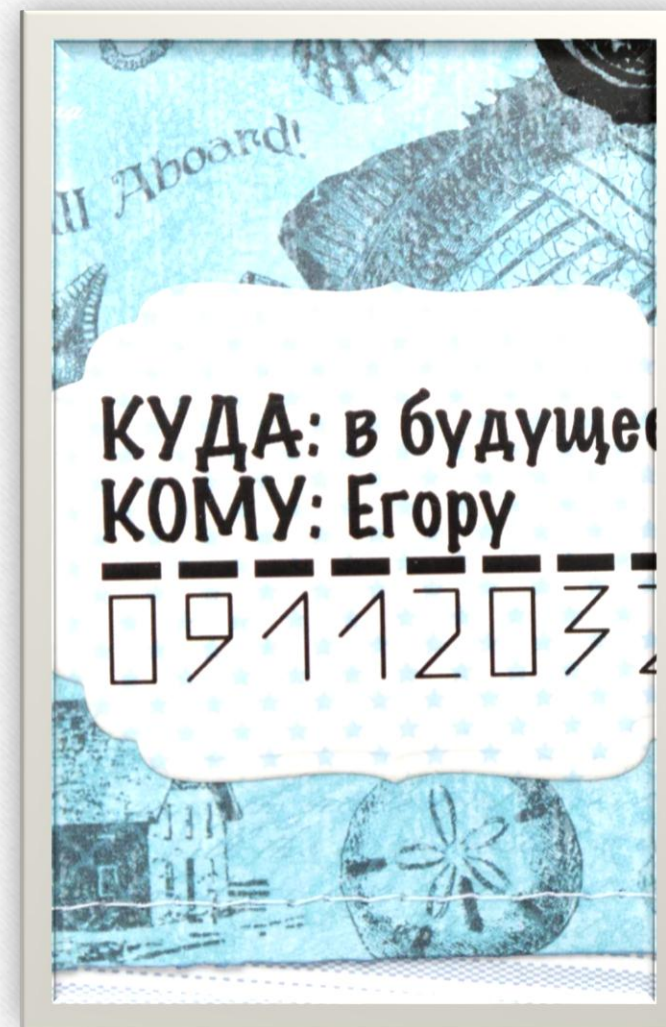
Шест "Придумай историю" Р.Силвер



- ❑ **Цель:** диагностическая, коррекционная и развивающая методика, может применяться для оценки познавательной и эмоциональной сфер и образа «я» детей.
- ❑ Тестирование может проводиться как индивидуально, так и в группе. Тест может применяться для оценки состояния детей начиная с пятилетнего возраста, а также подростков и взрослых. Время выполнения задания не ограничивается.

Техника «Письмо в будущее»

- **Цель:** письма в будущее помогают нам возродить некие подростковые механизмы. Например, «мысли наперед», которые свойственны в 15-16-летнем возрасте, такая методика будет наиболее эффективной при каждой конкретной ситуации, при решении каждой конкретной задачи.



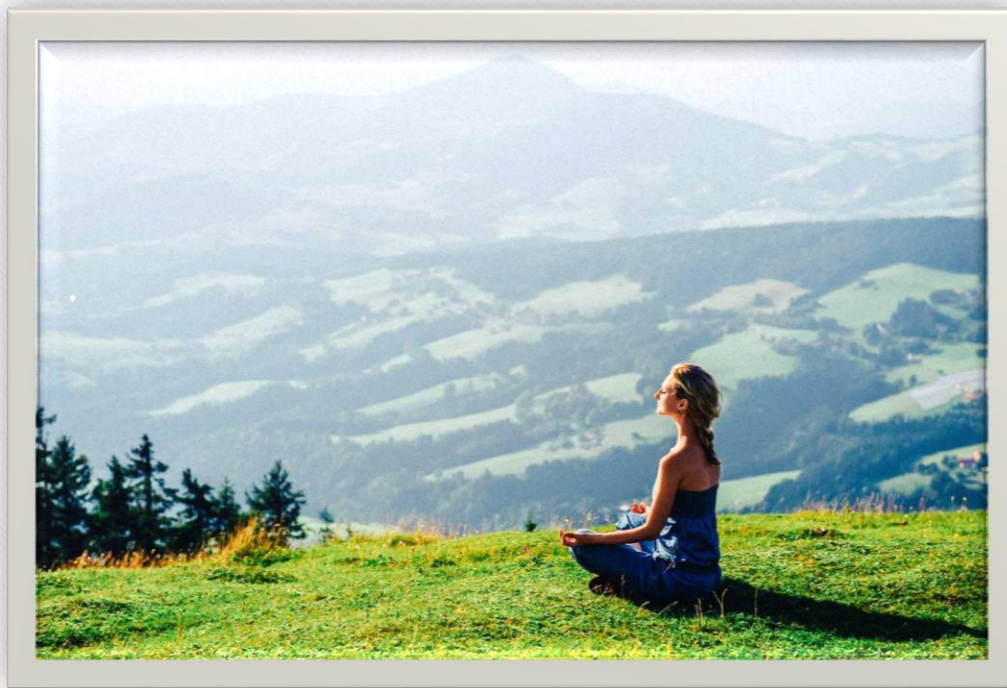
Интервью «Волшебный мир»

- ❑ **Цель:** данная методика применяется в целях знакомства с ребенком, его главными проблемами. В интервью ребенку предлагается идентифицировать себя со всемогущим волшебником, который может сделать все, что захочет, в волшебной стране и в нашем реальном мире: превратиться в любое существо, в любое животное, стать маленьким или взрослым, мальчику стать девочкой и наоборот и т. п. По ходу интервью идентификация со всемогущим волшебником ослабевает, и в конце интервью психолог выводит ребенка из роли волшебника.
- ❑ Данная методика является удобным средством установить контакт с ребенком, позволяя ему пережить в игре многие значимые для него моменты. В этом заключается психотерапевтический эффект данной методики. После каждого ответа ребенка следует спросить, почему он сделал бы то или иное дело, превратился бы в кого-то и т.д. Эти объяснения являются основой для содержательной интерпретации результатов.
- ❑ Обследование рекомендуется проводить наедине с ребенком.

Методика «Мой жизненный путь»

□ Методика «Мой жизненный путь» реализует современный подход к психологической диагностике и консультированию клиентов. Методика позволяет выявлять эмоциональное состояние человека, некоторые особенности его темперамента и характера, специфику представлений о своей жизни и отношений к ней, определять личностные проблемы и возможные способы их решения, формулировать цели и планировать пути их достижения. Методика представляет собой комплексный способ психологической диагностики и консультирования подростков и взрослых людей.

Техника «Безопасное место» или «Место внутреннего покоя»



- Эту технику и ее модификации эффективно использовать для создания ресурса для клиента, который позволит ему снизить тревогу, расслабиться, справиться со стрессом и негативными эмоциями.

Опросник: СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ И ТРУДНОСТИ (ССТ)

- ❑ ССТ – это краткий скрининговый опросник, который можно использовать для оценки поведения у детей и подростков от 3 до 16 лет. Опросник включает в себя оценку психологических свойств подростка и оценку о влиянии имеющихся проблем подростка на разные стороны его социальной жизни.
- ❑ Эти свойства распределяются по 5 шкалам:
 - ✓ Эмоциональные симптомы
 - ✓ Проблемы с поведением
 - ✓ Гиперактивность/Невнимательность
 - ✓ Проблемы взаимоотношений со сверстниками
 - ✓ Просоциальное поведение

Техника «Четыре стула»



- **Цель:** Принятие чувств как ресурс жизнестойкости, которая поможет понять свою проблему, переработать, трансформировать в позитивный опыт.

*Упражнение «Мамино и
папино послание»
(проработка детско-
родительских отношений)*

-
- Упражнение ППП
(понимаю, принимаю ,
прощаю).(Проработка
детско-родительских
отношений).



Люшеровский цвет

- ✓ Красный – лидер
- ✓ Желтый - потребность в общении
- ✓ Фиолетовый – уход из реальности
- ✓ Зеленый – отстаивание позиций (спор)
- ✓ Синий – потребность к проверке
- ✓ Серый – спокойствие
- ✓ Коричневый- тревога
- ✓ Черный – негативизм

