

# «Фрактальное рисование»



# Фрактальное рисование

Метод фрактального рисования был разработан Т.З. Полуяхтовой А. Е. Комовым. в 1991 г.

Он основан на взаимосвязи между мелкой моторикой человека и его психическим состоянием, ведь рисунок несет информацию о

состоянии души и тела.



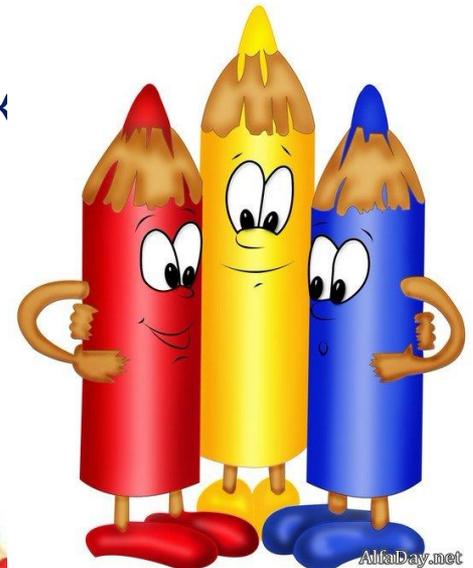
## Использование фрактального рисования в коррекции эмоционального состояния

- Метод фрактального рисования может применяться в индивидуальной и групповой работе в адаптационный период, а так же при снятии тревожности, напряжения и усталости.
- Может быть использован для изучения взаимоотношений в коллективе (детском или взрослом), проблемы совместимости и психологического климата.
- Может использоваться в сочетании с музыкотерапией как здоровьесберегающая технология.



# Этапы работы с фрактальным рисунком

1. Осознанное выполнение рисунка, с учетом определенных требований.
2. Анализ тестового рисунка.
3. Определение проблемы и механизма её решения.
4. Подбор цветов для последующих раскрашиваний, в соответствии с задачами коррекции.
5. Создание серии фрактальных рисунк (со 2-го по 21-й).



# Инструкция для первого (тестового) рисования

1. Рисовать непрерывную линию с закрытыми глазами, стараясь заполнить как можно большую часть листа.
2. Линия должна быть четкая, хорошо прорисованная и разнообразной формы.
3. Рисовать нужно спокойно, не торопясь.
4. Время рисования для детей 30-45 секунд, для взрослых 45-60 секунд.
5. Открыть глаза, рассмотреть рисунок. Начало и конец линий подвести или закруглить к ближайшей точке.



## Инструкция для первого (тестового) рисования

6. Раскрасить окошки, выбирая карандаш с закрытыми глазами. Если цвет не нравится – то нужно раскрасить хотя бы одно окошко. Если цвет нравится – можно раскрасить до 10 окошек, но так что бы окошки с одним цветом не соприкасались.
7. В случае когда в руки попался карандаш одного и того же цвета, то хотя бы одно окошко закрасить надо.
8. Фон вокруг рисунка раскрашивать нельзя.



# Диагностические критерии при анализе рисунка

Характер изображаемых линий	
Четко прочерченные линии	Человек уверенный, твердый характер, аккуратный, исполнительный.
Не везде одинаковый нажим	Человек творческий. С гибким характером, иногда не уверенный в себе.
Слабо прочерченные линии	Говорят о «болезненном» состоянии, неуверенности а себе.
Резкие, угловатые линии	Наблюдаются у человека находящегося в состоянии эмоционального напряжения, стресса.
Линии с плавными переходами	Свидетельствуют о гармоничном, стабильном состоянии.



# Диагностические критерии при анализе рисунка

Размер и конфигурация рисунка	
Маленький размер 1/3 листа	Встречается у людей с заниженной самооценкой, склонных к эгоцентризму.
Средний размер 2/3 листа	Показатель уравновешенного характера.
Большой размер, с выходом за края листа бумаги	Говорит о нестабильном эмоциональном состоянии, иногда о неспособности к концентрации внимания.
Прямоугольная форма рисунка	Люди прямолинейные, имеющие сложный характер.
Рисунок с причудливо выраженными хвостиками	Отражение яркой индивидуальности, в некоторых случаях нестабильности характера.



# Диагностические критерии при анализе рисунка

Конфигурация и размер ячеек	
Много крупных ячеек	Добрые, открытые натуры.
Средние ячейки	Исполнительные, аккуратные, иногда педантичные люди.
Маленькие ячейки	Закомплексованные люди, стремятся к детализации, неуверенные в себе, но всегда очень аккуратные.
Гармоничное сочетание ячеек всех размеров	Говорит об уверенности в себе, стабильности.
Переизбыток круговых форм	Говорит о склонности к хроническим неврозам.
Петлеобразные	Говорит о зацикленности человека
Угловатые	Говорят о раздражительности, переживании стресса.

# Диагностические критерии при анализе рисунка

## Большое количество ячеек определенного цвета

Желтый	Говорит о любознательном, самостоятельном, выдержанном человеке.
Зеленый	Способен к самокоррекции. Человек принципиальный, способен к сотрудничеству, эмоционально отзывчив.
Темно-синий	Стремление человека к стабильности и равновесию. Преобладание темно-синего говорит о напряженном эмоциональном состоянии
Светло-голубой	Человек любит свою семью, ценит семейный уют. Чрезмерно обидчив и раним.
Фиолетовый	Общительный, готов прийти и на помощь, но может быть тщеславным, ищет славы
Темно-фиолетовый	Трудоголик, для него важна самореализация.

# Диагностические критерии при анализе рисунка

## Большое количество ячеек определенного цвета

Говорит о наличии «бешеной» неуправляемой энергии, проявлении агрессии, порой неуправляемой.

Цвет тревоги. Если этого цвета слишком много- автор находится в крайне нестабильном, неуравновешенном состоянии.

Цвет теплой энергии. Переизбыток этого цвета у ребенка – говорит о недостатке внимания и ласки.

Если его слишком много – это сигнал о неспособности человека к конкретным действиям. Отсутствие говорит об упадке сил.

Нестабильный, неуверенный в себе.

У человека существует скрытая проблема, с которой он не может справиться. В сочетании с красным – сигнал острой проблемы, особенно у детей.

Если закрашены по всему рисунку маленькие кусочки – человек активный, динамичный. Если черного много –

