

Art – Terapie

Material realizat de prof. psiholog Ghidarcea Florentina – CJRAE Constanța

Indicație: Desenează o scenă reprezentativă din familia de origine.

Se recomandă realizarea sarcinii de către părinți împreună cu copiii acestora, pentru intercunoaștere și autocunoaștere.

Pasul 1

- părinții desenează o scenă din timpul copilăriei, care i-a impresionat sau pe care pur și simplu și-o amintesc, încercând să identifice motivul pentru care acea amintire a fost păstrată de-a lungul timpului;
- copiii desenează un eveniment care s-a petrecut în viața lor până în prezent;
- părinții și copiii desenează în același timp, pentru a evita influențarea reciprocă.

Pasul 2

- după finalizarea desenelor, părinții și copiii își prezintă desenele și discută despre produsele activității lor;
- sunt transmise emoțiile trăite atunci când s-a produs evenimentul, dar și emoțiile pe care le-au simțit în timpul realizării desenului;
- fiecare desen este analizat (dincolo de acuratețea artistică) de către ceilalți membri ai familiei care au participat la exercițiu.

Bibliografie: Sadie E. (Tee) Dreikurs, *Cows can be purple*, Adler School of Professional Psychology, 2009