

МОЯ правда жизни

метафорические арт – терапевтические карты для групповой работы

в набор входят:

- 45 карт – фотографий сцен
- колокольчик

Как работать с колодой?

Психолог или арт - терапевт раскладывает карты – сцены на столе перед группой. Объясняет, что белая (пустая) карта для члена группы который не найдет из предложенных сцен своей и представит себя возможно на какой – то другой сцене. Далее группа обсуждает правила работы, одно из правил вносится психологом или арт - терапевтом без обсуждения – это **правило без оценочного принятия происходящего**, которое является одинаково полезным как для человека находящегося на сцене, так и для зрителя или участника группы. Затем обозначается психологом или арт – терапевтом то место, где будет сцена и зрительный зал. Психолог может использовать реквизит для сцены и гримерной любой. Например; стул, веер, зеркало, парик, шарф, т.е. все что есть « под рукой» и относится к театру! Фантазия тренера не ограничивается. Музыкальное сопровождение тоже предоставляется психологу на выбор.

Участникам предлагается из предложенных карт выбрать сцену или несколько сцен и перед тем, как заиграет музыка ответить на следующие вопросы;

- 1) Кто я?..
- 2) Какую выбираю роль?..
- 3) Что меня сейчас волнует?..
- 4) О чем пришло время заявить?..
- 5) Я хочу говорить... О чем?

Объявляется первый звонок. На несколько минут включается музыка. Участники могут свободно передвигаться по залу, примерять реквизиты, думать о своем выступлении. Если участник выбрал несколько карт сцен, то необходимо распределить сцены по степени важности и оставить какую-то одну.

Музыка заканчивается. **Звонит колокольчик** подтверждающий **первый звонок в театре**. Участники- актеры определившиеся с образом и картой присаживаются в зрительный зал.

Снова включается музыка на несколько минут. Участники продолжают входить в образ, передвигаться по залу. **Звонит второй звонок**. По готовности актеры занимают места в зрительном зале.

Психолог предупреждает о третьем звонке, о том, что пора не решившимся участникам сделать свой выбор. Снова включает на несколько минут музыку.

Звенит третий звонок! Все останавливается. Участников с выбранными картами психолог просит занять оставшиеся зрительные места.

ТЕАРТ НАЧИНАЕТСЯ!!!

По желанию участник - актер выходит на сцену из зрительного зала. Показывает свою карту, объясняет почему он выбрал именно ее. Со словами меня сейчас волнует это или я сейчас хочу говорить или петь или танцевать вот об этом... начинает свое выступление. Зрители внимательно смотрят все происходящее на сцене. Окончание выступления каждого участника не оценивается. Группа учится «аккумулировать» в себе другие социальные роли, которые в реальной жизни людьми обычно принимаются с трудом. После выступления крайнего участника **ЗАНАВЕС ЗАКРЫВАЕТСЯ...**

Участники садятся в круг. Благодарят друг – друга за новые эмоции, за новые впечатления, за «разговор ДУШИ» и т.д.

Психолог благодарит участников за проведенное совместное время и приглашает на новые встречи.

До новых встреч! Пусть все сбудется!