

## «Мандала или рисунок в круге»

Понадобится нарисовать круг на листе А3. Рисовать можно гуашью, акварелью, карандашами, восковыми мелками и т.д. Рисунок может быть на заданную или на свободную тему. Существуют уже нарисованные мандалы, и ребенок их только раскрашивает, выбрав понравившуюся.

Часто дети не удерживаются в рамках круга и выходят за него. Такие проявления не только не останавливаются, но приветствуются.

Мандала — показательная вещь. Это как бы фокус, в котором сосредоточена жизнь ребенка. Например, девочка нарисовала в круге принцессу, гуляющую с собакой на поводке. Собака в зубах несла куклу. Оказалось, что две недели назад дедушку укусила на улице собака. Ребенок не вывел в область осознанного, что испугался, но подсознательно знает, что человек может стать беззащитной игрушкой для собаки.

Все, расположенное в верхней части круга относится к сознанию, а в нижней части — к подсознанию. Разобраться в цветовой гамме поможет занятие «Цвета настроений», где мы уже определяли ассоциации ребенка с конкретными цветами.

Мандалы для разукрашивания обычно способствуют психологическому успокоению ребенка, сглаживает эмоциональные всплески. Периодически ребенку можно давать не сложные мандалы вместо раскрасок.

Мандала или рисунок в круге — это символ колеса жизни. Его можно заполнить любым содержанием, в зависимости от внутреннего состояния ребенка и внешних факторов, оказывающих на него влияние.