



Автономная некоммерческая образовательная организация
высшего образования
«Воронежский экономико-правовой институт»
(АНОО ВО «ВЭПИ»)

УТВЕРЖДАЮ
Проректор
по учебно-методической работе
А.Ю. Жильников
« 21 » *сентября* 2021 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Б1.В.ДВ.01.02 Арт-терапевтические технологии в психологическом
консультировании
(наименование дисциплины (модуля))

37.04.01 Психология

(код и наименование направления подготовки)

Направленность (профиль) Психологическое консультирование участников
образовательных отношений

(наименование направленности (профиля))

Квалификация выпускника Магистр

(наименование квалификации)

Форма обучения очная, очно-заочная

(очная, очно-заочная, заочная)

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) рассмотрен и одобрен на заседании кафедры психологии.

Протокол от « 17 » октября 20 21 г. № 2

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) согласован со следующими представителями работодателей или их объединений, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности, к которой готовятся обучающиеся:

Директор филиала Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова» Губкинский филиал
Уваров В.М.

(должность, наименование организации, фамилия, инициалы, подпись, дата, печать)

Директор Автономной некоммерческой профессиональной образовательной организации «Региональный экономико-правовой колледж» Чернусских Ю.Л.

(должность, наименование организации, фамилия, инициалы, подпись, дата, печать)

Заведующий кафедрой



Л.В. Абдалина

Разработчики:

Доцент



И.Ю. Кадацких

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОП ВО

Целью проведения дисциплины Б1.В.ДВ.01.02 «Арт-терапевтические технологии в психологическом консультировании» является достижение следующих результатов обучения:

Код компетенции	Наименование компетенции
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий
ПК-9	Способен осуществлять консультативную деятельность с обучающимися по проблемам самопознания, профессионального самоопределения
ПК-10	Способен осуществлять консультативную деятельность с субъектами образовательного процесса по личностным проблемам, вопросам взаимоотношений в коллективе и другим вопросам

В формировании данных компетенций также участвуют следующие дисциплины (модули), практики образовательной программы (по семестрам (курсам) их изучения):

- для очной формы обучения:

Наименование дисциплин (модулей), практик	Этапы формирования компетенций по семестрам изучения			
	1 сем.	2 сем.	3 сем.	4 сем.
Методология научных исследований	УК-1	УК-1		
Управление командой и стратегии лидерства		ПК-9		
Проектирование траектории профессионального роста и личностного развития			ПК-10	
Психодиагностика и экспертиза в деятельности психолога		УК-1	УК-1	
Основные направления и школы психологического консультирования		ПК-9; ПК-10	ПК-9; ПК-10	
Психологическое консультирование и профилактика кризисных состояний и ПТСР		УК-1		
Методы психосоциальной коррекции и реабилитации личности			УК-1	
Супервизия в психологическом консультировании				ПК-10
Дистанционные методы и технологии психологического консультирования				ПК-9
Арт-терапевтические технологии в психологическом консультировании				УК-1; ПК-9; ПК-10
Теория и практика организационного консультирования				ПК-10
Конструирование социально-психологического тренинга				ПК-10
Телесно-ориентированные практики в психологическом консультировании				УК-1
Когнитивно-бихевиоральный подход в психологическом консультировании				УК-1
Учебная практика (педагогическая практика)	УК-1; ПК-9; ПК-10			
Учебная практика (научно-исследовательская работа)		УК-1; ПК-9; ПК-10		
Производственная практика (научно-исследовательская (квалификационная) практика)				УК-1; ПК-9; ПК-10

Производственная практика (преддипломная практика)				УК-1; ПК-9; ПК-10
Производственная практика (производственная практика в профильных организациях)			УК-1; ПК-9; ПК-10	
Психология безопасности		УК-1		
Психология здоровья субъектов образовательного процесса		УК-1		

- для очно-заочной формы обучения:

Наименование дисциплин (модулей), практик	Этапы формирования компетенций по семестрам изучения					
	1 сем.	2 сем.	3 сем.	4 сем.	5 сем.	6 сем.
Методология научных исследований	УК-1	УК-1				
Управление командой и стратегии лидерства			ПК-9			
Проектирование траектории профессионального роста и личностного развития			ПК-10			
Психодиагностика и экспертиза в деятельности психолога		УК-1	УК-1			
Основные направления и школы психологического консультирования			ПК-9 ПК-10			
Психологическое консультирование и профилактика кризисных состояний и ПТСР			УК-1			
Методы психосоциальной коррекции и реабилитации личности			УК-1			
Супервизия в психологическом консультировании					ПК-10	
Дистанционные методы и технологии психологического консультирования				ПК-9		
Арт-терапевтические технологии в психологическом консультировании		УК-1 ПК-9 ПК-10				
Теория и практика организационного консультирования					ПК-10	
Конструирование социально-психологического тренинга					ПК-10	
Телесно-ориентированные практики в психологическом консультировании					УК-1	
Когнитивно-бихевиоральный подход в психологическом консультировании					УК-1	
Учебная практика (педагогическая практика)		УК-1 ПК-9 ПК-10				
Учебная практика (научно-исследовательская работа)			УК-1 ПК-9 ПК-10			
Производственная практика (научно-исследовательская (квалификационная) практика)					УК-1 ПК-9 ПК-10	
Производственная практика (преддипломная практика)					УК-1 ПК-9; ПК-10	
Производственная практика (производственная практика в профильных организациях)				УК-1 ПК-9 ПК-10		

Психология безопасности		УК-1				
Психология здоровья субъектов образовательного процесса				УК-1		

Этап дисциплины (модуля) Б1.В.ДВ.01.02 «Арт-терапевтические технологии в психологическом консультировании» в формировании компетенций соответствует:

- для очной формы обучения – 1 семестру;
- для очно-заочной формы обучения – 2 семестру.

2. Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования, шкалы оценивания

Показателями оценивания компетенций являются следующие результаты обучения:

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
УК-1	ИУК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как целостную систему, выявляя ее составляющие и связи между ними	Знать: способы выявления составляющих проблемной ситуации как целостной системы Уметь: критически анализировать проблемную ситуацию Владеть: способами анализа проблемной ситуации в психологическом консультировании методом арт-терапии
	ИУК-1.2. Разрабатывает варианты решения проблемной ситуации на основе критического анализа доступных источников информации	Знать: доступные источники информации о методе арт-терапии Уметь: разработать варианты решений по выходу из проблемной ситуации Владеть: способами реализации выбранного варианта решения проблемной ситуации на основе критического анализа доступных источников информации
	ИУК-1.3. Вырабатывает стратегию действий для решения проблемной ситуации в виде последовательности шагов, предвидя результат каждого из них	Знать: способы выработки стратегии действий в методе арт-терапии консультирования Уметь: выбирать стратегии действий и предвидеть их результат Владеть: способами пошагового выхода из проблемной ситуации
ПК-9	ИПК-9.1. Знает современные теории и методы консультирования, приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития, этические нормы организации и проведения консультативной работы	Знать: современные теории и методы арт-терапевтического консультирования; Уметь: организовать совместную и индивидуальную деятельность обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития; Владеть: этическими нормами организации и проведения консультативной работы арт-терапевтическим методом
	ИПК-9.2. Проводит индивидуальные и групповые консультации обучающихся по вопросам обучения, развития, проблемам осознанного и ответственного выбора дальнейшей профессиональной карьеры, самовоспитания, взаимоотношений со взрослыми и сверстниками	Знать: способы осуществления консультативной деятельности по вопросам обучения, развития, проблемам осознанного и ответственного выбора дальнейшей профессиональной карьеры, самовоспитания, взаимоотношений со взрослыми и сверстниками арт-терапевтическим методом Уметь: проводить индивидуальные и групповые консультации арт-терапевтическим методом Владеть: способами консультативной деятельности по проблемам осознанного выбора профессиональной карьеры, самовоспитания и взаимоотношений со взрослыми и сверстниками
ПК-10	ИПК-10.1. Знает современные теории	Знать: современные теории и методы арт-

	и методы консультирования, этические нормы организации и проведения консультативной работы	терапевтического консультирования Уметь: организовывать и проводить консультативную работу арт-терапевтическим методом Владеть: этическими нормами проведения консультативной работы
	ИПК-10.2. Владеет приемами работы с администрацией образовательной организации, педагогами, преподавателями, родителями (законными представителями) с целью организации эффективных взаимодействий	Знать: способы арт-терапевтического консультирования по личностным и межличностным проблемам Уметь: осуществлять консультативную деятельность с субъектами образовательного процесса Владеть: приемами эффективного взаимодействия с администрацией, педагогами, родителями (законными представителями) с целью организации эффективных взаимодействий

Порядок оценки освоения обучающимися учебного материала определяется содержанием следующих разделов дисциплины (модуля):

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Критерии оценивания	Оценочные средства текущего контроля успеваемости	Шкала оценивания
1	Тема 1. Предмет, задачи и история применения арт-терапии.	ПК-9 ИПК-9.1 ПК-10 ИПК-10.1	Знать: современные теории и методы арт-терапевтического консультирования; современные теории и методы арт-терапевтического консультирования Уметь: организовать совместную и индивидуальную деятельность обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития; организовывать и проводить консультативную работу арт-терапевтическим методом Владеть: этическими нормами организации и проведения консультативной работы арт-терапевтическим методом, этическими нормами проведения консультативной работы	Устный опрос	Зачтено/не зачтено
2	Тема 2. Основы организации и разработки арт-терапевтических занятий.	ПК-9 ИПК-9.1 ПК-10 ИПК-10.1	Знать: современные теории и методы арт-терапевтического консультирования; современные теории и методы арт-терапевтического консультирования Уметь: организовать совместную и индивидуальную деятельность обучающихся в соответствии с возрастными	Устный опрос Кейсы	Зачтено/не зачтено

			<p>нормами их развития; организовывать и проводить консультативную работу арт-терапевтическим методом Владеть: этическими нормами организации и проведения консультативной работы арт-терапевтическим методом, этическими нормами проведения консультативной работы</p>		
3	<p>Тема 3. Консультативная деятельность в арт-терапии. Изо-терапия и цвето-терапия.</p>	<p>УК-1 ИУК-1.1 ИУК-1.2 ИУК-1.3 ПК-9 ИПК-9.2 ПК-10 ИПК-10.2</p>	<p>Знать: способы выявления составляющих проблемной ситуации как целостной системы, доступные источники информации о методе арт-терапии, способы выработки стратегии действий в методе арт-терапии консультирования, способы осуществления консультативной деятельности по вопросам обучения, развития, проблемам осознанного и ответственного выбора дальнейшей профессиональной карьеры, самовоспитания, взаимоотношений со взрослыми и сверстниками арт-терапевтическим методом, способы арт-терапевтического консультирования по личностным и межличностным проблемам Уметь: критически анализировать проблемную ситуацию, разработать варианты решений по выходу из проблемной ситуации, выбирать стратегии действий и предвидеть их результат, проводить индивидуальные и групповые консультации арт-терапевтическим методом, осуществлять консультативную деятельность с субъектами образовательного процесса Владеть: способами анализа проблемной ситуации в психологическом консультировании методом арт-терапии, способами реализации выбранного варианта решения проблемной ситуации на основе критического анализа доступных источников информации, способами пошагового выхода из</p>	<p>Устный опрос Кейсы</p>	<p>Зачтено/не зачтено</p>

			<p>проблемной ситуации, способами консультативной деятельности по проблемам осознанного выбора профессиональной карьеры, самовоспитания и взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, приемами эффективного взаимодействия с администрацией, педагогами, родителями (законными представителями) с целью организации эффективных взаимодействий</p>		
4	<p>Тема 4. Консультативная деятельность в арт-терапии. Кукло-терапия</p>	<p>УК-1 ИУК-1.1 ИУК-1.2 ИУК-1.3 ПК-9 ИПК-9.2 ПК-10 ИПК-10.2</p>	<p>Знать: способы выявления составляющих проблемной ситуации как целостной системы, доступные источники информации о методе арт-терапии, способы выработки стратегии действий в методе арт-терапии консультирования, способы осуществления консультативной деятельности по вопросам обучения, развития, проблемам осознанного и ответственного выбора дальнейшей профессиональной карьеры, самовоспитания, взаимоотношений со взрослыми и сверстниками арт-терапевтическим методом, способы арт-терапевтического консультирования по личностным и межличностным проблемам</p> <p>Уметь: критически анализировать проблемную ситуацию, разработать варианты решений по выходу из проблемной ситуации, выбирать стратегии действий и предвидеть их результат, проводить индивидуальные и групповые консультации арт-терапевтическим методом, осуществлять консультативную деятельность с субъектами образовательного процесса</p> <p>Владеть: способами анализа проблемной ситуации в психологическом консультировании методом арт-терапии, способами реализации выбранного варианта решения проблемной ситуации на основе</p>	<p>Устный опрос Игры</p>	<p>Зачтено/не зачтено</p>

			критического анализа доступных источников информации, способами пошагового выхода из проблемной ситуации, способами консультативной деятельности по проблемам осознанного выбора профессиональной карьеры, самовоспитания и взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, приемами эффективного взаимодействия с администрацией, педагогами, родителями (законными представителями) с целью организации эффективных взаимодействий		
5	Тема 5. Консультативная деятельность в арт-терапии. Песочная арт-терапия, работа с глиной, маско и гримо-терапия, тесто-пластика	УК-1 ИУК-1.1 ИУК-1.2 ИУК-1.3 ПК-9 ИПК-9.2 ПК-10 ИПК-10.2	Знать: способы выявления составляющих проблемной ситуации как целостной системы, доступные источники информации о методе арт-терапии, способы выработки стратегии действий в методе арт-терапии консультирования, способы осуществления консультативной деятельности по вопросам обучения, развития, проблемам осознанного и ответственного выбора дальнейшей профессиональной карьеры, самовоспитания, взаимоотношений со взрослыми и сверстниками арт-терапевтическим методом, способы арт-терапевтического консультирования по личностным и межличностным проблемам Уметь: критически анализировать проблемную ситуацию, разработать варианты решений по выходу из проблемной ситуации, выбирать стратегии действий и предвидеть их результат, проводить индивидуальные и групповые консультации арт-терапевтическим методом, осуществлять консультативную деятельность с субъектами образовательного процесса Владеть: способами анализа проблемной ситуации в психологическом консультировании методом	Устный опрос Игры	Зачтено/не зачтено

			<p>арт-терапии, способами реализации выбранного варианта решения проблемной ситуации на основе критического анализа доступных источников информации, способами пошагового выхода из проблемной ситуации, способами консультативной деятельности по проблемам осознанного выбора профессиональной карьеры, самовоспитания и взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, приемами эффективного взаимодействия с администрацией, педагогами, родителями (законными представителями) с целью организации эффективных взаимодействий</p>		
6	<p>Тема 6. Консультативная деятельность в арт-терапии. Музыкотерапия драмо-терапия и сценическая пластика</p>	<p>УК-1 ИУК-1.1 ИУК-1.2 ИУК-1.3 ПК-9 ИПК-9.2 ПК-10 ИПК-10.2</p>	<p>Знать: способы выявления составляющих проблемной ситуации как целостной системы, доступные источники информации о методе арт-терапии, способы выработки стратегии действий в методе арт-терапии консультирования, способы осуществления консультативной деятельности по вопросам обучения, развития, проблемам осознанного и ответственного выбора дальнейшей профессиональной карьеры, самовоспитания, взаимоотношений со взрослыми и сверстниками арт-терапевтическим методом, способы арт-терапевтического консультирования по личностным и межличностным проблемам</p> <p>Уметь: критически анализировать проблемную ситуацию, разработать варианты решений по выходу из проблемной ситуации, выбирать стратегии действий и предвидеть их результат, проводить индивидуальные и групповые консультации арт-терапевтическим методом, осуществлять консультативную деятельность с субъектами образовательного процесса</p>	<p>Устный опрос Игры</p>	<p>Зачтено/не зачтено</p>

			<p>Владеть: способами анализа проблемной ситуации в психологическом консультировании методом арт-терапии, способами реализации выбранного варианта решения проблемной ситуации на основе критического анализа доступных источников информации, способами пошагового выхода из проблемной ситуации, способами консультативной деятельности по проблемам осознанного выбора профессиональной карьеры, самовоспитания и взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, приемами эффективного взаимодействия с администрацией, педагогами, родителями (законными представителями) с целью организации эффективных взаимодействий</p>		
7	<p>Тема 7. Консультативная деятельность в арт-терапии. Библиотерапия работа с мандалами</p>	<p>УК-1 ИУК-1.1 ИУК-1.2 ИУК-1.3 ПК-9 ИПК-9.2 ПК-10 ИПК-10.2</p>	<p>Знать: способы выявления составляющих проблемной ситуации как целостной системы, доступные источники информации о методе арт-терапии, способы выработки стратегии действий в методе арт-терапии консультирования, способы осуществления консультативной деятельности по вопросам обучения, развития, проблемам осознанного и ответственного выбора дальнейшей профессиональной карьеры, самовоспитания, взаимоотношений со взрослыми и сверстниками арт-терапевтическим методом, способы арт-терапевтического консультирования по личностным и межличностным проблемам</p> <p>Уметь: критически анализировать проблемную ситуацию, разработать варианты решений по выходу из проблемной ситуации, выбирать стратегии действий и предвидеть их результат, проводить индивидуальные и групповые консультации арт-</p>	<p>Устный опрос Кейсы</p>	<p>Зачтено/не зачтено</p>

			<p>терапевтическим методом, осуществлять консультативную деятельность с субъектами образовательного процесса</p> <p>Владеть: способами анализа проблемной ситуации в психологическом консультировании методом арт-терапии, способами реализации выбранного варианта решения проблемной ситуации на основе критического анализа доступных источников информации, способами пошагового выхода из проблемной ситуации, способами консультативной деятельности по проблемам осознанного выбора профессиональной карьеры, самовоспитания и взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, приемами эффективного взаимодействия с администрацией, педагогами, родителями (законными представителями) с целью организации эффективных взаимодействий</p>		
8	<p>Тема 8. Консультативная деятельность в арт-терапии. Фототерапия</p>	<p>УК-1 ИУК-1.1 ИУК-1.2 ИУК-1.3 ПК-9 ИПК-9.2 ПК-10 ИПК-10.2</p>	<p>Знать: способы выявления составляющих проблемной ситуации как целостной системы, доступные источники информации о методе арт-терапии, способы выработки стратегии действий в методе арт-терапии консультирования, способы осуществления консультативной деятельности по вопросам обучения, развития, проблемам осознанного и ответственного выбора дальнейшей профессиональной карьеры, самовоспитания, взаимоотношений со взрослыми и сверстниками арт-терапевтическим методом, способы арт-терапевтического консультирования по личностным и межличностным проблемам</p> <p>Уметь: критически анализировать проблемную ситуацию, разработать варианты решений по выходу из проблемной ситуации,</p>	<p>Устный опрос Игры</p>	<p>Зачтено/не зачтено</p>

			<p>выбирать стратегии действий и предвидеть их результат, проводить индивидуальные и групповые консультации арт-терапевтическим методом, осуществлять консультативную деятельность с субъектами образовательного процесса</p> <p>Владеть: способами анализа проблемной ситуации в психологическом консультировании методом арт-терапии, способами реализации выбранного варианта решения проблемной ситуации на основе критического анализа доступных источников информации, способами пошагового выхода из проблемной ситуации, способами консультативной деятельности по проблемам осознанного выбора профессиональной карьеры, самовоспитания и взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, приемами эффективного взаимодействия с администрацией, педагогами, родителями (законными представителями) с целью организации эффективных взаимодействий</p>		
ИТОГО			Форма контроля	Оценочные средства промежуточной аттестации	Шкала оценивания
			Зачет	Ответ на билет	Зачтено/ Не зачтено

Критерии оценивания результатов обучения для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

1. Критерии оценивания устного ответа:

- зачтено – обучающийся дает четкие, грамотные развернутые ответы на поставленные вопросы, приводит примеры из реальной жизни; полно и обосновано отвечает на дополнительные вопросы; грамотно использует понятийный аппарат и профессиональную терминологию;
- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

2. Критерии оценивания кейса:

- зачтено – обучающийся дает полный, обоснованный ответ с использованием всей информации из описанной ситуации, демонстрирует умения и навыки применять теоретические знания, имеет собственную обоснованную точку зрения на проблему(ы) и причины ее (их) возникновения, уверенно и четко отвечает на дополнительные вопросы;

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

4. Критерии оценивания игр:

- зачтено – обучающийся провел анализ избираемых вариантов игровой деятельности, продемонстрировал умение излагать основные положения, обоснованно отстаивать свою точку зрения, воспринимать противоположные точки зрения, отвечать на вопросы оппонентов, демонстрирует необходимое поведение и действия, соблюдает регламент;

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

5. Критерии оценивания ответа на зачете.

- зачтено – даны в основном правильные ответы на все поставленные вопросы; в ответах в основном выделялось главное, показано умение анализировать факты, события, явления, процессы в их взаимосвязи и диалектическом развитии; демонстрирует знания, умения и навыки компетенций;

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

1 ЭТАП – Текущий контроль освоения дисциплины

Вопросы для устного опроса

Тема 1. Предмет, задачи и история применения арт-терапии

1. На чем базируется арт-терапия?

2. Назовите основные механизмы психотерапевтического воздействия искусства.

3. Какова роль искусства в восстановлении функций организма и его влияние на духовный мир человека?

4. Научное осмысление механизмов воздействия искусства на человека в России.

5. Научное осмысление механизмов воздействия искусства на человека в Европе.

6. Научное осмысление механизмов воздействия искусства на человека в США.

7. Лечебный эффект искусства в контексте теоретических идей З. Фрейда.

8. Лечебный эффект искусства в контексте теоретических идей К. Юнга.

9. Современное состояние арт-терапевтического направления в России и за рубежом.

Тема 2. Основы организации и разработки арт-терапевтических занятий

1. Что входит в оснащение терапевтического кабинета?
2. Назовите формы арт-терапевтической работы.
3. Назовите критерии эффективности работы коррекционного арт-терапевта.
4. Планирование и разработка арт-терапевтических занятий
5. Проблема оценки результатов арт-терапии.

Тема 3. Консультативная деятельность в арт-терапии. Изо-терапия и цвето-терапия

1. Назовите основные этапы изо-терапии.
2. Каковы преимущества цвето-терапии?
3. Какие теории цвета вы знаете?
4. История развития изо-терапии.
5. Особенности восприятия продуктов творчества детей с отклонениями в развитии в изо-терапии.
6. Работа с травмами развития.
7. История применения цвето-терапии.

Тема 4. Консультативная деятельность в арт-терапии. Кукло-терапия

1. Назовите механизмы психотерапевтического воздействия кукол на человека.
2. Назовите основные цели и задачи кукло-терапии.
3. Типология кукол.
4. Общие представления о кукло-терапии.
5. Исторический очерк использования в лечении и коррекции.
6. Особенности использования метода с родителями и детьми с отклонениями в развитии.

Тема 5. Консультативная деятельность в арт-терапии. Песочная арт-терапия, работа с глиной, маско и гримо-терапия, тесто-пластика

1. Особенности работы с глиной.
2. Назовите механизмы психотерапевтического воздействия.
3. Как работают с готовыми масками?
4. Достоинства и недостатки метода маско и гримотерапии.
5. Достоинства и недостатки метода работы с глиной.
6. Достоинства и недостатки метода песочной терапии.

Тема 6. Консультативная деятельность в арт-терапии. Музыкалотерапия драмо-терапия и сценическая пластика

1. Назовите основные течения музыкотерапии в лечении и коррекции.
2. Назовите механизмы воздействия музыки на человека. Кабинет для музыкотерапии.
3. Назовите техники драмо-терапии
4. Особенности драмо-терапии в работе с детьми в норме и с отклонениями в развитии, с родителями и в совместной деятельности.
5. Теоретические основы драмо-терапии и сценической пластики: принципы, виды, области применения.
6. Психотерапия средствами музыки в работе с детьми в норме и с отклонениями в развитии, с родителями и в совместной деятельности.

Тема 7. Консультативная деятельность в арт-терапии. Библиотерапия работа с мандалами

1. Дайте определение библиотерапии.
2. Назовите виды мандал.
3. Раскройте диагностический и психотерапевтический потенциал библиотерапии.
4. Особенности библиотерапии в индивидуальной, групповой и семейной психотерапии.
5. Восточная и западная культура мандалы.
6. Использование готовых произведений с детьми в норме и с отклонениями в развитии, с родителями и в совместной деятельности
7. Экзистенциальная ситуация клиента.

Тема 8. Консультативная деятельность в арт-терапии. Фототерапия

1. Назовите примеры использования фототерапии
2. Расскажите о достоинствах и недостатках метода
3. История развития фотографии как метода арт-терапии.
4. Фототерапия как способ реконструкции утраченной целостности и изменения образа «Я».
5. Переосмысление через фото личной и семейной истории.

Кейсы

Тема 2. Основы организации и разработки арт-терапевтических занятий

Номер задания и проверка сформированной компетенции

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	ПК-9 ПК-10	ИПК-9.1 ИПК-10.1

К Вам обратился клиент с запросом на умение строить межличностные отношения, на постоянные ссоры с окружающими и с осознанием чувства собственной беспомощности и невозможности влиять на события. Обсудите

в группе возможные направления в консультировании с применением техник арт-терапии

Вопросы для обсуждения:

1. Что такое арт-терапия?
2. Как арт-терапия позволяет диагностировать и разрешать внутренние конфликты, осознать и выразить подавленные чувства, обрести целостность?
3. Что мешает клиенту осознать происходящее? Как мы привыкли мыслить?
4. Что клиент теряет в погоне за логикой?
5. Куда деваются вытесненные эмоции?
6. Каковы эмоциональные реакции клиента на внутренний подсказ?
7. Как арт-терапия позволит обойти цензуру сознания?

Ключ ответа

Работая с клиентом методом Арт-терапии (дословно «исцеление творчеством»), мы учитываем, что это направление психологической коррекции, которое помогает человеку диагностировать и разрешить внутренние конфликты, осознать и выразить подавленные чувства, обрести целостность. Арт-терапевтические практики сопровождают нас всю жизнь: с первых сознательных игр до последней рассказанной истории. Современный человек привык мыслить логично и последовательно: конкретности мышления нас обучают с первых лет жизни. Однако значительная часть приобретённых впечатлений и знаний остается неосознанной — впитанные в детстве убеждения и травматические переживания, связанные с запретным, социально неприемлемым или опасным опытом, наше сознание игнорирует либо вытесняет. Мы забываем, почему решили, что слушаться старших хорошо, а поступать по-своему — плохо. Мы не замечаем собственного агрессивного поведения, впадаем в состояние выученной беспомощности там, где объективно способны влиять на события. А главное — в погоне за логикой и последовательностью мы перестаём чувствовать собственные желания и стремления. Однако желания, страхи, подавленные эмоции и ощущение собственных возможностей никуда не исчезают. Они живут в подсознании и под влиянием внешних стимулов время от времени выходят на поверхность в виде эмоционально наполненных образов. Далёкие от творчества люди контактируют с ними через сны, чтение книг, просмотр фильмов. Когда вы просыпаетесь от страха или в слезах, горько плачете над фильмом, ругаете рекламу, видите целую историю за картинкой на фантике от конфеты или отчаянно завидуете герою книги — вы эмоционально реагируете не только на внешний стимул, но прежде всего на собственный внутренний процесс. Эмоциональные реакции — подсказки подсознания, дорожные указатели. Они гласят: «Тебе сюда! Это сейчас важно». Арт-терапия легко позволяет обходить цензуру сознания и переводить в область осознаваемого подавленные состояния и желания — те, которые актуальны прямо сейчас. Сделать это непросто. Образы бессознательного должны миновать сопротивление, которое блокирует непонятные, «неразумные» и «вредные» желания и состояния. Сопротивление — наш друг. Если бы не оно

— хаотичные эмоциональные реакции на внешние раздражители лишили бы нас возможности принимать взвешенные решения. Баланс между нормальным защитным сопротивлением и осознанием актуального процесса — и есть арт-терапия.

Тема 3. Консультативная деятельность в арт-терапии. Изо-терапия и цвето-терапия

Номер задания и проверка сформированной компетенции

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	УК-1 ПК-9 ПК-10	ИУК-1.1 ИУК-1.2 ИУК-1.3 ИПК-9.2 ИПК-10.2
2	УК-1 ПК-9 ПК-10	ИУК-1.1 ИУК-1.2 ИУК-1.3 ИПК-9.2 ИПК-10.2
3	УК-1 ПК-9 ПК-10	ИУК-1.1 ИУК-1.2 ИУК-1.3 ИПК-9.2 ИПК-10.2

Кейс 1

Из запроса клиента Вы понимаете, что он перекладывает ответственность за все события своей жизни на окружающих. В каком направлении Вы будите с ним работать? Как поможете ему преодолеть сопротивления, используя арт-терапевтические приемы?

Вопросы для обсуждения

1. Как Вы будите работать, если обратите внимание клиента на то, как он одевается?
2. Какое главное преимущество, можно сказать секрет в арт-терапевтическом направлении в данном случае Вы раскроете для клиента?
3. Как Вы будите проводить работу, если начать с диагноза актуальных потребностей клиента?
4. На какие вопросы клиент должен найти ответ?

Ключ ответов

Один из самых наглядных отражений актуальных психических процессов — выбор наряда. Это и способ сообщить окружающим первичную информацию о себе, и возможность диалога с самим собой.

Клиент может возразить: «Я одеваюсь, как удобно», «У меня дресс-код!», «Я взял первую попавшуюся чистую футболку».

В арт-терапии мы учитываем, что эти фразы — маркеры сопротивления.

Секрет всех арт-терапевтических упражнений — помочь клиенту поставить себя во главе каждого сюжета, сделать себя ответственным за то, что происходит в жизни — в том числе и в выборе наряда.

Для упражнения с одеждой не нужно специально наряжаться или замысловато интерпретировать стиль. Клиенту предлагается прямо сейчас посмотреть на свой наряд и ответить себе на вопрос: какой предмет одежды больше всего привлекает внимание?

Это может быть что угодно: кулон, пушистый свитер, носки с котятами — первое, на что падает взгляд. Это может быть вещь, которую вы надели, чтобы приковать взгляды окружающих. Если на вашей одежде есть рисунки или надписи — можно выбрать предмет одежды с ними, так как принты — информация о вас, которую бессознательно считывают окружающие. Знать её как минимум полезно.

Далее мы проведем с клиентом упражнение для диагностики его актуальной потребности, попросив его ответить на следующие вопросы:

1. Назовите выбранный предмет гардероба.

Например: «красные носки» или «белая футболка с котятами на груди».

2. Расскажите, с чем у Вас ассоциируется цвет, фактура материала, или принт.

Например: «Красный цвет для меня означает энергию, силу, страсть». «Котята милые, всем нравятся. Каждый, кто видит симпатичную мордочку, улыбается. От котят ничего не ждут, они просто хорошенькие. Быть котёнком — безопасно».

3. Видна ли эта деталь одежды окружающим, или о ней знаете только Вы?

Например: «Носки никому не видны — на мне высокие ботинки».

4. Соедините все ответы в одно предложение и озвучьте от первого лица.

Например: «Я выбрал красные носки, это означает что сегодня мое актуальное состояние — энергия, сила, страсть. Я ношу красные носки под высокими ботинками. Хочу, чтобы окружающие не видели сегодня энергию, силу и страсть, которые у меня есть».

«Я выбрала сегодня футболку с котенком и для меня это означает, что я хочу, чтобы люди просто улыбались, глядя на меня и мне можно было не работать, а просто быть красивой. Когда я просто красивая и не работаю — мне безопасно. Рисунок расположен на груди, и я хочу, чтобы окружающие видели, что я сегодня хочу до них донести».

Важно понимать: эта техника лишь констатирует актуальное состояние. В вашей власти осознать это состояние и принять взвешенное решение. На что я хочу направить сегодня свою энергию и страсть? Контакта с чем я хочу избежать, выбирая инфантильную фигуру котенка?

Кейс 2 К вам обратился клиент за помощью. Приведите пример любой классической арт-терапевтической техники, которая поможет «выгрузить» накопившиеся эмоции и уделить внимание актуальной потребности, даже если она пока не осознана.

Вопросы для обсуждения

1. Как Вы будите проводить работу, если начать с диагноза актуальных потребностей клиента?

2. Как Вы проведете работу, если предложите клиенту технику неосознанного рисования на листе бумаги?

3. Какие возможности у этой техники?

Ключ ответа:

Мы предложим клиенту взять карандаш и водить им по бумаге.

Для рисования нужно чуть больше направленного внимания и смелости. Это классическая арт-терапевтическая техника. Она позволяет диагностировать состояние клиента и скорректировать нежелательное поведение при необходимости.

Рисуночные техники хороши и для самостоятельного применения. Они помогают «выгрузить» накопившиеся эмоции и уделить внимание актуальной потребности, даже если она пока не осознана.

Вы замечали, как бессознательно рисуете фигурки или чиркаете на бумаге во время неприятного телефонного разговора, лекции, тягостного ожидания? Если вы так делали хоть раз в жизни, значит, уже знакомы с рисуночными техниками. Рисунки помогают нам выразить подавленные эмоции, а иногда и увидеть со стороны важную область жизни и осознать свою роль в ней.

Кейс 3 К Вам обратился за помощью клиент с запросом о сильном эмоциональном напряжении. Приведите пример какого-либо упражнения для психологической разгрузки

Вопросы для обсуждения

1. Какую технику можно выбрать?
2. Как избежать цензуры сознания?
3. Требуется ли выбранная вами техника осмысления?

Ключ ответа:

Мы можем выбрать упражнение для психологической разгрузки. Для этого:

1. Возьмем лист бумаги (важно, чтобы он был не разлинован — без клеток и линеек), цветные карандаши или мелки.

2. Выберем один цвет, который сейчас привлекает внимание больше всего. Он не обязательно должен быть приятным или любимым. Возможно он, наоборот, немного раздражает или выбивается из всего ряда карандашей. Главное, вы чувствуете, что он эмоционально значим.

3. Начнем водить карандашом или мелком по бумаге, постепенно закрашивая лист. При этом обязательно наблюдаем за своими ощущениями. Если захочется, то усиливаем нажим. Если лист закончился, а хочется продолжения — берем новый и продолжаем, пока не почувствуем, что нам достаточно.

В процессе упражнения клиент может заметить, что из хаотичных линий складываются фигуры: дом, цветок, вихрь. В этом случае он может их дорисовать, придать им более четкую форму.

Такая техника не требует осмысления — психика совершает свою работу помимо цензуры сознания, «выпуская» накопленные эмоции.

Мы далее можем помочь клиенту разобраться, что за эмоциональное состояние он «отпускает».

Как отрефлексировать результат

Для этого мы попросим клиента назвать свои ассоциации с выбранным цветом. Какой он для него: спокойный, раздражающий, радостный, тревожный? Слова, которыми он определит для себя цвет, и означают его текущее состояние. Эмоции, которые мы по каким-то причинам не выразили естественным путем, находят отражение в рисунке.

Если клиенту не удастся назвать ассоциации для выбранного цвета, это говорит только о сильном сопротивлении. Клиент очень не хочет знать, что именно испытывает. Мы доносим до сведения клиента, что к этому процессу ему следует отнестись с уважением. Мы тоже, соблюдая этические принципы консультирования, относимся с уважением к состоянию клиента, которое у него присутствует «здесь и теперь» и говорим клиенту, что достаточно того, то он сумел выразить чувство на рисунке.

Можно сказать, что это упражнение — гигиеническая процедура для психики, которая помогает «очистить» ее от застоявшихся переживаний. Его можно повторять регулярно или в качестве вспомогательной практики самопомощи для стабилизации эмоционального состояния.

Тема 7. Консультативная деятельность в арт-терапии. Библиотерапия работа с мандалами

Номер задания и проверка сформированной компетенции

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	УК-1 ПК-9 ПК-10	ИУК-1.1 ИУК-1.2 ИУК-1.3 ИПК-9.2 ИПК-10.2

К Вам обратился клиент за помощью. В настоящее время клиент стоит перед выбором и не может его сделать, как помочь клиенту вывести в зону осознания с помощью арт-терапии истинную причину, мешающую сделать выбор.

Вопросы для обсуждения

1. Предположим Вы выбрали методику «Гадание по книге»
2. Как будет проходить процедура консультирования?
3. Знает ли клиент в глубине души правильный ответ?
4. Что необходимо для того, чтобы получить правильный ответ?

Ключ ответа:

Мы выбираем арт-терапевтическую практику «Гадание на книге»

Клиент задает себе вопрос. Затем называет наугад номер страницы и строчки, открывает книгу и читает указанную строку. Это и есть ответ и зачастую удивительно точный.

Метафорические карты работают по такому же принципу. Человек задает вопрос, вытягивает карту и — бинго! — «видит» ответ.

Всё потому, что в глубине души он уже знает, как ответить на этот вопрос, но пока не понял этого.

Пример: молодая девушка Катя гадает на томике Блока. «Что мне мешает найти любовь?», — спрашивает она. И читает:

Все бросили, забыли всюду,
Не надо мучиться и ждать,
Осталось только пепла груду
Потухшим взглядом наблюдать...

Катя со слезами захлопывает книгу: «Это про Андрея!». Оказывается, она ещё не пережила расставание с прежним возлюбленным и, хотя прошло уже полгода, до сих пор чувствует, что связана теми отношениями. Ответ точный, но Катя сама расшифровала его, так как в глубине души уже знала причину.

Важно понимать: «настоящие» ответы получают только те, кто искренне и тщательно формулирует вопрос, то есть проводит работу по фокусировке своей проблемы.

Если вопрос задан правильно, то случайная фраза из книги «вытаскивает» из области неосознаваемого нужный ответ.

Как задать правильный вопрос

Сформулируйте его как можно точнее. Например, вопрос «Что мне делать?» — очень размытый и считать ответ скорее всего не удастся. Вот как сформулировать вопрос:

1. Вопрос должен быть открытым — то есть таким, чтобы на него можно было дать развернутый ответ, а не «да» или «нет».

2. Вопрос должен быть про вас и обращён к вам же. Вы уже знаете, что книга извлекает ответы из вашего же опыта, поэтому вопросы про других людей — не работают. То есть не «почему он...?», а «почему я...?».

3. Вопросы про точные даты и сроки вряд ли сработают. Если вам важно проверить, подходит ли вам срок, который вы наметили, то спрашивайте об этом. То есть не «когда я куплю квартиру?», а «что мешает мне заработать на квартиру?».

4. Если вы стоите перед выбором и хотите задать вопрос об этом, то разделите его на две части и задайте два вопроса. Например: не «Какую из работ выбрать?», а «Что я получу, если останусь на работе 1?» и «Что я приобрету, если перейду на работу 2?»

Игры

Тема 4. Консультативная деятельность в арт-терапии. Кукло-терапия

Работа с куклой-перчаткой

Эта практика одинаково хороша и для работы с ребенком, и для работы со взрослым. Даже вы сами, как терапевты, можете делать эту практику для себя, находя подсказки и ответы на вопросы. Возьмите куклу-перчатку и наденьте ее на руку. Поверните ее к себе как будто она — ваш собеседник.

Познакомьтесь с куклой, спросите себя: «Что является самой главной и самой хорошей сильной чертой этой игрушки?». Услышьте внутри себя ответ. Задайте себе второй вопрос: «Как качество этой игрушки связано с тем, что мне очень важно добавить в свою практику?». Если бы сейчас игрушка вам могла что-то сказать, дать какую-то подсказку, что бы она сказала? Представьте, что игрушка — это портал в мир детства, чтобы вы лучше понимали детей, лучше слушали их. Постарайтесь в ответе услышать глагол как подсказку к действию. В работе с ребенком мы действуем так же. Практика работы с игрушкой давно всем известна — ребенок надевает на руку игрушку и, рассказывая о ней, он рассказывает о себе

«Тайные укрытия»

Цель: трансформировать неприятную ситуацию, снизить уровень переживаний о прошлом, «переписать» неприятный сценарий из прошлого. Продолжительность: 30–40 минут.

Практические инструменты: полиэтиленовые пакеты, ножницы, скотч, веревочки или ленты.

Ход работы:

1. Вспомнить ситуацию, в которой хотелось стать невидимым. Сделал что-то не хорошее, кому-то навредил не со зла — так сложились обстоятельства.

2. Из пакетов и подручных средств сделать шапку-невидимку, чтобы налезала на голову.

3. Надеть шапку и представить, что бы сделал в той ситуации, будучи в шапке-невидимке. Возможно ли как-то предупредить ту неприятность, которая произошла, что-то изменить, чего-то не сказать или не сделать? Представить, что он это и правда делает, и сделать что-то, что метафорически будет ассоциироваться с его действиями.

4. Поговорить о его страхах и переживаниях: «Представь, что сейчас тебя никто не видит вообще, даже я» и постараться разобрать разного рода фантазии, где зажаты чувства.

5. Взять второй пакет и сделать из него цветок, который будет ассоциироваться с хорошим финалом той ситуации из прошлого. Представить, что все хорошо, и вам дарят этот цветок как награду.

Выводы: вы уже знаете, что застенчиво-тревожные люди стремятся быть невидимыми, чтобы их никто не трогал и не сделал им еще больше.

Разбирая проблемную ситуацию, вы создаете в восприятии две модели. Первая модель — когда сделал плохо, а вторая — когда он сделал хорошо. В результате «хорошо и плохо» начинают немножко перемешиваться, и тогда острота фрустрации уменьшается. Вы создаете некий телесный якорь.

Можно спросить у ребенка, что было для него важным и полезным, что он понял про эту ситуацию, о себе в этой шапке. Какие его осознания, понимания? Восприятие этой ситуации — это как сильнейший опыт, как яркий костер, который горит на заброшенном аэродроме, чтобы самолет смог правильно приземлиться.

Снизился ли у ребенка эмоциональный фон? Вышел ли он к спокойной ситуации?

Каждый ребенок мечтает о шапке-невидимке, и эта техника прекрасно помогает справиться ребенку с его проблемой.

«Страх в коробке»

Работая с повышенной тревожностью, можно использовать технику, которая называется «Страх в коробке», когда мы берем какой-то страх и разбираем его.

Например, фобия школы. Мы с детьми помещали это тревожное чувство, страх в специальную коробку. Создавали некую тюрьму для него. Страх какое-то время жил в коробке: мы ему сочувствовали, подкармливали, затем потихоньку выпускали гулять. И, в конце концов, мы это чувство трансформировали. Это очень похоже на метод десенсибилизации, когда вы даете ребенку то, что он хочет, то есть избавление от негативного чувства. А потом формируем заботу о чувстве, осознавая, что оно для чего-то нужно. Помещение страха в коробку — очень хороший способ выгрузить тревогу из детского пространства (из взрослого — тоже).

Практика с резиновой перчаткой

Цель: помочь «выгрузить» негативные эмоции, снять мышечное напряжение. Продолжительность: 20–30 минут.

Инструменты: медицинская перчатка.

Ход работы: попросите вспомнить весь негатив, с которым столкнулись за день. Все плохие эмоции, неприятные встречи, моменты раздражения. Теперь представьте, как все это нехорошее превращается в темное туманное облако у вас в душе. Это облако нужно выдуть в перчатку. Все-все выдохнуть, чтоб не осталось и капельки этого тумана. Перчатка надувается очень сильно. Когда уже все «выдуто», закрутить низ перчатки, как у шарика. Все нуждается в воздухе для того, чтобы жить. Перчатка сейчас закрыта, там нет доступа к кислороду, а там, где нет доступа к кислороду, начинается трансформация. Посмотрите на эту надутую перчатку, в середине которой негатив. Вот так и мы наполняемся негативом, не станем похожи на перчатку, у которой нет ни настроения, ни личности, ни красоты, просто резина! Все люди такие перчатки в состоянии гнева. Теперь нужно отпустить перчатку и дать ей сдуться. Понаблюдайте как растворяется гнев.

Второй вариант работы: снова возьмите перчатку и свяжите некоторые пальцы, например, большой и мизинец или средний и большой, или большой и указательный.

Задача — большой палец связать с какими-то другими четырьмя пальцами. А теперь снова нужно надуть перчатку — выгрузить все, что осталось, все последние капли своего раздражения, и если она не развязалась в процессе, а вы работаете с ребенком, то ребенок — супергерой.

Посмотрите на эту перчатку, поговорите с ребенком о том, что сейчас произошло, когда вы подключили всего лишь один миллиграмм творчества.

Важно, чтобы ребенок почувствовал разницу между первой перчаткой и второй. Можно придумать историю про перчаточное существо.

Выводы: работа с перчаткой — хороший способ выгрузить через дыхание свое напряжение. Можно давать детям маркеры чтобы на перчатке нарисовать рожицу, предложить придумать имя и какое-то время поиграть с получившимся персонажем.

Тема 5. Консультативная деятельность в арт-терапии. Песочная арт-терапия, работа с глиной, маско и гримо-терапия, тесто-пластика. Тесто-пластика и глина-терапия в работе с агрессивностью

Занятие №1

Тесто-пластика и глина-терапия, вместе с изо-терапией являются одними из самых эффективных и продуктивных способов работы с детской агрессией.

Техника «Лики гнева»

Цель: снизить уровень агрессии, позволить взрослому или ребенку выпустить свои отрицательные эмоции, дать возможность познакомиться с ними.

Продолжительность: 30–40 минут.

Родители агрессивного ребенка

Инструменты: бумага А4, цветной пластилин (или соленое тесто, глина, воск).

Ход работы: вспомните ситуацию, в которой испытывали гнев, агрессию, где были очень сильно раздражены. Как вариант, можно вспомнить три такие ситуации и найти, какие эмоции их объединяют.

Вопрос «Что тебе неприятно?»

Когда эмоции названы, можно переходить к лепке:

1. Из трех кусочков пластилина слепить три образа эмоций, которые названы (образ гнева, образ обиды и т.д.).

2. Получившиеся работы нужно разместить на листе бумаги в одну линию с расстоянием примерно 10 см. Образы выстроились на парад.

3. Теперь предложите «отказаться» от каждого переживания.

Например, отказ от гнева: ладонью правой руки (левши — левой) нужно придавить образ гнева и почувствовать удовольствие от процесса.

То же самое со всеми остальными. Должно получиться три размазанных блинчика.

4. Один из блинчиков делится пополам, по кусочку в каждую руку. Размять пластилин в обеих руках.

5. Снова создать образы своего гнева или обиды, но так, как будто они совсем маленькие, только-только появились на свет. Полученные образы тоже размещаются на листе бумаги, желательно по центру.

6. Итак, пластилиновые фигурки размещены в центре. Поставить руки по краям листа, так чтобы кисти стояли на ребре, как будто это два щита. Теперь нужно медленно сводить руки.

В какой-то момент пластилиновые образы будут смяты и слеплены в один кусочек.

7. Из полученного кусочка лепим колбаску, сворачивает ее в кольцо и методом вытягивания превращает кольцо в заборчик.

Таким образом, негативная эмоция (в нашем случае агрессия) трансформируется в то, что дает защиту и ощущение безопасности.

Базовая проблема агрессии (и взрослой и детской)— это отсутствие безопасности, нарушение какой-то важной внутренней части.

8. Берем другой кусочек пластилина того цвета, который нравится, и лепим то, что любим (цветок, мячик, грибочек). Когда образ готов, помещаем его в середину кольца-заборчика. Возможно, захочется как-то видоизменить забор, чтоб его персонажу было там очень удобно и комфортно. Следует сделать так, чтобы тот, кто в середине, был абсолютно счастлив, чтобы ему было очень хорошо.

Выводы: лепка — это очень тонкая вещь, которая связана с измельчением чувств, для того чтобы они были прожиты и отпущены. Она позволяет, даже не включая высокую осознанность всего происходящего, отпустить это чувство бережно. Очень важно превратить тяжелое чувство в то, что создает безопасность или причастно к этому. Важно, чтобы произошла эта трансформация и чтобы она сопровождалась созидательной музыкой или хорошими словами от вас. Трансформация происходит, когда мы начинаем «перелепливать». В этот момент, особенно если работаем с ребенком, необходимо дать мощную эмоциональную поддержку: похвалу, хороший заряд доброй силы, чтобы якорь сработал (заякорить): «когда я это делаю — это хорошо». Проблема агрессии в том, что мы не можем ее контролировать, и в этом аспекте лучше всего работать с пластилином, но если нет пластилина, то можно использовать и кинетический песок, это тоже работает.

Песочная терапия

Песочная терапия — это направление в арт-терапии, которое использует потенциал песка для выстраивания психотерапевтических отношений клиента со своим терапевтом. Есть правила работы в песке, и есть требования к песку. Важно понимать, что погружение в песок воспринимается ребенком как погружение в глубинные психологические пространства. Вам надо быть предельно бережным, если занимаетесь песочной терапией с детьми, которые пережили травму.

«Этика песочного терапевта»

1. Нельзя работать с песком, если у ребенка или взрослого есть порезы на руках. Нужно обязательно проверить руки у детей, взрослого достаточно спросить.

2. Мотивационные игры с песком — основа доверия к песку. Любое взаимодействие с песком начинается с того, что мы делаем мотивационные игры с песком. Основная задача мотивационных игр с песком — вызвать доверие к материалу. Если вы сразу пустите детей в песок, без предварительной игры, это будет просто «дурилка».

3. Нельзя трогать руками ни песок, ни клиентов, ни фигуры. Терапевт должен быть очень бережным в своих касаниях.

Психолог, арт-терапевт никогда не касается поля работы клиента. Если в песке уже идет работа, психолог может только наблюдать за процессом. Если коснуться все-таки нужно, обязательно следует спросить разрешения у клиента.

4. Аналогично с игрушками: вы можете их касаться только с разрешения ребенка. Бывают дети, которые не разрешают, и тогда вы не прикасаетесь к игрушкам.

5. Нельзя называть картины, игрушки теми словами или именами, которые ребенок не называл. Если ребенок что-то не назвал, и вы не знаете, как на это обратить внимание, есть волшебное слово, которое спасет вас в любом направлении арт-терапии, это слово «элемент». Вы можете поинтересоваться: «Скажи, пожалуйста, что это у тебя за элемент, что это за герой в твоей песочной картине?» Клиент вам все расскажет.

Цель: познакомить ребенка с материалом, почувствовать его свойства, снять напряжение, подготовить к дальнейшей работе.

Возраст: 4+

Продолжительность: до 5 минут

Инструменты: ватман, манка, влажные салфетки.

Ход работы: необходимо высыпать стакан манки посередине ватмана.

1. Знакомство с манкой: предложите клиенту положить ладони на манку и почувствовать, какой она температуры. Пусть он представит, что из его рук прямо в манку начинает выгружаться вся усталость, накопленная за целый день. Предложите клиенту немножко придавить манку и почувствовать, как она разъезжается под его руками. Теперь пусть сожмет манку в кулаке и почувствует, как она начнет скрипеть. Затем снова разожмет кулак и еще раз сожмет. Теперь можно исследовать летучесть манки: предложите клиенту легонько подуть в нее и посмотреть, что будет происходить. Можно выдуть небольшие ямки.

2. Ступеньки: предложите клиенту поставить одну ладонь ниже другой, и пересыпать манку из ладони в ладонь. Манка как по ступенькам должна спуститься вниз и при этом не рассыпаться.

3. Блинчик и узоры: на ватмане клиент создает круг из манки. Толщина круга — с мизинчик. Теперь мизинцами каждой руки нужно нарисовать узоры. Правил нет — клиент рисует то, что ему хочется. После выполнения этих техник нужно спросить клиента о том, какое состояние, какие переживания и чувства у него возникли в процессе работы, и что ощущается сейчас. Можно придумать огромное количество мотивационных игр. Смысл работы в том, чтобы ребенок мог расслабиться и почувствовал, что будет интересно.

Техника полушарного рисования

Полушарное рисование очень рекомендуется для работы с гиперактивными, тревожными детьми, детьми с синдромом дефицита внимания. Полушарное рисование песком очень рекомендовано детям

агрессивным, а также всем детям, у которых есть сложности эмоционального характера: скованность, зажатость (гипер- или гипо-) и т.д. Полушарное рисование отлично работает с любым эмоциональным запросом.

Как происходит процесс полушарного рисования?

Клиент набирает манку в две горсти. Между пальцами остаются отверстия, через которые будет высыпаться манка. Важно, чтобы крупа сыпалась одновременно из обеих рук. Двумя руками одновременно клиент рисует два одинаковых облака. Нарисовал, собрал их в кучку, снова набрал манку в горсти. Теперь рисует две одинаковых елки. Снова собрал манку в кучку и снова набрал горсти.

Задание усложняется: руки перекрещиваются и клиент таким образом рисует два одинаковых треугольника.

Как правило, одинаковых рисунков не получается. Это говорит о том, что левое и правое полушарие работают не гармонично, и осознанно их балансировать не получается.

Следующий этап: двумя руками одновременно клиент рисует два одинаковых автомобиля. После этого средними пальцами двух рук одновременно прорисовывает контуры машин, чтобы они стали четче. Задача: рисовать одновременно двумя руками, прорисовывать детали можно, например, мизинцем правой руки и большим пальцем левой руки. Огромный плюс полушарного рисования манкой заключается в том, что какую бы каляку-маляку ни создавали, даже когда работают дети с ДЦП, это всегда выглядит очень красиво. Этот эстетически очень мощный поток подавляет механизмы психологической защиты, позволяет ребенку проявлять свою эстетическую функцию. Функцию, в которой он хороший, красивый, прекрасный. Вопрос клиенту: «Какое ощущение наполняет вас, когда вы прожили опыт полушарного рисования?» Как правило, эмоциональное состояние заметно улучшается. Если мотивационные игры спокойные, формирующие доверие, то полушарное рисование поднимает уровень энергии. После этого можно идти в глубину практики. Этими техниками вы мягко разогреваете детскую психику чтобы предложить потом максимально использовать весь потенциал песочной терапии.

Техника работы в паре

Двое рисуют на одном ватмане. Не разговаривая друг с другом, не договариваясь предварительно, им нужно высыпая манку из кулачков нарисовать зоопарк. Таким образом вы провоцируете людей на бессознательную подстройку друг к другу, учите их интуитивному вниманию друг к другу. Тогда в живой коммуникации конфликтов становится меньше, потому что уже бессознательно выстроена такая опция как прислушаться, почувствовать, уважать. Работа в паре может быть на тему «мой город», или «магазин». Если пришли мама и ребенок, темой может быть «мой дом»: они рисуют дом или отдельную какую-то комнату и т.д. Старайтесь избегать слишком прямолинейных тем, например, «моя семья» или «мой класс» — если есть какие-то проблемы в коллективе, сразу включится сопротивление. Возьмите ситуацию. Например, «праздник» отличная тема для

взаимодействия. Бывает так, что ребенок не хочет работать с кем-то из детей. Тогда вначале нужна дистанционная работа с этими детьми и предупреждение классного руководителя, чтобы она понимала, что между детьми есть конфликт. Рано или поздно вы сможете выяснить, где есть конфликты, и в чем их суть.

На что обращаем внимание при работе в паре:

1. Кто руководит?

2. Кто реально делает? Если руководит один, а делает другой, тогда у нас есть идейный исполнитель.

3 Кто справедливый? Например, есть такая ситуации, когда ребенок занял три четверти всего пространства, а маме оставил только одну четверть.

Как специалисты, вы понимаете, что это не только сейчас в момент рисования, а, скорее всего, и в жизни так обстоят дела. Такой полномостный ребенок или гиперопека. Это неправильно, когда дети главенствуют, должно быть все наоборот.

4. Кто очень бережный? Есть такие мамы, которые приступили к работе и сами создали все, и только потом вспомнили, что рядом их дети сидят. А есть такие мамы, которые что-то создали и как бы замерли, ушли в сторону, они дали возможность ребенку проявить себя. Вы должны обратить внимание, насколько тот или иной партнер бережный в пространстве другого человека. 5. Кто слышит другого? Этот вопрос переключается с предыдущим, но тоже многое открывает. Вообще, в контексте этой работы вопросов может быть большое количество. Все обсуждения проводятся после того, как создана картинка.

Техника «Один день из жизни моей семьи»

Цель: диагностика климата в семье, развитие эмоционального интеллекта, выявление «близкого круга» взрослых.

Возраст: 6+ Продолжительность: 30–40 минут.

Инструменты: стакан манки, ватман, игрушки от киндер-сюрприза, детали от конструктора «Лего».

Ход работы: предложите ребенку создать остров из манки. Теперь на этом острове пусть он создаст то, что можно назвать работой на тему «один день из жизни моей семьи». Дайте ребенку выбрать персонажей, которые будут изображать членов его семьи, пусть он расставит их каким-то образом на своей песочной картине.

Вопросы к технике:

1. Кто твои герои?

Все эти герои являются представителями мировоззрения ребенка. Все герои что-то чувствуют, и они чувствуют то, что ребенок им присваивает, чем их нагружает.

2. Что они чувствуют, расскажи?

3. Чего хочет каждый из героев?

4. Кто как расположен относительно главного героя (кто повернут, кто отвернут, кто ближе, а кто дальше)?

Герой, который является самым ребенком, обязательно тоже должен быть, если его нет, нужно попросить ребенка внести себя туда. Все, кто близко — это те люди, которых ребенок эмоционально близко к себе подпускает, и к которым испытывает большее доверие. Все кто дальше — это те, в отношении которых ребенок чувствует напряжение.

5. Чего боится каждый из героев? Младшая сестра боится, что узнают, что она съела конфетку, и за это накажут. Папа боится, что мама ему не разрешит футбол смотреть. Мама боится, что она не успеет тете Свете позвонить. Ребенок рассказывает о том, что его на самом деле тревожит и волнует.

6. Чего нельзя этим героям? Провокационный вопрос: здесь, как правило, выявляются потребности ребенка.

7. Чего хочет каждый из этих героев? О чем он мечтает? Здесь вы сможете понять, что является ценным для каждого героя. Все эти герои отражают внутренние потребности ребенка. Все они — какая-то важная его часть. Все, что в пределах острова, это пространство ребенка, все, что за островом, — вытесненное, то есть это то, к чему чувствуется напряжение.

Как закрывать эту технику

Попросите ребенка взять эти игрушки и проиграть «один день из жизни моей семьи». В этой игре ребенок изображает весь свой идеальный день. Например, пришло утро, и все проснулись. Мама приходит и говорит: «Иди, чисти зубы, потом — завтракать». А где в это время бабушка? Бабушка сидит у себя в комнате и никогда не выходит. Соседские дети снова ссорятся — если они часто ссорятся, ребенок обязательно включит это. Как ссорятся родители, тоже могут показать. Попросите ребенка смоделировать сказочную историю из жизни всех этих героев, понимая, таким образом, что это обычный день, вчерашний день из жизни этой семьи. И это, конечно же, чудесная диагностика.

Занятие № 2

Маско-терапия

Арт-терапевтические приемы, с которыми мы можем работать при суицидальных тенденциях

Очень хорошо помогает работа с масками, когда из ткани, бумаги, пластилина вы делаете маску. И тут важен вау-эффект, момент удивления, момент новизны. Просто маска из бумаги не сработает — это не новизна, здесь нужно удивить, нужно подцепить, потому что не так много струн осталось, которые еще играют у этого человека (взрослого или ребенка). Вы делаете маску, надеваете ее, снимаете, разговариваете о ней, делаете несколько масок, говорите через маску, говорите с маской — вариантов работы масса, надо экспериментировать.

Упражнение: Возьмите большое зеркало 20х20 см, для таких случаев важно иметь его в наличии. Можно работать и на большом стекле.

Рисуем на зеркале свой страх или рисуем себя грустным, или рисуем свою боль. А потом очень медленно смываем этот рисунок проточной водой.

Потом рисует еще что-то нехорошее. В идеале одна сессия предполагает создание и смывание до 3-х рисунков. Эта практика имеет необыкновенную силу, когда боль, которую вы вынесли на пространство стекла, размывается водой. Точно так же она размывается и растворяется в сознании. Рисовать лучше красками, в идеале гуашью. Это очень мощная практика.

Игра «Представь себе, что ты предмет из прошлого»

Взять лист бумаги А4, разместить его горизонтально и поделите карандашом или ручкой на 3 равные полосы.

Представьте, что вы — это какой-то предмет из прошлого, например, из прошлого века или прошлого тысячелетия. Любой предмет. Зафиксируйте первое, что придет в голову, не размышляйте долго. Нарисуйте схематически цветными карандашами этот предмет в первой зоне вашего листа. Теперь представьте, каким предметом из настоящего вы могли бы быть. Нарисуйте этот предмет в средней зоне листа. Сейчас представьте себя предметом из будущего, предметом, которого пока нет, но у вас есть ощущение, что этот предмет будет в будущем существовать. Например, стиральная машина, которая после стирки сама сможет поутюжить вещи. Возможно, это что-то, о чем вы мечтаете, но что пока не создали. Нарисуйте этот предмет в третьей зоне вашего листа.

Напишите, какие у вас чувства, когда вы смотрите на эти три рисунка. Какие эмоции вы испытываете, видя это преобразование себя? У людей нет перспективы, нет понимания, нет желаний. И данная техника строит путь изнутри наружу. Она формирует интерес к жизни. По сути, базовая задача терапевтической работы во взаимодействии с суицидными настроениями заключается в том, что мы помогаем реанимировать интерес человека к жизни, интерес человека к себе, к своему духовному пути через такие глубокие размышления. Кстати, компьютерные игры крайне редко являются причиной суицидальных тенденций, они являются причиной вспышек гнева, которые в свою очередь могут стать началом зарождения суицидальных тенденций.

Тема 6. Консультативная деятельность в арт-терапии. Музыкотерапия драмо-терапия и сценическая пластика

Игра «Музыкальные метафоры»

Цель: трансформировать чувство страха, поменять к нему отношение, снять напряжение, понизить уровень тревожности.

Продолжительность: 20–30 минут.

Инструменты: музыкальные инструменты или все, что может издавать звук (стучать, шуршать, скрипеть, свистеть).

Ход работы: попросите ребенка подумать о его страхе, определите, какой именно страх вы хотите сейчас проработать. А теперь нужно представить, что у этого страха есть мама и папа (если работать с ребенком). Как со своим страхом-малышом разговаривает мама? А как разговаривает с ним папа? Пусть ребенок сыграет эти интонации. А как звучит страх, когда

он очень зол или, наоборот, у него очень хорошее настроение и ему удалось кого-то напугать?

Какие теперь появляются чувства относительно страха?

Такие простые музыкальные метафоры дают возможность очень быстро трансформировать это чувство, совершенно менять состояние.

Выводы: это нестандартные формы работы (таких метафор может быть очень много). Вы можете себе придумывать что угодно, любые истории, где всю историю или ее часть ребенок или взрослый будет заменять музыкальным звучанием. Мы знаем и помним, что музыкальная терапия дает возможность прекрасно доотреагировать проблемные чувства, которые у него были.

«Рисование-обсуждение-лепка-засыпание-пение»

Цель: преобразовать отношение к страху, вернуть ощущение контроля над происходящим, дать возможность посмотреть на свой страх со стороны. Продолжительность: 30–45 минут.

Инструменты: бумага А4, краски и кисточки, карандаши, пластилин, песочница с песком или любая другая емкость.

Ход работы:

Первый этап: рисование. На листе А4 рисуем образ какой-то тревожащей ситуации или образ страха. Здесь важно в красках, образах и символах, которые для него откликаются на данный момент, отобразить образ страха. Можно использовать сколько угодно цветов — столько, сколько ему хочется. У ребенка этот этап может занять 7–10 минут.

Второй этап: обсуждение. Обсудите, что это за страх, как его зовут, где он живет, как давно он там живет? Почему ему важно быть у Вас? Чем таким уникальным он обладает, что этот страх прямо держится за него? Ведь страх вполне мог бы перебежать к соседу, но почему-то он поселился у Вас. Обсуждение может происходить как в устной, так и в письменной форме. Третий этап: лепка. Сейчас нужно образ того нарисованного страха передать в иде объемной фигуры. Важно этому страху дать плоть, реализовать его, потому что когда мы испытываем что-то внутри, то думаем, что это что-то очень большое. Но когда создаем свой страх в лепке, обычно он оказывается очень маленьким. То есть, возможность осязать объемы своего страха здорово помогает маленькому человеку понять, какой этот страх на самом деле. Словно происходит тот самый этап аккумуляции, сборки. Снижается фрустрация и тревога.

Четвертый этап: засыпание. Не от слова «спать», а от слова «сыпать». Если у вас есть песочница, нужно эту фигурку положить в песочницу и засыпать ее. Если песочницы нет, фигурку можно поместить в стакан и чем-то засыпать или накрыть тканью, например. Фигурку надо придавить, распластать. Придавить не в смысле убить, а придавить под контролем. Т.е., чтобы было понимание, что этот страх никуда не укатится, никуда не улетит, его не унесет ветром — чтобы было чувство контроля.

Пятый, самый веселый, этап. Вместе с ребенком начинайте ходить по комнате и придумывать какую-то нелепую мелодию, песню о своем страхе.

Например: «Жил-был у меня страх, и вот однажды я решил...», и так далее по тексту. Вы себе бубните что-то под нос вместе с ребенком. Это обычно очень смешно, очень необычно, и чувство страха раскрывается совсем в другой области. Если работаем с ребенком, мы, конечно, ему помогаем. Разными мелодиями вам с ребенком нужно пропеть тот текст, который ребенок выдал на этапе обсуждения. Например, ребенок написал или сказал: «Я — страх, что ко мне не придут друзья на день рождения». Когда ребенок напел свою мелодию, спросите и запишите, какое чувство у него сейчас есть по отношению к этому страху.

Выводы: вместе с ребенком вы нарисовали, проговорили, слепили, закрепили, спели о страхе. Ощущения, которые приходят в этой практике, сложно получить любыми другими практиками, потому что проделанное вами называется комплексной работой.

Тема 8. Консультативная деятельность в арт-терапии. Фототерапия

Возможности фототерапии

Фототерапия — это направление, в котором работа чаще всего идет с глубинным уровнем восприятия себя. У каждого из нас есть понятие самооценки — это то, что мы думаем о себе, когда есть другие люди вокруг нас, и самоценности — то, что мы думаем о себе, когда рядом нет никого. Фототерапия является тем способом, который помогает нам работать с темой самоценности. Она очень хороша для работы с замкнутыми аутичными детьми, а также с гиперактивными детьми, которых нужно научить фокусу внутренней концентрации. Для занятий фототерапией совсем не обязательны профессиональные фотоаппараты, достаточно любого телефона, который делает фотографию.

Изучение чувств

Выйдите на улицу и сфотографируйте, например, все радостное.

Потом просматриваем и обсуждаем работы: почему то или иное изображение на фото ассоциировалось у его автора с радостью. Точно так же вы работаем в контексте моральных категорий, когда изучаем щедрость, доброту, заботу, сострадание.

Можно, выводить на слайдах лица людей, испытывающих те или иные эмоции.

Дальше предлагаете создать метафоры, которые ассоциируются с состоянием, вызываемым этими чувствами.

Составляем коллаж, который называется «мои отношения с моей лучшей подругой» или «мои отношения с моим лучшим другом», «мое отношение к школе». Делаем фотографии, садимся в пары или в группы и обсуждаем свои работы. Такую работу можно давать начиная с 4-го класса, и конечно же и взрослым. Важно учитывать степень подготовки детей к такого рода занятиям. Если уроки с психологом у них были с первого класса, то к четвертому они уже будут достаточно натренированы и готовы к работе с отражением чувств. Вы можете предлагать ребятам вопросы для обсуждения.

Да, эмоции будут самые разные, где-то смех, где-то грусть, но в целом у вас может получиться хорошая групповая тренинговая работа.

Планирование будущего.

Сюда вы закладываете все, что называется коллажированием. Самый важный смысл коллажирования — это способность видения желаемого результата. Можно ли использовать журналы? Журналы использовать можно, но при одном «но»: вы тщательно и предварительно проверяете журнал на надписи и на картинки. Потому что если вы пропустите хотя бы одно слово «секс» в журнале, поверьте, дети его не пропустят никогда. Если вы пропустите хоть одну неприличную картинку, дети не пропустят ее никогда, у них глаз это сразу заметит. Для коллажирования нужно подбирать либо специальную литературу, либо внимательно просматривать то, что у вас есть. Укрепление самооценки смены имиджа.

Техника «Я глазами моих родителей»

Цель: помочь ребенку понять, что на самом деле определяет его самооценку и самоценность, развитие эмоционального интеллекта, возможность заметить сходства и различия в восприятии себя разными людьми.

Возраст: 12+

Продолжительность: 40–60 минут

Инструменты: фотоаппарат или телефон с фотокамерой.

Ход работы: ребенку предлагается сделать два фотосета: «С чем я себя ассоциирую» и «Я глазами человека, с которым хочу улучшить отношения» (например, «Я глазами мамы»).

На каждый фотосет отводится по 10–15 минут, чтобы ребенок успел сделать по 5 фотографий.

Для фото подойдут любые вещи или элементы интерьера, которые у клиента ассоциируются с ответами на заданные темы (это точно я: эта бутылка такая же светлая и прозрачная, как моя искренность, эта нить для зубов такая же тонкая, как мои нервы, когда я начинаю злиться).

Обратите внимание ребенка, что эта техника позволяет проработать отношения в том числе с уже умершими людьми. Здесь не нужно уходить в слишком глубокий анализ, просто нужно вспомнить, на что обращал внимание человек, от имени которого делается фотосет.

Вопросы для анализа:

1. Какие качества вы отразили на первых пяти фотографиях?
2. Какие качества вы сфотографировали контексте взгляда со стороны и мнения ваших родителей?
3. Что на самом деле определяет вашу самооценку и самоценность?

Еще раз посмотрите на фото: есть ли в них сходства и различия?

Как те качества, которые ребенок выделил во втором фотосете, влияют на его жизнь сейчас.

Ваша задача помочь ребенку понять: идентичны эти 10 фотографий или нет, и то, как он сейчас живет (его уровень счастья, ненависти, гнева, тревоги, что на них влияет) — это то, как его воспитала мама или то, как он

сам себя воспринимает. Поразмышляйте, как задать хороший ресурсный вопрос, чтобы после работы с вами человек сохранил состояние исследователя. Спросите у ребенка, что он понял про себя, сделав эти десять фотографий, о чем задумался, какие мысли, эмоции, о чем эта работа предложила ему поразмышлять?

Следующий этап: поиск того, что не устраивает, и формулировка результата, к которому хочется прийти. После этого можно выстраивать путь терапевтической работы.

Выводы: мы все прекрасно знаем, что мнение наших родителей влияет на нас. Но вы не представляете, насколько те родительские качества, которые сфотографировал ребенок, влияют на него сейчас. Особенно в тех сферах жизни, где есть сложности.

Фототерапия в имидж-терапии

Смысл ее заключается в том, что, например, при страхе публичных выступлений, предлагают разного рода имиджевые фотосессии, где клиент стоит как телеведущий или выступает перед большой аудиторией за кафедрой. То есть, ему с помощью профессиональных фотографов создают такое пространство, которое имеет отношение к публичным выступлениям. Получаются шикарные фотографии, где клиент (им может быть и взрослый и ребенок) принимает свой внешний образ «публично выступающего» — это очень красиво.

2 ЭТАП – Промежуточная аттестация по итогам освоение дисциплины

Список вопросов к зачету

1. Переосмысление через фото личной и семейной истории
2. Назовите примеры использования фототерапии
3. Расскажите о достоинствах и недостатках метода
4. История развития фотографии как метода арт-терапии
5. Опишите психолого-педагогические особенности детей с проблемами в развитии
6. Охарактеризуйте методы арт-педагогики.
7. Охарактеризуйте арт-технологии и их спользование в специальном образовании
8. Определите место сказкотерапии в психокоррекционной и логопедической практике
9. Опишите организацию игротерапии с детьми дошкольного возраста.
10. Возможности использования арт-терапевтических методик в диагностике детей
11. Выберите арт-терапевтические методики для коррекции детей с речевыми нарушениями
12. Влияние изобразительного искусства на развитие ребенка с патологией развития речи

13. Влияние музыки на развитие ребенка с отклонениями в развитии
14. Влияние театра на развитие ребенка с отклонениями в развитии
15. Влияние литературы на развитие ребенка с отклонениями в развитии. Р
16. Методы обучения в арт-педагогике. Специфика их применения
17. Методы воспитания в арт-педагогике. Специфика их применения
18. Содержание и средства художественного развития детей с различными проблемами в развитии
19. Виды арт-терапии, их воздействие на ребенка с патологией
20. Арт-терапевтические методики (характеристика, место в системе психокоррекционной работы с детьми с отклонениями в развитии)
21. Использование арт-технологий в практике дошкольного и школьного образования
22. На чем базируется арт-терапии?.
23. Назовите основные механизмы психотерапевтического воздействия искусства
24. Какова роль искусства в восстановлении функций организма и его влияние на духовный мир человека
25. Научное осмысление механизмов воздействия искусства на человека в России
26. Научное осмысление механизмов воздействия искусства на человека в Европе
27. Научное осмысление механизмов воздействия искусства на человека в США
28. Лечебный эффект искусства в контексте теоретических идей З. Фрейда
29. Лечебный эффект искусства в контексте теоретических идей К. Юнга
30. Современное состояние арт-терапевтического направления в России и за рубежом
31. Назовите формы арт-терапевтической работы.
32. Назовите критерии эффективности работы коррекционного
33. Планирование и разработка арт-терапевтических занятий
34. Проблема оценки результатов арт-терапии.
35. Назовите основные этапы изо-терапии..
36. Каковы преимущества цвето-терапии.
37. Какие теория цвета вы знаете
38. История развития изо-терапии.
39. Особенности восприятия продуктов творчества детей с отклонениями в развитии в изо-терапии.
40. Работа с травмами развития.
41. История применения цвето-терапии.
42. Назовите механизмы психотерапевтического воздействия кукол на человека.
43. Назовите основные цели и задачи кукло-терапии.

44. Типология кукол,
45. Общие представления о кукло-терапии. Исторический очерк использования в лечении и коррекции.
46. Особенности использования метода с родителями и детьми с отклонениями в развитии.
47. Основные приемы работы со сказкой.
48. Принципы анализа сказок
49. Раскройте диагностические возможности сказкотерапии
50. Особенности сказкотерапии с детьми с отклонениями в развитии.
51. Основные приемы работы со сказкой
52. Психотерапевтические функции сказки.
53. Основные приемы работы со сказкой.
54. Особенности работы с глиной.
55. Назовите механизмы психотерапевтического воздействия.
56. Как работают с готовыми масками?
57. Достоинства и недостатки метода маско и гримотерапии, работы с глиной, метода песочной терапии.

Комплекс заданий

Общие критерии оценивания

№ п/п	Процент правильных ответов	Оценка
1	86 % – 100 %	5 («отлично»)
2	70 % – 85 %	4 («хорошо»)
3	51 % – 69 %	3 (удовлетворительно)
4	50 % и менее	2 (неудовлетворительно)

Задания закрытого типа

Номер вопроса и проверка сформированной компетенции

№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора	№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора
1.	ПК-10.	ИПК-10.1	21.	ПК-9; ПК-10	ИПК-9.2; ИПК-10.2
2.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.	22.	ПК-9; ПК-10	ИПК-9.2; ИПК-10.2
3.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.	23.	ПК-9; ПК-10	ИПК-9.1; ИПК-10.1
4.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.	24.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.
5.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.	25.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.
6.	УК-1; ПК-9.	ИУК-1.1; ИПК-9.1.	26.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.

7.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.	27.	УК-1; ПК-9.	ИУК-1.2; ИПК-9.1.
8.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.	28.	УК-1; ПК-10	ИУК-1.3; ИПК-10.1
9.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.	29.	УК-1; ПК-10	ИУК-1.1; ИПК-10.1
10.	УК-1; ПК-9.	ИУК-1.1; ИПК-9.1.	30.	УК-1; ПК-10	ИУК-1.1; ИПК-10.1
11.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.	31.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.
12.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.	32.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.
13.	УК-1; ПК-10	ИУК-1.1; ИПК-10.1	33.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.
14.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.	34.	УК-1; ПК-10	ИУК-1.3; ИПК-10.2
15.	УК-1; ПК-10	ИУК-1.3; ИПК-10.2	35.	УК-1; ПК-9.	ИУК-1.1; ИПК-9.1.
16.	УК-1; ПК-10	ИУК-1.1; ИПК-10.1	36.	УК-1; ПК-9.	ИУК-1.1; ИПК-9.1.
17.	УК-1; ПК-9	ИУК-1.3; ПК-9.1	37.	УК-1; ПК-9.	ИУК-1.1; ИПК-9.1.
18.	УК-1; ПК-10	ИУК-1.3; ИПК-10.2	38.	УК-1; ПК-10	ИУК-1.3; ИПК-10.2
19.	УК-1; ПК-9	ИУК-1.3; ПК-9.1	39.	УК-1; ПК-10	ИУК-1.3; ИПК-10.2
20.	ПК-9; ПК-10	ИПК-9.2; ИПК-10.2	40.	ПК-9; ПК-10.	ИПК-9.1; ИПК-10.1.

Ключ ответов

№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ
1.	1	21.	1,2
2.	2	22.	1
3.	3	23.	4
4.	3	24.	3
5.	3	25.	1
6.	4	26.	2
7.	4	27.	4
8.	1	28.	1
9.	4	29.	3
10.	4	30.	4
11.	1	31.	3
12.	4	32.	3
13.	1,2,3,4	33.	1
14.	1	34.	4
15.	5	35.	4
16.	3	36.	4
17.	3	37.	4
18.	1,2,3,4	38.	2,4

19.	2	39.	1
20.	2	40.	1

Задание № 1

Термин «арт-терапия» впервые был использован в:

1. 1938 г.;
2. 1990 г.;
3. 1988 г.;
4. 1878 г.

Задание №2

Арт-терапия – это

1. Один из видов искусства;
2. Вид психотерапии и психологической коррекции, основанный на искусстве и творчестве;
3. Методика аутотренинга;
4. Медикаментозная помощь психиатрическим больным.

Задание №3

Основная цель арт-терапии заключается в:

1. Получении общественно-полезного результата;
2. Художественном самовыражении;
3. Гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания;
4. Познании мира прекрасного.

Задание №4

Из данных исследователей первым начал использовать термин «арт-терапия»:

1. М. Наумбург;
2. Э. Крамер;
3. А. Хилл;
4. Г. Рид.

Задание №5

На современном этапе арт-терапия является одним из направлений

1. Психиатрии;
2. Психокоррекции;
3. Психотерапии;
4. Психопрофилактики.

Задание №6
Исключите неверный ответ
Эффективная техника в рамках музыкотерапии:

1. «Музыкальные каракули»;
2. «Дирижер»;
3. «Свободный танец»;
4. «Свободный джаз».

Задание №7
В каком году в Америке была создана Американская арт-терапевтическая ассоциация:

1. В 1950 г.;
2. В 1970 г.;
3. В 1940 г.;
4. В 1960 г.

Задание №8
С точки зрения психоанализа, основным механизмом арт-терапии является:

1. Сублимация;
2. Изоляция;
3. Компенсация;
4. Супер-компенсация.

Задание №9
В задачи арт-терапии НЕ входит:

1. Дать социально приемлемый выход агрессии и другим негативным Чувствам;
2. Облегчить процесс лечения (психотерапии) в качестве вспомогательного метода;
3. Получить материал для психодиагностики;
4. Сконцентрировать внимание на сознании и логике.

Задание №10
Исключите неверный ответ
Функции танцевальной психотерапии:

1. Психофизиологическая;
2. Психологическая;
3. Психотерапевтическая;
4. Социально-политическая.

Задание №11

Основоположница танцевального экспрессионизма:

1. М. Вигман;
2. А. Дункан;
3. В. Вильнес;
4. К. Хорни.

Задание №12

Переход танца в терапевтическую модальность чаще всего связывают с именем:

1. М. Вигман;
2. А. Дункан;
3. В. Вильнес;
4. М. Чейз.

Задание №13

В процессе имаго-терапии не используются технический приём:

1. Пересказ прозаического литературного произведения;
2. Пересказ и драматизация народной сказки;
3. Театрализация рассказа;
4. Участие пациента в воспроизведении фрагментов драматических произведений, выступление в спектакле;
5. Аутотренинг.

Задание №14

Арт-терапия сформировалась на стыке двух областей:

1. Психологии и искусства;
2. Психотерапии и живописи;
3. Педагогики и искусства;
4. Психиатрии и искусства.

Задание №15

Цель проведения занятий с элементами арт-терапии — это:

1. Коррекция внутренних психологических конфликтов;
2. Проблем коммуникации и социализации детей с ОВЗ;
3. Коррекция проблем эмоционально-личностного развития, в т.ч. аутистов (РАС);
4. Задержке умственного развития или при наличии дефекта интеллекта;
5. Коррекция нарушений речи, слуха, зрения, двигательных функций.

Задание №16

Занятия арт-терапией могут проходить

1. Только индивидуально;
2. Только в группе;
3. Как индивидуально, так и в группе;
4. Только с детьми.

Задание №17

Исключите неверный ответ

Арт-терапевтическое пространство—это:

1. Это та атмосфера творчества, приподнятости, арт-терапевтического взаимодействия, которое складывается во время арт-терапевтической работы;
2. Это место, в котором проходит арт-терапевтический процесс;
3. Любое помещение;
4. Арт-терапевтическая лаборатория, предназначенный для работы с различными группами населения и для индивидуальной работы;

Задание №18

Арт-терапия решает следующие задачи:

1. Пробуждает жизненные силы;
2. Активизирует внутренние ресурсы, в том числе память и работоспособность;
3. Создает новые мотивы, установки, закрепляя их в реальной жизни с помощью творческой деятельности;
4. Развивает познавательную и эмоциональную сферы.

Задание №19

Изотерапия—психотерапевтическая работа с использованием методов

1. Педагогики;
2. Изобразительного искусства;
3. Фотографии;
4. Лепки.

Задание №20

Ограничение арт-терапии:

1. Пол клиента;
2. Отсутствие мотивации у клиента;
3. Образование клиента;
4. Уровень социальной активности клиента.

Задание №21

Детский рисунок в арт-терапии рассматривается как:

1. Проекция личности ребенка;
2. Символическое отношение ребенка к миру;
3. Способность к рисованию;
4. Способность четко отражать окружающую действительность.

Задание №22

Форма арт-терапии, которая предполагает длительную работу в диаде «клиент-психотерапевт»:

1. Индивидуальная арт-терапия;
2. Групповая арт-терапия;
3. Динамическая арт-терапия;
4. Сказкотерапия.

Задание №23

Кукло-терапия не используется для

1. Разрешения конфликтов;
2. Улучшения социальной адаптации;
3. При работе с эмоциональной травмой;
4. Лечения внутренних болезней.

Задание №24

Во время рисования сильный контроль дают:

1. Пальчиковые краски;
2. Гуашь;
3. Фломастеры;
4. Пастель.

Задание №25

Ахроматические цвета:

1. Белый, черный и все серые;
2. Красный, оранжевый, желтый;
3. Зеленый;
4. Голубой, синий, фиолетовый.

Задание №26

Цвет, который уравнивает радужные цветовые контрасты, теплые и холодные цвета, в нем существуют единство и борьба противоположностей:

1. Синий;
2. Зеленый;
3. Красный;
4. Желтый.

Задание №27

Исключите неверный ответ

Гуманистический подход в арт-терапии базируется на философских предположениях:

1. Усиленное желание жить возникает при столкновении со специфическими жизненными проблемами. Именно они усиливают желания жить, находить смысл и делать жизненный стиль максимально креативным.
2. Неспособность успешно реализоваться (самоактуализироваться) в жизни присуща более или менее всем людям на различных стадиях жизни (теория жизненных кризисов).
3. Результаты самоактуализации стерильны до тех пор, пока личность не будет в состоянии сформулировать собственные трансцендентные цели, которые и делают жизнь духовной.
4. Вершины самоактуализации достигает любой человек в процессе жизни.

Задание №28

Техника «Мандала» это:

1. Создание циркулярных композиций;
2. Создание эллиптических композиций;
3. Рисование квадратных композиций;
4. Рисование бесформенных композиций.

Задание №29

С помощью изотерапии взрослые и дети могут справиться с такими проблемами, как:

1. Выразить свои эмоции и чувства безопасным для себя и окружающих способом;
2. Освободиться от психологической зажатости, агрессивности, нервозности, неуравновешенности, ревности, страхов и др.;
3. Повысить свои творческие способности в изобразительном искусстве;
4. Повысить самооценку.

Задание №30

Концепция сказкотерапии основана на идее ценности метафоры как носителя информации: (исключите лишнее)

1. О жизненно важных явлениях;

2. О жизненных ценностях;
3. О внутреннем мире автора;
4. О состоянии окружающей среды.

Задание №31

К техникам танцевальной терапии не относится:

1. Спонтанный, неструктурированный танец;
2. Круговой танец;
3. Практический танец;
4. Аутентичное движение.

Задание №32

Выражение чувств, потребностей и мыслей клиента посредством его работы с различными изобразительными материалами и создания художественных образов:

1. Художественная депрессия;
2. Художественная профанация;
3. Художественная экспрессия;
4. Художественное представление.

Задание №33

Популярная книга одного из ведущих просветителей в области связи музыки и целительства Дона Кемпбелла

1. «Эффект Моцарта»;
2. «Эффект звуковых чаш»;
3. «Лечение музыкой»;
4. «Музыка и мир».

Задание №34

Исключите неверный ответ

Чтобы создать безопасное пространство для музыкотерапии, необходимо учитывать фактор:

1. Физические условия;
2. Качество и набор музыкальных инструментов;
3. Количество людей в помещении;
4. Интерьер.

Задание №35

Исключите неверный ответ

Эрготропная музыка – это музыка, в которой:

1. Идет постепенное ускорение;
2. Основной лад - мажорный;
3. Имеют место диссонансы
4. Основной лад - минорный.

Задание №36

Исключите неверный ответ

Трофотропная музыка – это музыка, в которой:

1. Преобладает минорный лад;
2. Существуют нежность и напевность мелодии;
3. Присутствует гармоничность;
4. Преобладает мажорный лад.

Задание №37

Исключите неверный ответ

Какая музыка приводит к повышению сердечно-сосудистого давления, учащению дыхания и пульса; возбуждению, сходному с состоянием опьянения:

1. Эрготропная;
2. Трофотропная;
3. Мажорная;
4. Эстрадная.

Задание №38

Исключите неверные ответы

Какая музыка приводит к снижению сердечно-сосудистого давления, урежению дыхания и пульса; чувству спокойствия и умиротворенности:

1. Эрготропная;
2. Трофотропная;
3. Минорная;
4. Народная.

Задание №39

Учитывая все механизмы воздействия музыки на человека, музыкальную терапию можно применять для клиентов:

1. Любого возраста;
2. До 70 лет;
3. После 7 лет;
4. Только после 5-6 лет.

Задание №40

Продолжительность индивидуальной музыкотерапии составляет, как правило:

1. 50 минут;
2. Полтора часа;
3. 20 минут;
4. 5 минут.

Задания открытого типа

Номер вопроса и проверка сформированной компетенции

№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора	№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора
1.	ПК-9 ПК-10	ИПК-9.2 ИПК 10.2	23.	ПК-9 ПК-10	ИПК-9.2 ИПК 10.1
2.	ПК-9 ПК-10	ИПК-9.2 ИПК 10.2	24.	УК-1 ПК-9	ИУК-1.3 ИПК-9.2
3.	ПК-9 ПК-10	ИПК-9.2 ИПК 10.1	25.	УК-1 ПК-9	ИУК-1.3 ИПК-9.2
4.	УК-1 ПК-9	ИУК-1.2 ПК-9.2	26.	УК-1 ПК-9	ИУК-1.3 ИПК-9.2
5.	УК-1 ПК-10	ИУК-1.3; ПК-10.2	27.	УК-1 ПК-10	ИУК-1.3 ИПК-10.2
6.	УК-1 ПК-10	ИУК-1.3; ПК-10.2	28.	УК-1 ПК-9	ИУК-1.2 ИПК-9.2
7.	УК-1 ПК-10	ИУК-1.3; ПК-10.2	29.	ПК-9 ПК-10	ИПК-9.2 ИПК 10.1
8.	ПК-9 ПК-10	ПК-9.2; ПК-10.2	30.	ПК-9 ПК-10	ИПК-9.2 ИПК 10.1
9.	ПК-9 ПК-10	ПК-9.2; ПК-10.2	31.	ПК-9 ПК-10	ИПК-9.2; ИПК 10.1
10.	ПК-9 ПК-10	ПК-9.2; ПК-10.1	32.	УК-1 ПК-10	ИУК-1.3 ПК-10.2
11.	УК-1 ПК-9	ИУК-1.2; ИПК-9.2	33.	УК-1 ПК-10	ИУК-1.3 ПК-10.2
12.	ПК-9 ПК-10	ИПК-9.2; ИПК 10.2	34.	ПК-9 ПК-10	ИПК-9.2 ИПК 10.1
13.	УК-1 ПК-10	УК-1.3 ПК-10.2	35.	УК-1 ПК-9	ИУК-1.3 ИПК-9.2
14.	УК-1 ПК-9	УК-1.3 ПК-9.2	36.	УК-1 ПК-9	ИУК-1.3 ИПК-9.2
15.	УК-1 ПК-9	УК-1.3 ПК-9.2	37.	УК-1 ПК-9	ИУК-1.3 ИПК-9.2
16.	УК-1 ПК-9	УК-1.3; ПК-9.2	38.	УК-1 ПК-9	ИУК-1.3 ИПК-9.2
17.	ПК-9 ПК-10	ПК-9.2 ПК-10.2	39.	УК-1 ПК-9	ИУК-1.3 ИПК-9.2
18.	ПК-9 ПК-10	ИПК-9.2 ИПК 10.2	40.	УК-1 ПК-9	ИУК-1.3 ИПК-9.2
19.	УК-1	ИУК-1.1	41.	УК-1	ИУК-1.2

	ПК-9	ПК-9.2		ПК-10	ИПК-10.1
20.	УК-1	ИУК-1.3.	42.	УК-1 ПК-10	ИУК-1.2 ИПК-10.2
21.	УК-1 ПК-9	ИУК-1.3 ИПК-9.2	43.	УК-1 ПК-10	ИУК-1.2 ИПК-10.2
22.	УК-1 ПК-9	ИУК-1.3 ИПК-9.2	44.	УК-1 ПК-10	ИУК-1.2 ИПК-10.2

Ключ ответов к заданиям открытого типа

№ вопроса	Верный ответ
1.	Понятие творчества охватывает все формы создания и проявления нового на фоне существующего, стандартного. Процесс творчества состоит из трех этапов: 1) создание новых, ранее не существовавших форм материи; 2) изменение, обновление, преобразование и совершенствование уже существующего; 3) разрушение «старого мира» и построение на его месте нового. Творческий человек - это человек, способный по-новому обрабатывать информацию, обычные воспринимаемые органами чувств и доступные всем данные.
2.	Творческая личность интуитивно видит возможности для преобразования обычных данных в новое творение, существенно превосходя исходное старое. Высвобождение творческого потенциала возможно с помощью арт-терапии. Арт - терапевты ищут символы в образе, пытаются помочь клиентам лучше узнать их внутреннее «Я», одновременно помогая им интегрировать недавно открытое внутреннее «Я» во внешнюю реальность. Таким образом, арт-терапия неразрывно связана с укреплением ауто-экспрессии и понимания.
3.	Поскольку арт-терапия делает большой акцент в сторону творчества, она не требует никаких особых навыков и талантов для участия. Процесс арт-терапии позволяет сделать неосознаваемое видимым (создание продукта творчества) и с помощью дальнейшей вербализации помогает человеку осознать и переработать на новом уровне свой прошлый опыт. Арт терапия - это относительно новый метод психокоррекции. Термин «арт-терапия» (буквально: терапия искусством) ввел в употребление в 1938 году Андриан Хилл. В настоящее время под арт-терапией понимают использование всех видов искусства с целью психотерапии, психокоррекции и психопрофилактики. Этот метод позволяет экспериментировать с чувствами, исследовать и выражать их на символическом уровне. Арт - терапия - это метод развития и изменения сознательных и бессознательных сторон психики личности с помощью различных форм и видов искусства. Арт-терапия все чаще рассматривается как инструмент прогрессивной психологической помощи, способствующий формированию здоровой и творческой личности.
4.	Основная цель арт-терапии - гармонизация внутреннего состояния клиента, то есть восстановление его способности находить оптимальное, что способствует улучшению жизни, установлению равновесия. Задачи арт-терапии следующие: 1) акцентировать внимание клиента на его ощущениях и чувствах; 2) создать оптимальные для клиента условия, благоприятные наиболее четкой вербализации и обработке тех мыслей и чувств, которые он привык подавлять; 3) помочь клиенту найти социально приемлемый выход как положительным, так и отрицательным чувством.
5.	Основная техника арт - терапевтического воздействия - это техника активного воображения, которая открывает клиенту неограниченные возможности для самовыражения и самореализации в продуктах творчества при активном познании своего «Я». Карл Юнг использовал термин «активное воображение» для обозначения такого творческого процесса, в ходе которого человек наблюдает за развитием своей фантазии, не пытаясь сознательно воздействовать на нее. Вызывая определенные образы с помощью активного воображения, закрепляя их в символической форме, клиент имеет возможность успешно продвигаться в решении своих проблем. Механизм психологического коррекционного воздействия арт-терапии состоит в том, что искусство позволяет в особой символической форме реконструировать конфликтную травмирующую ситуацию и найти ее решение через переструктурирование этой ситуации с помощью творческих способностей клиента. Приемы арт-терапии опираются на идею о том, что любой человек, как подготовленный, так и неподготовленный, способен превращать свои внутренние конфликты в визуальные формы.
6.	Достижение положительных психокоррекционных результатов в арт - терапии происходит за счет следующих феноменов: <ul style="list-style-type: none"> — развития и усиления внимания к своим чувствам и переживаниям, что повышает самооценку; — самого процессов творчества, который предоставляет возможность свободно выразить свои

	<p>чувства, потребности и фантазии в виде продукта творчества (рисунка, коллажа, скульптуры, звуковой композиции, сказочной истории, танца) и является безопасным способом разрядки напряжения;</p> <p>— возможности заново пережить внутренние конфликты прошлого в результате столкновения со своим бессознательным и общения с ним на символическом уровне языком образов в условиях безопасного пространства и безусловной поддержки со стороны психолога;</p> <p>— возникновения чувства внутреннего контроля и порядка, так как творчество приводит к необходимости организовывать окружающее пространство (формы и цвета, звуки, слова, движения);</p> <p>— освоения новых форм опыта</p>
7.	<p>Три формы арт-терапии: - активная, пассивная и смешанная.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Пассивная форма - клиент использует художественные произведения, созданные другими людьми: рассматривает картины, читает книги, прослушивает музыкальные произведения. • Активная форма - клиент сам создает продукты творчества: рисунки, скульптуры, истории, музыкальные композиции, спонтанные танцы. • Смешанная форма - клиент использует имеющиеся произведения искусства (музыкальные произведения, картины, сказки и т. п.) для создания своих продуктов творчества.
8.	<p>Понятие символа имеет для арт-терапии принципиальное значение. Символ (англ. Symbol символ) - знак, сущность, которая обозначает другую сущность. Знаком могут выступать объект, изображение, написанное, слово, заменяющее собой некоторое другое понятие, используя для этого ассоциации, сходство или договоренность (например, материальный объект может использоваться для обозначения абстрактного понятия). Символы указывают (или служат в качестве знака) на идеи, понятия и другие абстракции. Символ (с греч. Знак) - условное обозначение какого-либо предмета, понятия или явления; художественный образ, условно воспроизводит устоявшееся мнение, идею, чувства. Символ дает художнику возможность сконцентрировать в образе широкий круг жизненных явлений, позволяет предельно «сгущать» и преувеличивать изображаемое. Арт-терапия представляет собой процесс динамической коммуникации, которая осуществляется с помощью символического «языка» образов. Кроме того, символы выступают и в качестве моста, который соединяет сознательные и бессознательные элементы психической жизни, как клиента, так и арттерапевта. Используя их в своем творчестве, клиент достигает все большей степени интегрированности между этими элементами, с чем связаны богатые положительные лечебно-коррекционные и развивающие эффекты арт-терапии. Представления о символе как посреднике в межличностной и внутриличностной коммуникации изначально были характерны главным образом для тех психотерапевтов, которые получили психоаналитическую подготовку.</p>
9.	<p>Основы психодинамического понимания символа были заложены З. Фрейдом. По его мнению, символы способствуют постепенному осознанию человеком своих потребностей, а также развитию навыков коммуникации и взаимодействия с окружающим предметным миром. Для Фрейда символы - это деформированные потребности. Другой точки зрения придерживался К. Юнг, для которого символы являются естественным способом психической экспрессии на самых разных стадиях психического развития, включая и зрелую психику. Символы тесно связаны с динамикой индивидуального и коллективного бессознательного. Те символы, которые отражают содержание коллективного бессознательного, имеют статус так называемых архетипических символов, обозначающих врожденные формы психического опыта. Архетипические символы имеют устойчивый, часто транскультуральный характер и отражают наиболее фундаментальные психические свойства и процессы, а также отработанные эволюцией способы решения внутриспсихических конфликтов. С архетипическими символами К. Юнг связывал проявления так называемой трансцендентной функции психики, которая выступает фактором индивидуации и отражает ее способность к саморегуляции. Согласно представлениям К. Юнга о психике как о сложной, строго соблюдающей правила и саморегулирующейся, - психика может сама поддерживать определенное равновесие путем включения на тех или иных стадиях развития определенных компенсаторных процессов, призванных преодолеть психическую дисгармонию. В символических образах, которые проявляются в творческом воображении или сновидениях человека, находит свое выражение энергия бессознательного, временное блокирование которой - причина психической нестабильности и нездоровья. Таким образом, в отличие от З. Фрейда, который считал символы проявлением инстинктивных потребностей, К. Юнг считал, что символы могут способствовать не только восстановлению психического баланса, но и личностному росту. С помощью символов человек способен вступить во взаимодействие с заблокированными аспектами бессознательного и их энергией и благодаря этому постепенно прийти к их осознанию и к психической целостности. Символы, обладая чрезвычайно емким содержанием, не могут получить однозначного толкования. С его точки зрения, более приемлемой является работа с заложенными в символах энергиями путем</p>

	<p>их спонтанной «трансляции» через образы. Его подход к практической работе с пациентами характеризуется высокой степенью доверия к их внутренним ресурсам самоисцеления, связанным с гомеостатической функцией коллективного бессознательного. Для психологического здоровья и стабильного функционирования ума необходимо, чтобы подсознание и сознание были неразрывно связаны между собой и действовали скоординировано. Если связь рвется или «диссоциируется», возникает психологическое расстройство. В этом случае символика сновидений играет роль «курьера», что передает послание от инстинктивных частей ума к рациональным. Именно поэтому Юнг придавал большое значение самостоятельной творческой работе пациентов. Кроме того, он постепенно, по мере того как пациент выходил в своём творчестве на уровень коллективного бессознательного, Юнг отступал от интерпретации переносов.</p>
10.	<p>Представителей теории объектных отношений: М. Кляйн, М. Милнер, Д. Винникотт и др., определили, что первичные психические процессы имеют определенное приспособительное значение. Изучая отношения матери и ребенка, они обратили внимание на то, что символы, играя большую роль в психической жизни младенца, помогают ему адаптироваться к окружающей среде.</p> <p>М. Кляйн пишет, что «символы не только являются основой фантазирования и сублимации, но благодаря им также развивается способность субъекта к взаимодействию с внешним миром». Она считает, что способность к символообразованию выступает предпосылкой для культурной эволюции человечества.</p> <p>Похожие идеи высказывает и Д. Винникотт. Его понятие транзитных объектов тесно связано с представлением о различных формах символического мышления ребенка. Здоровая психическая конституция, основанная на настоящем «Я», по его мнению, характерна для тех субъектов, которые способны к свободному использованию символов в качестве посредников, обеспечивающих связь между фантазией и реальностью. Это позволяет субъектам вести интересную и насыщено культурную жизнь и наделяет их особыми творческими дарованиями. Напротив, лица с неразвитой способностью к символообразованию, с «ложным "Я"» характеризуются повышенной тревожностью и неспособностью к глубокой концентрации.</p> <p>Особое значение также приобретают взгляды М. Милнер на природу и роль символа. Символообразование рассматривается ею не как способ примитивной психической защиты, а как важный фактор в создании всего действительно нового и как предпосылка здорового психического развития. Работы разных представителей психодинамического направления о роли символов в психической жизни послужили важным теоретическим обоснованием арт-терапевтической практики. Благодаря этим работам арт-терапевта можно рассматривать в качестве посредника в коммуникации между внешним и внутренним планами психического опыта клиента. Другим важным следствием психодинамической теории символа является представление об изобразительной работе как особой деятельностью, в которой сочетаются регрессивные тенденции и онтогенетически ранние формы взаимодействия с миром, с одной стороны, и эволюционно-прогрессивные тенденции, связанные с творческой функцией психики, с другой стороны. Вызывая определенные образы с помощью свободных ассоциаций и закрепляя их в символической форме, клиент получает возможность успешно решать свои проблемы.</p>
11.	<p>Студенты должны иметь представление о специфических особенностях арт-терапии, таких как: метафоричность, триадичность, ресурсность. Метафоричность арт-терапии состоит в том, что искусство является метафорой, выражающей внутренние переживания человека (абстрактного человека вообще). Любое произведение искусства - в том числе и то, что создаст клиент в ходе арт-терапевтической сессии, - будет своего рода метафорой его жизни. Разнообразие психотерапевтических технологий основано на том предположении, что человек суть нечто цельное, и проблема, существующая в нём, существует одновременно во всех его проявлениях, и нет принципиального различия, каким путем идти к этой проблеме - через когнитивную сферу, через эмоциональную или через проявления тела. Все направления в психотерапии основываются на том что: все в человеке есть метафора всего в нем же. Если в каждом проявлении человека содержится вся его «проблемная» личностная структура, то не удастся ли нам, устойчиво изменив хотя бы одно из этих проявлений, повлиять на всю структуру? В таком случае изменения, которые клиент вносит в подобный образ «Я», получают некое воплощение и в его личности. Очевидно, что любое действие, совершаемое в жизни человеком, и любое взаимодействие, в которое он входит, имеет для него не один смысл, а много, причем большинство из них - неосознаваемые. Точнее даже будет назвать каждый из этих смыслов - или метафор - уроком. Естественно, что эффективность их усвоения будет разной, но на степень эффективности повлияет не только осознанность каждого из полученных уроков, но и разный уровень готовности к восприятию разных смыслов, частота получения аналогичных уроков и личностные особенности человека. Триадичность арт-терапии является ее основным, абсолютно исключительным преимуществом перед всеми другими психотерапевтическими направлениями.</p>

	<p>Только арт-терапия позволяет заменить обычную диаду «терапевт - пациент» («консультант - клиент») на триаду «терапевт - произведение искусства - пациент», то есть сделать психотерапевтический альянс психотерапевтическим треугольником. Работа в таком режиме позволяет не преодолевать сопротивление, а непосредственно использовать его, наглядно показывая возможность изменения (очень часто этого вообще не приходится делать, так как для клиента такая возможность быстро становится самоочевидным фактом). При этом и клиент, и терапевт достаточно хорошо защищены: ведь они работают с рисунком, а не со страхом, с куклой, а не со смыслом жизни и т.п. Рисунок в арт-терапевтическом процессе является определенным материальным полем для метафорического взаимодействия. Ресурсность арт-терапии проявляется в том, что способ терапевтического взаимодействия, ею предлагаемый является ресурсным сам по себе, так как лежит вне сферы повседневной жизни клиента. А все, что лежит за пределами повседневности, ресурсно по определению, потому что расширяет человеческий опыт. Речь в данном случае идет о возможности развития креативности личности, которая является абсолютным ресурсом для всего, что случается в жизни, так как процесс жизни для индивида - это нахождение новых творческих подходов ко всему, с чем он сталкивается. Независимо от того, что конкретно происходит в терапевтическом процессе, клиент получает сразу несколько исключительно конструктивных уроков.</p> <ul style="list-style-type: none"> ♣ Урок первый, следующий из работы с внешним образом оформленной метафорой заявленной проблемы: «Моя проблема отделима от меня. Я не моя проблема». ♣ Урок второй, вытекающий из предлагаемых клиенту незнакомых способов взаимодействия (с терапевтом или с проблемой): «Для решения моей проблемы я могу прибегнуть к совершенно новым способам действия». ♣ Урок третий, порождаемый самим терапевтическим процессом: «Я могу делать то, о чем и не подозревал». Если человек делает что-то, что может иметь отношение к искусству, он занимается творчеством. Значит, у нее эта «творчество» есть. А если уж она есть, значит, ее можно использовать не только в работе с арт - терапевтом. И творчество становится инструментом, который подходит ко многим случаям жизни.
12.	<p>Искусство, как терапевтическая техника, впервые было применена Маргарет Наумбург, воспитанной в духе традиционного психоанализа, в рамках которого акцент делался на свободные ассоциации и интерпретации. Как вспомогательную технику М. Наумбург предлагала использовать спонтанный рисунок. Экспрессия, возникающая в этом подходе благодаря искусству, становилась фундаментом, на основе которого психологи проводили интерпретацию конфликтных ситуаций клиентов. В своей работе Наумбург опиралась на идею Зигмунда Фрейда о том, что первичные мысли и переживания, возникающие в подсознании, чаще всего выражаются в форме образов и символов. Образы художественного творчества отражают все виды подсознательных процессов, включая страхи, конфликты, воспоминания детства, мечты, то есть те феномены, которые исследуют терапевты во время психоанализа. Продолжательницей работ М. Наумбург в 1950-х гг. стала Эдит Крамер, представлявшая другое отношение к арт-терапии, работая исключительно с детьми. Е. Крамер утверждала, что художественный процесс оказывает сам по себе оздоравливающее действие и не требует вербального комментатора. Она считала, что задача терапевта заключается в приобщении клиентов к творчеству и в предоставлении им эмоциональной поддержки. В такой арт-терапии терапевт играл роль скорее учителя и художника, чем пассивного интерпретатора. Возник спор между двумя концепциями - одна подчеркивала творческий аспект художественного опыта, другая делала упор на терапевтический инсайт, полученный с помощью искусства.</p>
13.	<p>Психоаналитическая арт-терапия. дает - доступ к бессознательному, к осознанию вытесненных конфликтов, катарсису. Это техники рисования снов, фантазий, страхов и т.п. самостоятельно (дома) и затем интерпретация (пациентом вместе с терапевтом) рисунков на сеансе (М. Наумбург, Е. Крамер и др.). Или рисование по заданию терапевта понятий, которые пациент наиболее часто употреблял в сеансе вербально, так называемые вербальные маркеры (М. Наумбург), особенно такие как “тревога”, “страх”, “непринятие”, “удивление” и т.п. Используется свободное ассоциативное рисование дома после аналитического сеанса (Штерн, 1952) и др. варианты. Достаточно широко известна знаменитая техника <i>fingerpaint</i> - спонтанное рисование рукой или пальцами, обмакивая их в краску (Mosse). При этом следует допустить, что бессознательное «поставляет» внешне наиболее значимый в данный момент для пациента материал (диагностика для терапевта), а дальнейшая интерпретация пациентом или терапевтом возникающих образов помогает этот бессознательный материал осознать. Отчасти к психоаналитическому направлению можно отнести и вedomое рисование, хотя коррекция идет без выведения на уровень осознания. Во всех перечисленных вариантах техник рисунок существует как вспомогательное средство для осознания вытесненного материала, как подспорье для психоанализа.</p>
14.	<p>Психодинамическая арттерапия (<i>dynamically oriented art therapy</i>), родоначальником которой</p>

	<p>считается Маргарет Наумбург (M. Naumburg), ученица Фрейда и Юнга, пытавшаяся соединить их подходы к невротической личности. Ключевые понятия: коллективное и индивидуальное бессознательное, архетипические символы,отреагирование. Данное направление широко развито в настоящее время на Западе как один из вариантов юнгианской аналитической психотерапии. Классикой арт-терапии стали ее работы (1940-60гг.): «Изучение свободной художественной экспрессии у детей и взрослых с поведенческими проблемами как диагностика и терапия», «Шизофреническое искусство», «Психоневротическое искусство», «Динамически ориентированная арттерапия». Работая с депрессивными больными и умственно отсталыми детьми, она рассматривала искусство пациента как форму символической речи. Следовательно, на символическом уровне возможно восстановление (воссоздание, сотворение) новой символической системы, т.е. модели мира пациента. Суть: каждый человек способен выражать свои внутренние конфликты в визуальных формах. Так он получает доступ к глубинным мыслям и чувствам, вытесненным в бессознательное. Широко используется динамически ориентированными арт - терапевтами техника, когда пациент рисует свое внутреннее состояние в данный момент и дает название картине (не состоянию!). Это же делает одновременно и терапевт. Затем рисунки сравниваются, пациент описывает разницу, дает ассоциации на свой рисунок и рисунок терапевта. Таким образом строится терапевтический диалог.</p>
15.	<p>Основные положения гуманистической психологии в целом можно коротко охарактеризовать как следующие (Шарлотта Бюлер):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Личность должна изучаться как целое. 2. Человеческая жизнь должна изучаться как целое (т.е. все стадии онтогенеза - от рождения до смерти). 3. Саморазвитие и самореализация - базовые цели человеческого существования (они создают значение и смысл). 4. Существуют три базовые жизненные тенденции: потребность в удовольствии, потребность в поддержке и безопасности и потребность в креативном достижении. 5. Каждый индивид имеет глубинную потребность интегрировать эти базовые потребности в модель, которая характеризуется как идентичность данной личности. 6. Каждый индивид сталкивается с необходимостью балансировать конфликтные тенденции или полярности с помощью души. 7. Вина и тревожность не являются исключительным результатом “происков” суперэго, но часто являются следствием неудачи в утилизации собственного креативного потенциала или неудачи в создании осмысленного стиля жизни. 8. Личность - постоянно изменяющееся и одновременно стабильное в течение всей жизни стремление к реинтеграции и соединению полярных тенденций. <p>Ключевые понятия гуманистической психологии (см. А. Маслоу, А. Гольдштейн, К. Роджерс, С. Джурард, Р. Мэй, В. Франкл и др.): потребность в самореализации (по Маслоу - это источник любой деятельности), целостность, уникальность, процесс личностного роста.</p> <p>Гуманистический подход в арт-терапии базируется на трех философских предположениях:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Не бывает людей “умственно больных”, бывают люди, столкнувшиеся со специфическими проблемами. Отсюда помощь - усиление желания жить, развитие способности находить смысл и делать жизненный стиль максимально креативным. 2. Неспособность успешно реализоваться (самоактуализироваться) в жизни присуща более или менее всем людям на различных стадиях жизни (теория жизненных кризисов). 3. Результаты самоактуализации стерильны до тех пор, пока личность не будет в состоянии сформулировать собственные трансцендентные цели, которые и делают жизнь духовной. <p>Цель гуманистической арт- терапии - развитие сбалансированной личности, которая может держать равновесие между полярностями (например, любовь - ненависть, слабость - сила, уединенность - близость, кооперация - состязание, зависимость - независимость, доминирование - подчинение, надежда - отчаяние и пр.). Для достижения этой цели необходимо уточнить глобальные цели индивида. Отсюда возникают задачи гуманистической арт- терапии: - расширение горизонтов личности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - поддержка (развитие) целостности жизни, - достижение подлинной индивидуальности, - движение от автономности к близости в межличностных связях, - формулирование базовых жизненных целей, - выработка подлинных перспектив в жизненном кругу, - адекватное принятие внутренних жизненных кризисов (например, понятие «конструктивного одиночества»), - использование эмпатии и интуиции в развитии более глубоких уровней символической коммуникации. <p>Из перечисленных задач становится явным основное методологическое положение - различные модальности креативного выражения представлены рисованием, танцами, движением, музыкой,</p>

	<p>поэзией, драмой. Они максимально должны быть все, так как это увеличивает возможности индивида. Кроме того, процесс «избавления от 15 болезни» (ilness) и процесс «исцеления» (появление цели или возвращение к целостности) - это разные направления, и второе «делает» первое возможным.</p>
16.	<p>Экзистенциальная арттерапия, приняв базовые положения гуманистической психологии о подходах к личности, дополнила их представлением о неизбежности экзистенциальных переживаний и кризисов, данных индивиду на символическом уровне. А символический уровень существования - это характерная особенность человека как вида. Арттерапия - изменение (воссоздание, трансгрессия и т.п.) символического уровня индивида на данной стадии развития (в норме) и восстановление нарушенного, искаженного символического процесса (в патологии). Символы не даны нам от рождения, существуют определенные этапы их развития (см. Л. Уилсон):</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предперцепция (уровень ощущений, нейро - психологический феномен). 2. Образование гештальта, когда первичные ощущения организуются в объект, а объект уже осознается (и человеком, и животными). 3. Полный гештальт - только теперь есть возможность иметь нечто в ментальном плане, не представленное в ощущениях. Это реальная абстракция и концептуализация. <p>Исходя из этих положений, любая психическая патология в первую очередь - патология символического процесса. Так, например, при умственной отсталости возникает мощная фиксация в одном образе (например, какое бы задание ни давалось, ребенок рисует везде «солнышко»). Превращая этот рисунок в нечто другое и разное, можно расширить образ, а следовательно, «съехать» с этой жесткой фиксации. При шизофрении возникает потеря способности распознавать и дифференцировать различие между реальным объектом и его «представительством». Многие арт- терапевты приводят примеры, в которых больные шизофренией (взрослые и дети) восстанавливали способность символизировать и увеличивали свою чувствительность по отношению к реальности через регулярное рисование, при котором фантазия отделяется от реальности (например, от «я – птичка» к «я – человек» через длинную серию последовательных рисунков птиц и людей). При органических поражениях: установлено экспериментально, что при поражении определенных зон мозга появляется рисование определенного вида «каракуль». Следовательно, возможна более точная диагностика и, кроме того, рисуя определенный вид тех же каракуль, больной может через регресс восстановить утраченную функцию, или построить ее на новом основании. Экзистенциальная психотерапия и арт-терапия в частности предусматривают возможность «саногенной рефлексии» на различных уровнях сознания (в зависимости от того, на каком уровне нарушен символический процесс).</p>
17.	<p>На сегодняшний день существует несколько классификаций уровней сознания, через которые теоретически и практически может пройти за жизнь индивид. Так, К. Юнг выделял три больших этапа в становлении сознания индивида.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Предперсональный уровень сознания. В онтогенезе это ребенок до 3 лет (т.е. до первого возрастного кризиса сепарации и самоопределения). В филогенезе это человеческие сообщества на первобытно- общинном уровне. Характерными особенностями сознания индивида (или группы) являются полная нерасчлененность «Я» и «Мы». «Я» как внутренне понятие не существует, ребенок идентифицирует себя с матерью, архаичный человек - с группой, сообществом (племя, род). Этот феномен сознания хорошо прослеживается на примере имени. Маленький ребенок называет себя так, как его называют родители (поэтому он может представляться как рыбка, зайчик и т.п.). В архаичных культурах, сохранившихся до современности (знаменитые исследования Леви-Брюль и др.) человек не говорил «Я», а называл себя по данному имени (не "Я пришел", а "Белый орел пришел"). Очевидно, что на данном уровне развития сознания не может быть экзистенциальных проблем и вытекающих из них кризисов (если 16 я есть часть рода, как палец есть часть тела, то моя конечность не есть конечность всего рода, как потеря пальца не есть смерть всего тела). 2. Персональный уровень развития сознания. Уже есть персона (Маска), появляется четкое «Я» как выделение себя из некоторой массы. И сразу же появляется вся сложность, связанная с отделением, сепарацией от чего-то большого и бесконечно живущего, вечного. На этом уровне развития сознания происходит процесс индивидуации, выделения, отделения. Это и есть этап становления взрослой социальной личности. Согласно Юнгу, на этом этапе развития находится подавляющее большинство человечества вообще. 3. Трансперсональный уровень развития сознания. Теоретически (и практически) этот уровень возможен для любого психически здорового человека. Дословный перевод трансперсонального - через маску (а не сверх, как это довольно часто трактуется). Это уровень, который чаще всего в различных культурах называют просветлением. Вновь появляется «Мы», но без потери «Я». Чтобы воспринимать себя частью чего-то большого без потери себя, необходимо сначала пройти через разделение и, как следствие, переживание экзистенциального одиночества. Данная идея в несколько трансформированном виде проходит практически через все

	<p>религиозные, изотерические системы: от инициации жрецов через испытание одиночеством (Др. Египет, Тибет, Др. Китай и многие другие культуры) до испытаний одиночеством Христа и Будды. Уровни свойственны как индивиду, так и виду, как личности, так и группе. Переход с одного уровня на другой является процессом индивидуации, в результате появляется целостная, интегрированная, социально адаптированная личность. Каждый переход сопровождается кризисным состоянием. Сходную схему развития уровней сознания предлагает В классификации Кен Уилбера пять уровней, полностью соответствующих концепции К. Юнга. Данной классификация даёт возможность определить терапевтические задачи для каждого периода развития личности. Так, каждому уровню сознания, по К. Уилберу, соответствует специфическая базовая проблема, решение которой и является задачей данного уровня. Эту базовую задачу можно разделить на два подуровня:</p> <ul style="list-style-type: none"> • психологическая задача (формирование нового этапа внутриличностного развития, преодоление внутриличностных конфликтов, переход на более высокий уровень интегрированности) • и социально-психологическая задача (формирование нового уровня адаптации в социуме и в конкретной группе, сообществе, страте; формирование новых смыслообразующих концептов; изменение определенных поведенческих паттернов и создание новых; выработка иногда принципиально новых коммуникативных навыков). Невозможен прыжок через какой-либо уровень, тогда духовный рост перестает быть именно духовным, делая человека практически полностью социально дезадаптированным. Часто к такому результату приводит неграмотная и непродуманная работа с психо - духовными техниками, использующими различные варианты духовных практик Востока.
18.	<p>Одним из основополагающих принципов «правильного» духовного роста является именно высокий уровень социально-психологической адаптации в обществе.</p> <p>1. Уровень Тени (Маски). Соответствует предперсональному уровню развития сознания по К. Юнгу. На этом уровне индивид идентифицирует себя с крайне обедненным образом «Я», с частью Эго (я плохой, я добрый, я жадный и т.п.). Происходит раскол 17 между Маской и Тенью, сознательным и бессознательным. Не допускается существование теневых сторон личности. Застревание на этом уровне приводит постепенно к животному-растительному существованию (работа - дом, все реально, примитивно, бесконечно повторяемо). Результатом, как правило, бывает психологическая деградация личности, возникновение различного вида зависимостей, агрессивное поведение, социально-психологическая дезадаптация в виде алкоголизации, асоциального поведения, бродяжничества и т.п.). Психокоррекция (или психотерапия) личности или целой группы здесь направлена на воссоединение Маски и Тени для создания сильного и здорового Эго (правильного и приемлемого образа себя). Например, согласно основным положениям психосинтеза Р. Ассаджиоли, это низший уровень личностного психосинтеза, связанный прежде всего с узнаванием себя. Согласно концепции В. Козлова, это исключительно идентификация себя, своего Я с Я-материальным и отрицание существования Я-духовного примитивным принятием очень поверхностного Я-социального. Соответствующая психотерапия - обычное консультирование, поддерживающая терапия. Для «внутреннего роста» пациента, т.е. для перехода на уровень Эго используются: психоанализ, психодрама, транзактный анализ, песочная психотерапия.</p> <p>2. Уровень Эго. На этом уровне развития сознания индивид идентифицирует себя с ментальным образом «Я» (неполным и односторонним). Это выглядит как внесение определенных сомнений (неведомых на уровне маски): я думаю, что я добрый... Возникает раскол между Эго и Телом, осознается Я-материальное, Я-социальное и Я-духовное, но в разной степени осознанности, при этом практически всегда появляется внутриличностный конфликт, который ведет к невротизации личности, социально-психологической дезадаптации в виде ухода в болезнь, бегства от свободы (Фромм), стремления к власти (А. Адлер), деструктивному поведению вплоть до суицида (Дюркгейм). Задача психотерапии на этом уровне - воссоединить психику и соматику для создания целостного организма. Соответствующая психотерапия - биоэнергетика, роджериянская терапия, гештальттерапия, танце-двигательная терапия, песочная терапия, бодинамика. Это самый длительный в жизни человека период, период наиболее ярко выраженной индивидуации, связанный с принятием своей Тени, период расширения сознания за пределы среднего бессознательного и отработка навыков самоуправления, период формирования Я-духовного, период формирования высших потребностей.</p> <p>3. Экзистенциальный уровень. Идентификация себя со своей душой. Раскол между организмом и средой. Для его преодоления необходимо использовать энергию следующего уровня и экзистенциальную психотерапию, гуманистическую психотерапию, логотерапию, арт - терапию, танцевальную терапию, аутентичное движение, песочную терапию.</p> <p>4. Трансперсональные полосы (надличные диапазоны). Это области проявления архетипических сверхиндивидуальных переживаний (пиковые переживания по А. Маслоу). Возможно их спонтанное переживание и на других уровнях (случайно), но направленное и осознанное -</p>

	<p>только здесь. Используются такие направления психотерапии, как аналитическая психология Юнга, психосинтез, гуманистическая терапия Маслоу, трансперсональная психотерапия.</p> <p>5. Уровень Всемирного Ума (сознание единства). На этом уровне человек идентифицирует себя со вселенной, универсумом. Для подготовки перехода на этот уровень используются такие системы, как индуизм, буддизм, даосизм, эзотерические учения. Во всех культурах всегда существовали герметические священные традиции работы с сознанием для перехода личности на более интегрированный уровень (дзен буддизм, суфизм, исихазм, философия древних катаров и современных розенкрейцеров, древнеегипетская герметическая работа с картами Таро и др.).</p> <p>Развитие и рост идут от первого к пятому уровню. При переходе на другой уровень человек перестраивает карту своей души, расширяет ее территорию. Это возможно лишь при полной отработке предыдущих уровней.</p> <p>Первый и второй уровни - это личностный рост (личностный психосинтез), далее - духовный рост (духовный психосинтез). Преодолевая «потолок» каждого уровня, человек переживает кризисы развития. Случайное, спонтанное попадание на более высокие уровни оказывается разрушительным для неподготовленной личности, препятствует целостности и не создает настоящей цели. С этой точки зрения, духовный психосинтез, как и многие другие виды духовных практик, часто становится не помощью, а преградой на жизненном пути, той «идеальной моделью», которая не дает возможности увидеть и достичь реально достижимой для данного индивида «реальной» модели. На каждом новом уровне внутреннего развития решается своя психологическая задача. Не решение этой задачи ведет к стагнации, личность перестает развиваться, формируется невротическая личность. Процесс индивидуации (К. Юнг), личностного роста (К. Роджерс), самоактуализации и самореализации (А. Маслоу), экзистенциальные «странствия души», т.е. развитие личности в процессе онтогенеза и есть переход с одного уровня на другой, более высокий. Каждый переход сопровождается внутренним экзистенциальным кризисом, который есть признак развития личности</p>
19.	<p>Основные положения трансперсональной арт-терапии:</p> <ul style="list-style-type: none"> - в каждом человеке существует некое духовное начало («духовное Я»), связанное с коллективным бессознательным (как бесконечный ресурс развития, восстановления целостности). - развивающаяся личность есть личность целостная, интегрированная на всех уровнях, - доступ к глубинным слоям бессознательного необходим в случаях экстраординарных (тяжелая болезнь, кризис, травма, потеря и т.п.), - подобный доступ возможен только при условии снятия контроля сознания, - контроль сознания возможен при использовании измененных состояний сознания. - в измененных состояниях сознания возможны трансперсональные переживания (пиковые переживания по А. Маслоу), которые позволяют личности получить доступ к материалу, отсутствующему в опыте данной личности, - психологический материал, полученный в подобных переживаниях, в обязательном порядке подлежит возможному осознанию. В противном случае он может стать разрушающим для личности. - подобные переживания возможны для любого человека, но человек должен быть психологически «готов» к восприятию столь глубоких уровней психики. Очевидно, что определенная часть глубинной проблематики может быть рассмотрена только на таком уровне и в измененном состоянии сознания, когда становится возможен доступ к коллективному бессознательному и к трансперсональным ресурсам. <p>Одной из техник доступа к глубинным слоям личностного бессознательного и к коллективному бессознательному являются мандалы, ведомое рисование, архаичные танцы и ритуалы, медитативное рисование, сказкотерапия и пр.</p>
20.	<p>К основным функциям арт-терапии относятся: диагностическая и терапевтическая:</p> <p>Рисунок - особый документ и содержит очень много информации об авторе. Рисунок всегда символичен и выражает наличное состояние автора, как бы тот ни старался его скрыть. По рисунку нельзя ставить диагноз, но он может помочь поставить диагноз. Не существует признаков рисунка, патогномичных (характерных для данной болезни) какому-нибудь диагнозу.</p> <p>Огромный по объему материал творческой продукции больных дает возможность пока только выделить некоторые общие особенности рисунка при шизофрении, маниакально-депрессивном психозе, депрессиях различной этиологии и т.п. В очень сжатом виде можно описать характеристики рисунка при определенных заболеваниях. Чаще всего не представляется возможным разделить диагностическую и терапевтическую цели, так как практически всегда обе функции выступают параллельно. Существуют попытки создать схемы, позволяющие ставить (уточнять) диагноз психического заболевания с помощью рисунков или других произведений искусства, сотворенных руками пациента (клиента), но все они не работают. То,</p>

	<p>что в арт - терапии связано собственно с диагностикой, можно представить в виде следующего закона: никакой рисунок (и другие произведения) не может быть основой постановки диагноза, но любой рисунок (или другое произведение) содержит огромное количество диагностического материала.</p>
21.	<p>Характерные особенности рисунка при шизофрении</p> <ul style="list-style-type: none"> • Смесь рисунка с написанием. • Предпочтение графики как формы выражения (карандаш, тушь, перо). <p>Линия тонкая, аккуратная, изящная.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Явное предпочтение формы, а не цвета. • “Набивка”, т.е. плохо переносится пустое пространство, оно должно быть все заполнено, из-за чего рисунок часто выглядит чрезвычайно усложненным, вычурным. • Стереотипии, т.е. постоянные повторы, вязкость (в теме, мотиве, фигуре и пр.). • Орнаментальность (частое и навязчивое использование сложных орнаментов, арабесок в рисунке). • Смешение в рисунках одушевленного и неодушевленного (стул с глазами, дерево с руками и т.п.). • Частое рисование неуместных по содержанию глаз. • Любимые темы - пейзаж (беден и безлюден), дом (закрыт и пуст), море (безжизненное, спокойное, пустое), животные (чаще всего - химеры, монстры, символические существа), солнце (схематическое, холодное). <p>Подобные особенности можно увидеть в творчестве таких художников, как И.Босх</p>
22.	<p>Характеристика рисунка при эпилепсии</p> <ul style="list-style-type: none"> • Явное предпочтение цвета, а не формы. Очень часто - просто цветовые пятна, при этом использование цвета смелое, неожиданное и очень тонкое. • Застревание, вязкость в цвете, деталях (если появился красный цвет, то все будет красным). • Линии резкие, хаотичные, рваные. • Пространство заполняется свободно, рисунок “дышит”, в нем есть воздух, простор. • Частое рисование “аур” (людей, предметов, животных). • Любимые темы - натюрморт, цветы (их всегда много) и букеты (большие, броские, неожиданные), поле, дорога (чаще - с кем-нибудь).
23.	<p>На сегодняшний день самыми распространенными направлениями арт – терапии являются, искусства визуального ряда – рисунок, все виды живописи, монотипии, мозаики, коллажи, грим, боди - арт, маски, все виды лепки, куклы, марионетки, инсталляции, фотография и многое другое. Это наиболее разработанное направление, имеющее огромное количество техник, приемов, методик. Именно с рисунка начиналась история арт-терапии как психотерапевтического направления. Достоинствами арт-терапии является отсутствие противопоказаний, относительная простота в применении, богатство материалов, возможность использовать техники и приемы арт-терапии практически в сочетании с любыми другими психотерапевтическими направлениями. В настоящее время арт-терапия (в данном контексте) является наиболее разработанным, чаще всего используемым и наиболее простым в техническом исполнении видом терапии искусством.</p>
24.	<p>Изотерапия – эффективный и действенный метод, который помогает человеку справиться с негативными эмоциями, снять нервно-психическое напряжение.</p> <p>Для рисования используется широкий спектр материалов: разные краски (гуашь, акварель, акрил и др.), карандаши, уголь, пастель, восковые мелки – всё, что оставляет след на бумаге и способно создать рисунок или отпечаток. Несмотря на свою эффективность, изотерапия как отдельная методика лечения и психологической помощи появилась около полувека назад.</p> <p>С помощью изотерапии взрослые и дети могут справиться с такими проблемами, как:</p> <ul style="list-style-type: none"> • выразить свои эмоции и чувства безопасным для себя и окружающих способом. Изотерапия эффективна в случаях, когда нужно освободиться от психологической зажатости, агрессивности, нервозности, неуравновешенности, ревности, страхов и др. • низкая самооценка. По статистике от низкой самооценки и неуверенности в себе страдает больше 70% людей. Благодаря практическим упражнениям изотерапии, любой может значительно повысить свою самооценку и стать увереннее. • проблемы с поведением. • проблемы в отношениях и/или семейные проблемы. • хронический стресс и психосоматические заболевания. Кроме того, занятия изотерапией способствуют раскрытию творческого потенциала и открывают в человеке новые ресурсы и возможности.
25.	<p>Музыкотерапия (music therapy) большинством специалистов включается в арт - терапию. Музыкальная и навыковая модель, используемая в музыкотерапии, берет начало в принципах</p>

	<p>Перформанса, Импровизации, Гармонии, Этнической музыки, Современной композиции. Психологическая и Терапевтическая модели основаны на изучении ранних материнско-детских отношений, Психологии развития, Теорий коммуникативного и языкового развития, Психоаналитической теории. Как одно из наиболее древних (если можно так сказать, архетипических видов творчества homo sapiens) направлений, это чрезвычайно богатое по силе воздействия, по широте возможностей, по существующему эмпирическому материалу направление. Это использование звуков и музыки для построения терапевтических отношений. Музыкаотерапия предполагает оптимизацию организма, исследование внутреннего мира, самораскрытие и изменение дезадаптивных способов отношений на другие, формирование эмоциональной сферы личности с профилактической целью. (Коррекция эмоционального опыта)</p> <p>Что музыкотерапевт делает?</p> <ul style="list-style-type: none"> • слушает звуки, которые производит клиент, и особенно их качество (эмоциональное содержание); • организацию (ритм или отсутствие ритма, мелодию или случайность); • коммуникативную направленность (которая может быть заблокирована, может быть аутистичной, направленной на терапевта); • способ производства звука (голос, музыкальный инструмент); • сопереживает (эмпатия позволяет быть с другим человеком и в воображении переживать его опыт) • отвечает (через свою собственную музыку, отражая все элементы звуков клиента) • контекстуализирует (то есть привносит отношения) Это требует особой подготовки специалиста. Что происходит с клиентом? • он слушает • эмоционально реагирует (на его уровне) • на основе этой реакции создает творческие отношения • клиент может переживать: принятие, возможность взаимодействовать несмотря на свои ограничения, катарсис, эмоциональное развитие, развитие коммуникативных навыков, творчество, контроль над отношениями и своим окружением. Что составляет суть отношений терапевт-клиент? Безопасность, защищенность, частность, безоценочность, регулярность, надежность, взаимное уважение и доверие.
26.	<p>Формы музыкотерапии:</p> <p>1. Рецептивная или пассивная (воспринимается на слух). Может быть:</p> <p>А) Коммуникативной (совместное прослушивание музыки, направленное на поддержание взаимных контактов взаимопонимания и доверия). Б) Реактивной (направленной на достижение катарсиса). В) Регулятивной (способствующей снижению нервно – психического напряжения). Композиторы, произведения которых рекомендуются для музыкотерапии: К. Глюк, Ж. Массне, Я. Сибелиус, Р. Шуман, С. Рахманинов А. Дворжак, Д. Шостакович, П. Чайковский, Л. Бетховен, Ф. Лист, Ф. Шопен.</p> <p>2. Активная (предполагает экспрессивное самовыражение) Процесс может иметь инсайт ориентированный характер. Лечебная музыка является также вспомогательным средством в местах пребывания больных. При активной музыкотерапии пациенты сами участвуют в исполнении музыкальных произведений, применяя при этом как обычные музыкальные инструменты, так и необычные, например, собственное тело (хлопки, постукивания и пр.). Происходит воспроизведение, фантазирование, импровизация с помощью человеческого голоса и выбранных музыкальных инструментов. Активная музыкотерапия предполагает непосредственное участие клиента в музыкотерапевтическом процессе (он сам поет, играет на доступных музыкальных инструментах, выполняет творческие задания музыкотерапевта). К самым популярным ее направлениям относятся: вокалотерапия; музыкально-педагогическая реабилитация; музыкотерапия по методу Нордоффа -Роббинса; аналитическая музыкотерапия и активная музыкопсихотерапия; онтопсихологическая музыкотерапия по А. Монгетти. Вокалотерапия базируется на оздоровительных свойствах классического пения и включает в себя упражнения по акустической стимуляции жизненно важных органов, а также упражнения, повышающие адаптационные и интеллектуально-эстетические способности человека. Вокалотерапия сочетает в себе использование внутренних (вокалотренинг) и внешних (рецептивная музыкотерапия) акустических сигналов сложной ангармонической природы</p>
27.	<p>Музыкально-педагогическая реабилитация использует с лечебно-восстановительной целью музыкально-педагогический процесс, который может осуществляться в виде музыкально-дидактических игр, обучения пению, игре на музыкальных инструментах, движению под музыку (ритмика, танцы, игры), прослушивания музыки. Музыкаотерапия по методу Нордоффа-</p>

	<p>Роббинса. В этом направлении делается акцент на уникальность роли «живой» (исполняемой «вживую» – самим музыкотерапевтом) музыки как средства коммуникации. При этом музыкотерапевт должен иметь навыки спонтанного лечебного музицирования и импровизации. Существуют разновидности метода для детей, подростков и взрослых. Участники всех уровней вовлекаются в процесс совместного с терапевтом создания музыки с помощью музыкальных инструментов. Аналитическая музыкотерапия и активная музыкопсихотерапия. Происходит исследования бессознательного посредством психоанализа «звукового самовыражения» клиента, происходящего в процессе совместного (вместе с музыкотерапевтом) музицирования. Здесь используется психоанализ, который ведется на основе теоретических концепций Фрейда, Адлера, Клейна, Шмольца и др. При этом в рамках музыкотерапевтического сеанса обязательно должна проводиться психологическая коррекция – метод комплексного психологического воздействия на цели, мотивы и структуру поведения пациента, а также на развитие его некоторых психических функций: памяти, внимания, мышления. Онтопсихологическая музыкотерапия – автором является Антонио Менегетти (Италия), который считает, что бессознательное представляет собой реальность не только психическую, но и телесную. При этом в организме человека изначально (уже с периода внутриутробного развития) заложен определенный порядок, внутренняя гармония. Этот внутренний порядок наделен особой – сугубо индивидуальной – музыкой и движением. При этом методе используются ударные инструменты (чаще всего – это двойной комплект «Конга»). Музыкотерапевт выполняет функции «посредника». В данном процессе нет никаких правил, с каждым моментом рождается новая музыка, спонтанная, согласующаяся с внутренней гармонией пациента, которая отражает взаимодействие его тела, эмоций, состояния души, сексуальности, способности двигаться и т.д. Цель состоит в том, чтобы у пациента была максимальная возможность проявиться наилучшим образом и с большей любовью к себе посредством именно музыкального посыла, на который реагирует организм.</p>
28.	<p>На сегодняшний день мировая официальная музыкотерапия использует около 20 различных «общепризнанных» методик. Музыкотерапевт Ганс-Гельмут Декер-Фойгт (Германия) в своей книге «Введение в музыкотерапию» подметил: «На свете есть почти столько же видов музыкальной терапии, сколько музыкальных терапевтов». Активное участие в музыкально-терапевтическом сеансе клиента, выражающего свое эмоциональное состояние в разных видах искусства, приводит к разрушению имеющегося у него внутреннего конфликта. Проводятся группы активной музыкальной психотерапии, которые ведут арт - терапевт и музыкант. На таких группах используются музыкальные инструменты: струнные, перкуссия, духовые, клавишные, а также голос. Используются как классические, так и экзотические инструменты для данной местности. Применяются не одинаковые, а разные инструменты, так как участники психотерапевтических групп приходят с разной тональностью своего психического состояния. На группах музыкальной психотерапии использовались методики «музыкальный импульс», «создание музыкальной группы», «хаос звуков», «зеркало телесной музыки» и др. В группе существует возможность участникам выразиться в звуках музыки и освободиться от переполняющих душу переживаний. Наилучшим психотерапевтическим способом выступает, как оказалось, не просто прослушивание музыки, а само ее воспроизведение: игра на музыкальных инструментах, а еще лучше – пение. В процессе игры человек совершает движения в такт музыке (нажим на клавиши, растягивание мехов, движение смычка). Чтобы воспроизвести мелодию, участнику приходится дышать в ее темпе. Наблюдения показали, что организм (дыхательная, кровеносная системы) подстраивается под музыкальный темп и психологическое восприятие музыки становится тоньше: участники могут заметить те оттенки, которые не замечают простые слушатели. Такое умение является следствием постоянного прослушивания и воспроизведения музыкальных мелодий, когда организм привыкает к их воздействию и уже лучше выбирает, что для него полезно. Звук пропитывает весь организм и в соответствии с определенным своим влиянием замедляет или ускоряет ритм циркуляции крови, возбуждает нервную систему либо успокаивает ее, пробуждает в участнике более сильные чувства или умиротворяет его, приносит покой.</p>
29.	<p>Виды музыки</p> <p>1. Трофотропная (воздействует на парасимпатический отдел). Способствует замедлению пульса, отдыху, релаксации, погружает в транс, в сон. Помогает снять напряжение, способствует аутогенной тренировке, сопровождает гипноз и может погрузить в гипнотическое состояние, улучшает проведение техники направленного воображения. Используется: для работ со страхами, агрессией, негативно окрашенными эмоциональными переживаниями. При этом она не обращается к изменению внутреннего мира клиента.</p> <p>2. Эрготропная музыка (воздействует на симпатический отдел нервной системы). Способствует повышению мышечного тонуса, расширению зрачков, повышению тревожности и напряжения, отреагированию клиента через изобразительные материалы. Создает нагрузку на различные системы организма. Имеет быстрый темп, нерегулярный ритм, наличие диссонанса. В</p>

	<p>музыкотерапии участники идут за движением, вслед за музыкой, обращается внимание на наслаждение внутри себя. В определенный момент участники чувствуют, что уже не они идут за музыкой, а музыка несет их. Какая музыка? Та, что родилась в них самих, импровизированная музыка.</p>
30.	<p>В музыкотерапии участники идут за движением, вслед за музыкой, обращается внимание на наслаждение внутри себя. В определенный момент участники чувствуют, что уже не они идут за музыкой, а музыка несет их, та, что родилась в них самих, импровизированная музыка. При импровизации предлагается возможность делать выбор, что помогает развитию решительности. Импровизация освобождает творческие, глубоко скрытые средства выражения чувств. Появляется внешний звук. Внешний звук становится слышимым только потому, что возникает звук внутренний в сознании, а когда звук внутри замолкает, тогда тело не может создать внешний звук. Созданная музыка соответствует одной из нот, входящих в хроматическую гамму висцерального (внутреннего, внутренних органов) тона, т.е. то, что участнику группы будет «по душе». Музыка создается участником непосредственно в ходе группы музыкальной психотерапии. Также используются музыка и движение с целью достижения максимальной интровертности, что приводит участников группы к самостоятельному осмыслению своих глубинных пластов. В результате прогрессивного обучения такому типу интровертности можно обрести способность целостного восприятия себя. Отдельным органам и системам нашего организма в здоровом состоянии присуще особое сочетание гармонических колебаний, на терминологии музыкантов - нот. С этой точки зрения каждый из нас - сложнейшее музыкальное произведение. Гармония. Мелодия образуется последовательностью звуков. Гармония же производится одновременным звучанием нескольких звуков, гармонирующих друг с другом, которые формируют аккорды. Благодаря различным вибрациям, излучающимся этими аккордами, в душе слушателей возникает либо чувство гармонии, либо диссонанса, что в любом случае оказывает определенное физиологическое и психологическое воздействие. Преобладание 24 диссонансов является выражением разлада, конфликтов, кризисов. В повседневной жизни, богатой сегодня разного рода трудностями и стрессами, музыкальная психотерапия может служить хорошим средством профилактики, помогая людям жить, работать и быть счастливыми. Музыка имеет неуловимые творчески организующие и эмоциональные качества</p>
31.	<p>Музыкальные произведения для музыкальной терапии - предпочтение отдается классической музыке (из-за наличия динамики в музыкальном материале) - не знакомой музыке (этнической, нетрадиционной, провокативной музыке, передающей метания души, её переживания) - музыка может быть принесена самим клиентом. - в качестве музыкальных инструментов можно использовать подручные средства, голос, ладони. Особенности звуковой экспрессии по отношению к рисуночной: Рисуночная терапия более экологична, чем музыкальная. Музыкальные импровизации иногда могут быть негармоничными. Лучше всего звуковая терапия подходит для людей с лучшим развитием невербальной коммуникации. Звук, музыка – это инструменты межличностного контакта (взаимодействия). Нужно сказать, что в силу невероятной ассоциативной нагруженности (как чисто психологической, так и социо - культурной), музыка легко может превращаться из «лекарства» в «оружие». Студенты должны знать, что, используя музыку в психотерапевтической работе, надо быть очень осторожным. Например, один и тот же музыкальный инструмент совершенно по-разному воспринимается в разных культурах (звук флейты в восточной культуре - медитативный, релаксационный, он же в западной - тревожен и печален, таких примеров можно привести множество). Конкретная музыка актуализирует длинную цепочку ассоциаций, проследить которую пациент не может (а терапевт - тем более). Это надо всегда учитывать (например, мягкая пасторальная музыка может вызвать спонтанную возрастную регрессию, детские психические травмы и т.п.). Тем не менее, музыка использовалась и будет использоваться как своеобразный катализатор, она применима в любых идеологических и методологических системах. Условно можно выделить две школы: «американскую» (использование музыки как мощнейшего катализатора эмоционального состояния, при этом музыка является лишь подспорьем) и «шведскую» (прямое прописывание определенной музыки как лекарственного средства, при этом музыка является главенствующей).</p>
32.	<p>Танцевальная терапия (dance therapy) совершенно самостоятельное психотерапевтическое направление. Столь же часто танцевальную терапию относят к телесно ориентированной. Танце-двигательная терапия, ТДТ, является методом психотерапии, который использует в качестве инструмента выразительное движение и танец. Танец помогает процессу личностной интеграции и роста. Основной принцип танцевальной терапии – это взаимоотношение между движением - motion и эмоцией - emotion. Следовательно, танец есть внешнее проявление внутреннего состояния вплоть до самых глубинных слоев, естественный способ выразить невыразимое. Тело человека создано для движения, которое естественно, как дыхание, так как в природе все совершает движения. Движение дает нам энергию, позволяет выйти за пределы обыденного восприятия, движение уравнивает, исцеляет, порождает психическую энергию,</p>

	<p>необходимую во всех жизненных ситуациях вплоть до смерти.</p> <p>Практически всегда танец носил ритуальный характер: им лечили от болезней и травм, помогали при родах, воспитывали и совершенствовали, готовили к жизни и смерти, танец сопровождал любые важные моменты в жизни индивида или всего социума. Ритуальный танец является синтезом духовного развития и движения. Большинство эзотерических систем основано на предположении, что человек есть микрокосм, то есть микроскопическое отражение вселенной. Следовательно, человек обладает всеми видами существующих во вселенной энергий. Практически во всех древних культурах ритуальный танец являлся способом пробуждения необходимой энергии, ее стимулирования и направления как во внешний мир, например, боевые танцы и т.п., так во внутренний, к более глубоким уровням сознания. Танцевальные движения использовались и используются во всех без исключения боевых искусствах, которые, собственно, и произошли из танцев. Это древнекитайская система исцеления и совершенствования Цигун и произошедшие от цигун практически все боевые искусства Востока: айкидо, кунфу, каты в карате и пр. В Древней Индии танец был и остается способом общения, а танцовщицы, специально обученные священным танцам, считаются женами богов. Танец - как способ совершенствования и исцеления - был чрезвычайно развит в Ассирии, Вавилоне, Древнем Египте. Так, влияние ритуальных древнеегипетских танцев распространилось на весь мир. Например, кадиская школа священного танца в Испании является продолжателем древнеегипетской культуры ритуального танца. В Древней Греции, во многом перенявшей танцевальные культуры Ассирии и Египта, сформировалась своя культура ритуальных танцев, позднее вошедшая во все танцевальные культуры народов Балкан и частично - славянских народов. Музыка и танец были главными составляющими искусства целительства, помогающей магии и совершенствования духа, духовного развития личности в орфических, элевсинских и вакхических мистериях. Танец, движение под музыку (в отличие, например, от рисования) сопровождают нас всю жизнь. Неоспоримым достоинством танца является его «природосообразность» для любого человека, большая безопасность, большая общность культур (анатомически мы все братья и сестры), и, немаловажно, - это приятно. На мой взгляд, движение под музыку особенно эффективно при невротическом развитии личности как средство внутреннего освобождения, импровизационности, снятия разнообразных телесных и психологических блоков (их же невозможно отделить друг от друга, как невозможно отделить тело от души).</p>
33.	<p>Каждый танцевальный жест и движение несут в себе символический смысл. Чем больше вкладывается смысла, тем большее количество энергии символа освобождается. Таким образом, танец помогает раздвинуть границы сознания, расширить сознание индивида и социума. В чем психологический смысл движений в танце?</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Определенные движения и позы стимулируют телесную энергию, зажатую, например, в блоке. 2. Движения и позы танца позволяют телом выразить то, что практически невозможно выразить словами. 3. Танцевальные движения дают возможность проникнуть в глубинные слои бессознательного много эффективнее, чем традиционные медитативные техники. 4. Специфические движения танца помогают сосредоточиться, уйти внутрь себя. 5. Танец способствует взаимодействию полушарий, соединяя рациональное и иррациональное, таким образом рождая креативное мышление. 6. ЦНС и мышечная система преобразуют музыкальные ритмы в формы движения, что расширяет традиционное восприятие мира. 7. Ритуальный, магический танец помогает самосовершенствованию, так как человек может пробудить низшие эмоции и энергии и высвободить их через танец, то есть обрести контроль над ними. 8. Танец является великолепным способом развития и совершенствования тела не как инструмента, а как равноправного участника жизни в триаде «разум, душа, тело».
34.	<p>Драматерапия (Dramatherapy) - это одно из направлений, наиболее интенсивно развивающихся в настоящее время. Видимо, одна из причин широкого использования и эффективности драматерапии - постоянное (хроническое) не востребование в современном мире игрового потенциала человека, «недоигранность» детей, потеря мощной народной игровой культуры как таковой. Одним из основоположников драматерапии, безусловно, можно считать Я. Морено, создавшего в 30-40 г.г. «Театр спонтанности» в Вене, «Терапевтический театр» в Нью-Йорке. Основное отличие от психодрамы заключается в том, что в драматерапии нет протагониста и не драматизируется ничья проблема, а следовательно - это не больно. Метод не прост, требует (впрочем, как все остальные виды арт-терапии) специальной подготовки терапевта и необходимо включает и музыку, и танец, и грим, и рисование, и сочинительство, и многое другое. В настоящее время существует много видов драматерапии (собственно драматизации, терапевтический театр, драматерапевтические группы поддержки, драматизация сновидений,</p>

	<p>средневековый театр и комедия дель арте и т.п.). Драматерапия является прекрасным методом работы с группой. При использовании драматерапии происходит (помимо развития креативности, как во всей арт-терапии) расширение сознания, расширение диапазона поведенческих стратегий, отработка новых, более креативных способов взаимодействия с миром и с другими и многое другое (Jennings S., Cattanaach F., Grainger R., Meldrum B., Boal A., Белякова Е., Гнездилов А., Назлоян Г. и др.).</p>
35.	<p>Сказкотерапия</p> <p>- использование сказки как архетипической метафоры в целях:</p> <ul style="list-style-type: none"> — психодиагностики (проективная диагностика, описывающая целостную картину личности, ее проблемные и ресурсные элементы), — психокоррекции (развитие креативности личности как расширение спектра альтернативных решений), — психотерапии — и психологического консультирования (исцеление с помощью сказки). <p>Выделяются, как правило, следующие виды сказкотерапии:</p> <p>анализ и интерпретация выбранной или сочиненной сказки, использование архетипа сказки, сочинение сказок (библиотерапия), медитативные сказки, драматерапия сказки, рисование сказки, сказочное путешествие, куклы.</p> <p>Достоинствами и преимуществами сказкотерапии можно считать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ее абсолютную метафоричность (наиболее доступно для восприятия), • отсутствие дидактичности (что практически не вызывает сопротивления), • глубинный смысл сказки (закодированный в коллективном бессознательном опыт человечества: как ты относишься к Миру, так и Мир относится к тебе), • архетипичность (многогранность, общность и многоуровневость хранимой информации), • максимально возможная психологическая защищенность (справедливость всегда торжествует, добро всегда побеждает, «все будет хорошо»), • экзистенциальность (относительность добра и зла, изменчивость, беды и испытания делают сильнее, мудрее и пр., • неопределенность места и времени, «ненаходимость» по Бахтину), • магический ореол (волшебство, чудо, «как в сказке» - отсутствие ментальных ограничений, иррациональность, ресурсность). Ближайшие родственники сказки – миф, легенда, былина, притча. <p>Сказки разделяются по происхождению (сакральные, или мифологические, народные, авторские), по содержанию (антропоморфные, бытовые, волшебные), по задачам (дидактические, психокоррекционные, терапевтические). Студенты должны знать, что основным достоинством сказкотерапии является её интегральность, естественно включающая в себя практически все другие направления – рисунок и живопись, драматизация, музыка, танец, библиотерапия, грим, куклы и пр. (Фон Франц М., Зинкевич Т., Гнездилов А.)</p>
36.	<p>Библиотерапия (Creative writing) это направление арт – терапии, основанное на самовыражении через творческое «писание», сочинение. Чаще всего под библиотерапией понимают лечебное воздействие на психику больного человека при помощи чтения книг. Термин появился в 20-х годах в США. Современная библиотерапия (в отличие от традиционных ее направлений) преимущественно основана не на чтении литературных источников, а на самостоятельном сочинении. При этом возможны как совершенно свободное выражение (о чем хочу, что хочу и как хочу), так и заданные темы. В библиотерапии терапевтический эффект основан на так называемом законе Геннекена: главный герой любого литературного произведения - это всегда автор. Сюда же относится и автобиографический метод, и сочинение драматических произведений, и стихосложение, ведение дневников, написание писем (хотя эпистолярный жанр в наше время явно вырождается) и многое другое. Надо отметить, что библиотерапия имеет целый ряд противопоказаний (в отличие, например, от музыки, танца, рисования) и достаточно сложна для терапевта. Зато библиотерапия дает просто невероятное количество диагностического материала.</p>
37.	<p>Энотерапия (М. Гауснер, З. Кочова) (Hausner M., Kosova Z., 1979,1982). Будучи достаточно молодым направлением психотерапии, энотерапия стремится использовать традиционные обычаи, традиции и ремёсла для того, чтобы вовлечь клиента в древние архетипические ситуации. Как писал З. Фрейд, онтогенез повторяет филогенез — то есть развитие каждого человека повторяет эволюцию всего человечества в целом. Поэтому каждый из нас обладает уникальным, накопленным ещё предками опытом, который может помочь преодолеть кризисы. Этот опыт существует в бессознательном — и благодаря особым методикам можно его высвободить и использовать для налаживания взаимосвязи с самим собой. Для этого используется танец, пантомима, рисунок, лепка. Энотерапевты полагают, что благодаря проживанию старинных культурных шаблонов человек регрессирует в личное и коллективное детство и заново утверждает свою идентичность. Клиенту дается возможность возвратиться в</p>

	древние культурные шаблоны и «найти свое место в жизни» через ощущение в себе исконного, природного начала. Обращение к таким архетипическим образам, как «карнавал», «рождество-рождение», «смерть-возрождение», «солнце», «дурак - шут» и др. имеет чрезвычайно мощный коррекционный и профилактический потенциал. Недаром сейчас во всем мире развивается интерес к народным, архаическим праздникам, ритуалам, церемониям, их целительная сила очевидна. В целом, можно сказать, что данное направление преимущественно обращается к коллективному бессознательному человечества, безусловно, содержащему ресурс для исцеления любого состояния (Stewart S., Turner V., Yausner M., Kocova Z., Гнездилов А. и др.)
38.	<p>Синтетическая терапия Кречмера Направление разрабатывалось Вольфгангом Кречмером (сын Э. Кречмера) как принцип творческого выражения при переживании произведений искусства. При этом обязательно должно быть именно комплексное воздействие на пациента (свет, температура, запах, музыка, живопись, танец, драма и т.п.). Базируется на основных положениях А. Адлера. Ключевые понятия: «культурно-общественное пространство», «ведущие идеи пациента», осознание собственной ценности. Пациент должен осознать и пережить, как его природно-биологические способности сначала раскрываются, дают импульс психологическим процессам, а затем вливаются в нравственное и эстетическое творчество Сопровождают этот процесс движения</p> <p>3 основных взаимодополняющих подхода:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) упражнения - физические и психологические тренировки, духовная и социальная практика, гипноз и внушение; 2) самопознание - анализ характерологических проявлений и особенностей; 3) положительные переживания и творчество. <p>Последнему придается большое значение, и этот аспект психотерапии подробнее разработан в С п п К Он включает в себя:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) свободное фантазирование в бодрствующем состоянии, при этом разбуженные побуждения сообщают о себе в фантазиях и фантастических картинах, которые затем обсуждаются; 2) вспоминание радостных событий из прошлой жизни, особенно из детства; 3) изобразительное творчество, обеспечивающее личностный рост в процессе занятий; 4) созерцание произведений искусства; 5) музыку и пение, особенно народных песен, что является постоянной частью жизни пациентов; 6) поэзию (особенно большое значение, наряду с чтением стихов про себя, отводится декламации, во время которой пациент духовно растет, постигая человеческие идеалы и проникаясь ими); 7) танец как культурная форма самовыражения, имеющий несколько терапевтических функций: экстатические переживания, отреагирование, суггестивный компонент, символическое проявление коллективных и индивидуальных тенденций и др; 8) проигрывание драматических произведений, способствующее развитию ряда человеческих способностей - от тренировки межличностного общения до переживания важнейших метафизических категорий и духовных состояний (предлагается ставить с участием пациентов написанные ими пьесы, отдельные акты сценических драматургических произведений, сказки и баллады); 9) ориентацию пациента на постоянное совершенствование в осознании положительных переживаний и в творчестве, чтобы выразить себя и сделать полезное людям <p>Кречмер рассматривает в качестве основы разработанного им метода воздействия, сочетающие в себе медикаментозные средства и различные виды психотерапевтических подходов, свободных от каких-либо искусственно изолированных методик. С п п К обращена к реальному пациенту, к различным его сторонам - биологическим, психологическим и духовным.</p>
39.	<p>Куклотерапия - это метод психологической коррекции различных состояний при помощи кукол. Люди издавна наделяли кукол мистическими свойствами. Их часто использовали в магических целях для изгнания болезней, создания оберегов, скрытого влияния на человека. На Руси тряпичную куклу дарили новорожденному для защиты от нечистой силы, невесте, покидающей дом, матери, от бесплодия. Куклу клали в постель роженице для облегчения родов. И, конечно же, кукла во все времена была любимой детской игрушкой. Студенты должны знать, что в целенаправленной терапевтической практике кукол используют с начала XX века. Ещё в 1926 году невропатолог Малколм Райт использовал кукольный театр для лечения неврозов. Также было открыто, что куклы помогают восстановлению опорно-двигательного аппарата. Дети и взрослые, страдающие различными заболеваниями этого типа (например, церебральный паралич), с помощью кукол (в процессе репетиций) постепенно реабилитируются. Люди издавна наделяли кукол мистическими свойствами. Их часто использовали в магических целях для изгнания болезней, создания оберегов, скрытого влияния на человека. На Руси тряпичную куклу дарили новорожденному для защиты от нечистой силы, невесте, покидающей дом, матери, от бесплодия. Куклу клали в постель роженице для облегчения родов. И, конечно же,</p>

	<p>кукла во все времена была любимой детской игрушкой. Первые кукольники ещё в 1917–1922 гг. стали работать и создавать методики по многим направлениям: оздоровление детей, устранение заикания, реабилитация после сильных стрессов, обучение, лечение детей, ограниченных в движении. Куклотерапия может применяться в различных формах. Одной из самых действенных форм работы считается «кукольный театр». Особенно хорошо этот метод работает с детьми. «Спектакль» может разыгрываться как в группе, так и при индивидуальной работе. Сюжет может быть специально написан для данной ситуации или подобран из известных пьес и сказок, подходящих по содержанию. Для развития эмоциональной сферы существует специальный набор из шести однотипных кукол с разными выражениями лица: грусть, радость, спокойствие, гнев, страх, удивление. Пациент надевает на руку одну куклу, потом другую и с соответствующими интонациями произносит нейтральные фразы типа «Добрый день» или «Который час?». Кроме «кукольного театра» терапевтической работе может способствовать сам процесс изготовления куклы. Например, используется методика создания плоскостной куклы. Из плотного картона вырезается «кукла» олицетворяющая, к примеру, страх клиента. Затем она подвешивается на тонкую верёвочку или нитку и человек получает возможность управлять своим страхом.</p>
40.	<p>Процесс куклотерапии проходит в два этапа:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Изготовление кукол. 2. Использование кукол для отреагирования значимых эмоциональных состояний. <p>Процесс изготовления кукол также является коррекционным. Увлекаясь процессом изготовления кукол, дети становятся более спокойными, уравновешенными. Во время работы у них развивается произвольность психических процессов, появляются навыки концентрации внимания, усидчивости, развивается воображение. В куклотерапии используются такие варианты кукол, как куклы-марионетки, пальчиковые куклы, теневые куклы, веревочные куклы, плоскостные куклы, перчаточные куклы, куклы-костюмы. Куклы-марионетки. Принцип изготовления простых марионеток предложен Вальдорфской школой. Такая кукла состоит из головы и платья с вшитыми рукавами, она очень проста в управлении: одна нить служит для управления головой, другая - руками. Кукла может иметь одно лицо или сменные лица (что позволяет ребенку моделировать различные эмоции), а может быть без лица (что позволяет ребенку фантазировать - в каком настроении находится герой куклы). Работа с куклой-марионеткой позволяет совершенствовать тонкую моторику руки и общую координацию движений; проявлять через куклу те эмоции, чувства, состояния, которые ребенок по каким-то причинам не может или не позволяет себе проявлять.</p> <p>«Оживляя» куклу, ребенок впервые в жизни ощущает взрослую ответственность за действия куклы, за ее "жизнь"; может осознавать причинно-следственные связи между своими действиями и изменениями движений куклы; учится находить адекватное телесное выражение различным эмоциям, чувствам, состояниям; развивать произвольное внимание и способность к концентрации. Пальчиковые куклы. Наиболее простым вариантом пальчиковых кукол являются шарики от пинг-понга или пустые скорлупки от яиц, на которых нарисованы различные выражения лиц, различные персонажи. Пальчиковые куклы могут также изготавливаться из плотного картона в виде небольших цилиндров, размер которых подбирается по размеру пальцев ребенка. Теневые куклы. Теневые куклы используются для работы теневого театра и изготавливаются из черного или темного картона или бумаги. Такие куклы используются преимущественно для работы над детскими страхами. Играя с такой куклой в теновом театре, ребенок получает опыт решения своей проблемы. Обычно страх невидим. Реализуя страх в виде куклы, ребенок овладевает ситуацией, и материализованный в кукле страх лишается своей эмоциональной напряженности, своей пугающей составляющей. Ребенок может делать со своей "куклой- 30 страхом" все, что захочет, вплоть до полного уничтожения. В этом и состоит коррекционный смысл теневого театра и теневых кукол. Веревоочные куклы. Веревоочные куклы являются многофункциональными. Они эффективны для проработки у детей проблем идентификации, общения, повышенной тревожности. Такая кукла может быть размером в рост ребенка. Она проста в изготовлении: из веревки собирается контур куклы, за петельку голова куклы пристегивается на рубашку ребенка, а палец ребенка продевается в петли, находящиеся на ладошках куклы. Таким образом, ребенок имитирует движение куклы вместе с собственными движениями. Плоскостные куклы. Плоскостная кукла представляет собой модель куклы, вырезанной из плотного картона или тонкой фанеры. Как правило, руки куклы крепятся на шарнирах или на кнопках и являются свободно двигающимися. Такого рода куклы используются для работы с детьми, у которых имеются проблемы в общении, поведении, с нарушением образа "Я". Такая кукла может иметь сменный набор выражений лица, которые соответствуют различным эмоциональным состояниям. Перчаточные куклы. Перчаточные куклы традиционно используются для детских кукольных театров, различных инсценировок, изображений сказок. Объемные куклы. Объемные куклы традиционно используются для проигрывания ролевых игр. Это обычные игрушки размером в рост человека. Типы вождения</p>

	<p>кукол } Снаружи - ребенок управляет стоящими куклами, объемными куклами. Сверху - работа с куклами-марионетками. Изнутри - ребенок управляет перчаточными куклами, куклами-костюмами. Снизу - управление колпачковыми и перчаточными куклами. Оживляя куклу, ребенок видит, что каждое его движение немедленно отражается на ее поведении. Таким образом, он получает оперативную недирективную обратную связь на свои действия. Это помогает ему самостоятельно корректировать свои движения и делать поведение куклы максимально выразительным.</p>
41.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Психодиагностика. Играя с куклами, ребенок может более точно, чем словами, рассказать о том, что происходит в его жизни, что он чувствует, как относится к окружающим, при этом за все сказанное ответственность несет кукла, а не он сам. «Игра ребенка является его языком, а игрушки — словами». 2. Умение управлять эмоциями. Здесь возможно применение любых театральных кукол. 3. Самовыражение. Решение этой задачи возможно с любым видом кукол. 4. Приобретение важных социальных навыков. Игра с куклами — героями сказок — становится своеобразной школой социальных отношений, поскольку такие куклы несут в себе нравственный облик. Решение этой задачи возможно с любым видом кукол. 5. Развитие коммуникативных навыков. Используются марионетки, пальчиковые, мимирующие, петрушечные куклы. 6. Развитие самосознания. Верёвочные куклы. 7. Развитие грубой и мелкой моторики. Используются пальчиковые куклы и куклы-марионетки) 8. Разрешение внутренних конфликтов. Используется тряпичная кукла. 9. Развитие речи. С куклой ребенок быстрее и легче овладевает навыками общения — с игрушкой легче разговаривать. Куклами сейчас лечат заикание. 10. Коррекция отношений в семье. Для укрепления внутрисемейных отношений рекомендуется использовать театр марионеток. 11. Становление психосексуальной идентичности мальчиков и девочек. Плоскостные куклы 12. Профилактика и коррекция страхов. Чаще используются куклы теневого театра, но неплохие результаты дает работа и с пальчиковыми куклами. 13. Восстановление опорно-двигательного аппарата. Дети и взрослые, страдающие различными заболеваниями этого типа (например, церебральным параличом), с помощью кукол в процессе репетиций кукольных представлений постепенно реабилитируются. 14. Поиск внутренних механизмов сопротивления болезни. <p>Люди издавна верили, что кукла обладает таинственной мистической силой и сверхъестественными способностями. Они использовали кукол в обрядах изгнания болезней. Например, в Японии есть известный обряд, во время которого на куклу «сбрасывают» недуги ее больного владельца. После этого куклу сажают в бумажный кораблик и пускают в плавание. Со временем кораблик размокает, и кукла вместе со всеми болезнями человека тонет.</p>
42.	<p>Цветотерапия (цветолечение, цветокоррекция, хромотерапия, голографическая терапия) уходит корнями в древние цивилизации: Египет, Китай, Индию, Персию. Книги давних времен хранят знания, как успокоить крайнее возбуждение с помощью синего цвета, повысить артериальное давление красным, излечить печень желтым и т.д. Археологи обнаружили в древнеегипетских храмах оздоравливающие помещения: солнечные лучи в них, преломляясь особым образом, образовывали целительные цветовые потоки, в которых «купали» больного. Цвет, как носитель информации о здоровье человека, использовался на протяжении всей истории медицины и являлся одним из важнейших факторов в процессе излечения. Авиценна, к примеру, диагностировал состояние больного по цвету его кожи и выделений. Он составил атлас, описывающий зависимость между цветом, темпераментом и здоровьем человека. Парацельс обязательно учитывал окраску выписываемого лекарства, применял для лечения ран различного типа пластыри разных цветов. Современные ученые считают, что цветотерапия является одним из самых перспективных и надежных методов оздоровления. Механизм лечебного воздействия цвета основан на том, что в памяти каждой клетки организма хранятся "настройки" её здорового состояния. Данные от рождения, со временем эти настройки меняются под воздействием стрессов и прочих негативных факторов. Цветокоррекция помогает клетке «вспомнить» свои эталонные настройки и закрепить её работу в здоровом режиме. Цветокоррекция использует следующие методы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Медитация на цвет или цветовую гамму. • Цветорелаксация — погружение пациента с помощью внушения психотерапевта в комфортную цветовую атмосферу. • Облучение цветом пораженных участков тела или всей поверхности кожи. • Цветопунктура — воздействие на точки акупунктуры направленными окрашенными лучами. • Цветные ванны с окрашенной морской солью или другими натуральными красителями. • Очки с цветными стеклами.

	<ul style="list-style-type: none"> • Терапия цветными кристаллами и камнями. • Цветная вода. Её готовили способом соляризации: любую жидкость (лосьон, лекарство, питьевую воду) наливали в ёмкость из цветного стекла и выставляли на солнечный свет. Считалось, что жидкость приобретала целительные свойства вдвойне: от цвета стекла и солнечного света. Другой способ - помещали в сосуд с водой драгоценные и полудрагоценные камни определенного цвета. Считалось, что вода, впитавшая цвет и силу кристаллов, заряжается их энергией. • Употребление пищи по цветам. Цветотерапевты утверждают, что человек инстинктивно выбирает пищу того цвета, свойства которого ему необходимы. • В последнее время большую популярность приобрели компьютерные технологии цветокоррекции — программы, которые посредством тестирования цветовых предпочтений пациента оценивают его текущее состояние и рассчитывают индивидуальный курс цветотерапии. Курс выглядит как пульсирующая цветовая гамма с различными оттенками, частотами пульсации и длительностью.
43.	<p>Ландшафтотерапия – идеальное средство от стресса и усталости. Достоинствами этого метода можно смело считать красивую и загадочную природу, «голоса» лесов и морей, свист ветра и чириканье птиц и т.д. Ландшафтотерапия входит в список методик лечения психического состояния человека. Огромные «плюсы» лечения природой заключаются в восприятии всего окружающего всеми человеческими органами чувств одновременно. Ведущей целью ландшафтотерапии является возвращение измененного функционального и психологического состояния человека. За счет ландшафтотерапии происходит победа над отрицательными эмоциями и переживаниями. Этот метод, создает отличный фон для проведения полноценного психотерапевтического сеанса и устраняет психический дискомфорт. Средства и методы ландшафтотерапии нашли широкое применение в различных программах реабилитации. Ландшафтотерапия способна отвлечь от мысли болезнь, хлопот, избавляет от депрессии и стресса. Длительное созерцание ландшафта может отвлечь больного от некоторых проблем. Восприятие человеком окружающего мира реализуется через эмоции и чувства. Желанные ощущения — радость, удовлетворение, душевный покой, счастье — возникают обычно при контакте с природой, произведениями искусства, архитектурой городских ансамблей. Чувство творческой приподнятости может быть поддержано созерцанием красивого, спокойного ландшафта или, наоборот, стихийного состояния природы, бури. В ландшафтотерапии созерцание объектов природы - это пассивный процесс. Эстетическое созерцание великолепия природы только тогда приносит свои плоды, когда происходит творческое восприятие природных эффектов. Помимо этого человек должен периодически переходить к моментам пассивного наблюдения, испытывая при этом благодатный отдых. Специалисты различают географический, культурный ландшафт, ландшафтную архитектуру. На человека действуют, прежде всего, такие составные части пейзажа, как цвет, форма и его линия. Продолжительное воздействие объектов искусственного ландшафта на людей, например, экстерьеров современных жилых зданий, микрорайонов, не «зеленой», а «серой» архитектуры, изменяет, несомненно, их психоэмоциональный статус, вызывает эффект цветового голодания, жажду пространства. Окружающий мир горожанина состоит в большинстве из объектов, сделанных заводским тиражированным способом, механизмов, автомашин, над головой - небо в паутине проводов и антенн. Эти объекты постепенно вытесняют впечатление о природе (цветы, деревья, декоративные растения и т.д.). Проведение ландшафтотерапии требует учитывать так называемую внутреннюю картину болезни, структуру личности больного, его эмоции на окружающий ландшафт. Известно, что положительные эмоции, вызываемые созерцанием произведений искусства и архитектуры, красивым пейзажем, помогают расслабиться и отдохнуть. Однако максимальный эффект такого положительного действия может проявиться также в том случае, если предложенная больному терапия ландшафтом будет соответствовать структуре его личности, особенностям переживаний и характеру патологических изменений.</p>
44.	<p>Песочная терапия Песок удивительный материал, приятный на ощупь и настолько податливый, что человек может создавать целые фрагменты мира, затем ещё, — и так до бесконечности. Переживая уникальную тайну бытия, человек достигает состояния внутреннего равновесия, освобождаясь от повседневной суеты. Песок — это неведомая и известная вселенная, из которой можно создавать свой неповторимый мир. Часто человек не может найти слова для описания своих трудностей. Он не понимает причин происходящего с ним и песочная терапия даёт возможность человеку представить в образах то, что происходит в его внутреннем или внешнем мире. "Игра в песок" высвобождает заблокированную энергию и "активизирует возможности самоисцеления, заложенные в человеческой психике", считал Карл Густав Юнг, основатель аналитической психотерапии. Создание песочных композиций стимулирует фантазию человека, позволяя ему понять свои собственные внутренние процессы, которые рассматриваются в символике ландшафта и выбираемых человеком миниатюрных фигурок</p>

людей, животных, деревьев, зданий, автомобилей, мостов, религиозных символов, и еще много. Песочная терапия — это невербальная форма психотерапии. Пересыпание песка, создание отпечатков, картин с использованием предметов, — всё это формы песочной терапии. Фигурки могут символизировать как субличности человека, создающего песочные образы, так и реальных людей, с которыми он связан. Выстраивая героев песочного города, человек строит новые взаимоотношения с самим собой. Если человек может осознать свои переживания, найти им объяснения, он успокаивается, обретает чувство определенности и уверенности. Он может ответить себе на вопросы: почему он так чувствует себя, почему так делает, почему так думает. Разыгрывая в песочнице конкретные ситуации из жизни, можно изменить своё отношение к ним и найти правильные для себя решения. Можно выстроить созидательный сюжет или событие, а это важный психотерапевтический ресурс. В процессе песочной терапии проявляются творческие возможности человека, благодаря чему происходит отреагирование внутреннего напряжения на бессознательно-символическом уровне. Песок ассоциируют с бессознательным, из которого человек сам извлекает предметы, освобождаясь тем самым от подавляемых конфликтов. «Все, что находится в бессознательном, стремится проявиться вовне, и личность также в своем развитии стремится перейти из бессознательного состояния к целостному переживанию самой себя», — пишет К. Г. Юнг. Создавая песчаные ландшафты, человек может осмыслить содержание бессознательного. Для ребёнка песочная терапия хороша, как коррекционно-развивающая и образовательная работа. Работа с песком, — это и упражнения на тактильную чувствительность и гармонизация психоэмоционального состояния ребенка. Маленький человек не всегда может рассказать взрослым о своих трудностях, а окунувшись в песок, для него это становится возможным.

Песочная терапия позволяет:

- выразить переживания, которые трудно сформулировать словами;
- открывает внутренние резервы для разрешения трудностей;
- даёт возможность попробовать новые способы построения отношений и разрешения конфликтов.

Психике человека присуще стремление к целостности и самоисцелению, считала Дора Кальфф. В результате курса песочной терапии проходит тревога, искажающие поведение эмоции устраниаются. Игра в песок позитивно влияет на эмоциональное самочувствие и детей и взрослых. Арт - терапевты советуют иметь песочницу и дома, чтобы в трудные минуты или минуты радости создавать песочные картины.

Законченная концепция песочной терапии еще не сформирована, но уже является эффективным методом в психотерапии и психологическом консультировании. У песочной терапии есть интересное прошлое, наработки в настоящем и более чем перспективное будущее.

Задание № 1

Как Вы будите применять на практике знания этапов творчества? Назовите их и раскройте суть этапов.

Задание № 2

Что включает в себя понятие «творческая личность». Каким образом, арт-терапия укрепляет ауто-экспрессию и понимание себя и окружающего мира?

Задание № 3

Требует ли арт-терапия особых талантов от ее участников? Кто и когда ввел термин арт-терапия и что он означает?

Задание №4

Каковы цели и задачи арт терапии

Задание №5

Назовите основную технику арт - терапевтического воздействия. Кто использовал термин «активное воображение» и что означает этот творческий

процесс? В чем состоит механизм психологического коррекционного воздействия арт-терапии? На что опираются приемы арт-терапии?

Задание №6

Расскажите о коррекционных возможностях арт-терапии

Задание №7

Назовите три формы арт-терапии и раскройте их значение.

Задание №8

Какое значение для арт-терапии имеет понятие символ? На что указывают символы, знаком чего они могут являться, условным обозначением чего они являются, какие возможности раскрывают, на что указывают? Что такое «символический язык»? Какие богатые положительные лечебно-коррекционные и развивающие эффекты в арт-терапии дают символы? Психотерапевты какой школы активно используют символы?

Задание №9

Кто заложил основы психодинамического понимания символа? Чем отличаются точки зрения на символы З. Фрейда и К. Юнга?. Могут ли символы, обладая чрезвычайно емким содержанием, дать однозначное толкование? Расскажите о символике сновидений.

Задание №10

Назовите представителей теории объектных отношений. Охарактеризуйте их точки зрения на природу и роль символов.

Задание №11

Дайте характеристику специфическим особенностям арт-терапии: метафоричность, триадичность, ресурсность. На чем основано разнообразие психотерапевтических технологий? В чем преимущество триадичности арт-терапии. В чем проявляется ресурсность арт-терапии? Какие уроки получает клиент в арт-терапии?

Задание №12

Кем впервые Искусство стало применяться как терапевтическая техника? Кто впервые применил спонтанный рисунок как вспомогательную технику, приобщающую клиентов к творчеству и предоставляющую им эмоциональную поддержку.

Задание №13

Охарактеризуйте основные положения психоаналитической арт-терапии. Раскройте возможности ассоциативного рисования пациентом снов, фантазий, страхов, как вспомогательного средства для осознания вытесненного материала, как подспорье для психоанализа. Приведите

примеры интерпретации пациентом вместе с терапевтом рисунков на сеансе и другие примеры, касающиеся возможностей ассоциативного рисования.

Как в вedomом рисовании коррекция идет без выведения на уровень осознания?

Задание №14

Охарактеризуйте возможности в психологическом консультировании психодинамической арт-терапии (dynamically oriented art therapy). Кто ее родоначальник? Как проходит работа с депрессивными больными? Как строится психотерапевтический диалог?

Задание №15

Охарактеризуйте возможности в психологическом консультировании гуманистической арт-терапии и основные положения гуманистической психологии. Каковы цели гуманистической арт-терапии.

Задание №16

Охарактеризуйте возможности в психологическом консультировании экзистенциальной арт-терапии и основные положения экзистенциальной психологии. Каковы цели экзистенциальной арт-терапии.

Задание №17

Классификация уровней сознания, через которые теоретически и практически может пройти за жизнь индивид. Этапы в становлении сознания индивида. Какие специфические базовые проблемы соответствуют каждому уровню сознания?

Задание №18

Почему является одним из основополагающих принципов «правильного» духовного роста является именно высокий уровень социально-психологической адаптации в обществе? Назовите все уровни

Задание №19

Раскройте основные концептуальные положения школы трансперсональной арт-терапии. Как «пиковые переживания» (А. Маслоу) позволяют получить доступ к материалу, отсутствующему в опыте данной личности и подлежащему возможному осознанию. Расскажите о техниках доступа к глубинным слоям личностного бессознательного и к коллективному бессознательному .

Задание №20

Раскройте основные функции арт-терапии – диагностическую и терапевтическую. Можно ли по рисунку ставить диагноз?

Задание №21

К вам пришел клиент. Какие характерные особенности рисунка укажут на возможность диагноза «шизофрения»

Задание №22

К вам пришел клиент. Какие характерные особенности рисунка укажут на возможность диагноза «Эпилепсия»

Задание №23

Какое направление арт-терапии на сегодняшний день является самыми распространенными направлениями? Какие направления арт-терапии относятся к искусству визуального ряда? Каковы достоинства арт-терапии?

Задание №24

К Вам за помощью обратился клиент с сильным нервно-психическим напряжением, охваченный негативными эмоциями. Как вы используете метод изотерапии? Как вы будите применять этот метод при оказании помощи клиенту? Как с помощью изотерапии взрослые и дети могут справиться с такими проблемами.

Задание №25

К Вам за помощью обратился клиент с проблемой построения межличностных отношений и чрезмерной конфликтностью. Как вы используете метод музыкотерапии для самораскрытия и изменения дезадаптивных способов отношений на конструктивные? Как вы используете метод музыкотерапии для формирование эмоциональной сферы личности с профилактической целью? Что музыка -терапевт делает?

Задание №26

При обращении клиента за помощью по повышению адаптационных и интеллектуально-эстетических способностей какие формы музыкотерапии вы будите использовать?

Задание №27

Как проводится музыкально-педагогическая реабилитация детей подростков и взрослых? Какие навыки должен иметь музыкотерапевт? Как происходят исследования бессознательного посредством психоанализа "звукового самовыражения" клиента?

Задание №28

Какие методики на сегодняшний день использует мировая официальная музыкотерапия Как в музыкально-терапевтическом сеансе при выражении своего эмоционального состояния в разных видах искусства разрушается внутренний конфликт?

Задание №29

Какие виды музыки в музыкотерапии Вы будите использовать и как различные виды музыки воздействуют на парасимпатический и симпатический отделы?

Задание №30

Каков терапевтический эффект от импровизированной музыки? Как достигается максимальная интровертность, что приводит участников группы к самостоятельному осмыслению своих глубинных пластов? Как В результате прогрессивного обучения такому типу интровертности можно обрести способность целостного восприятия себя?

Задание №31

Каким музыкальным произведениям отдается предпочтение в музыкотерапии?
Каким клиентам лучше подходит звуковая терапия? Может ли музыка превращаться из «лекарства» в «оружие»?

Задание №32

К Вам обратился клиент за помощью. В каком случае и при каком запросе Вы примените Танцевальную терапию? Возможно ли приметить техники танцевальной терапии (dance therapy) для запуска процесса личностной интеграции и роста, при невротическом развитии личности как средство внутреннего освобождения. Пробуждают ли ритуальные танцы энергии, ее стимулирования и направления как во внешний мир?

Задание 33

Как обратившемуся к Вам клиенту Вы сможете раздвинуть границы сознания, расширить сознание индивида и социума. В чем психологический смысл движений в танце?

Задание №34

Применяя в групповом консультировании направление арт-терапии драмотерапию (Dramatherapy) – какие задачи решаются в группе и к каким целям приходит группа в целом и каждый ее член?

Задание №35

К вам обратился клиент за помощью. В каких случаях Вы используете Сказкотерапию? Можно ли с помощью сказкотерапевтического метода проводить психодиагностику, психокоррекцию, психологического консультирования (исцеление с помощью сказки)? Каковы достоинства Сказкотерапии?

Задание №36

В каких случаях уместно в психологическом консультировании применение арт-терапевтического метода Библиотерапия (Creative writing)? Какое

воздействие при этом оказывается на психику человека? На каком законе основан терапевтический эффект? Есть ли противопоказания в использовании этого метода?

Задание №37

К вам обратился клиент с запросом о трудностях в нахождении своего места в жизни. Как с помощью метода Этнотерапия Вы окажите ему помощь? В чем суть этого метода?

Задание №38

К Вам обратился за помощью клиент с запросом о неуверенности в себе и низкой самооценки. Как с помощью Синтетическая терапия Кречмера Вы окажите ему помощь, какие основные положения его концепции Вы возьмете на вооружение?

Задание №39

К Вам обратились за помощью в связи с детскими страхами и неврозами. Как Вы проведете работу методом куклотерапии?

Задание №40

Вы работаете с клиентом методом куклотерапии. Опишите этапы процесса. Какие куклы можно изготавливать? Что дает ребенку процесс оживления куклы?

Задание №41

Чем помогает куклотерапия в психологическом консультировании и какие виды кукол при этом используются?

Задание №42

Как Вы будите использовать в психологическом консультировании Цветотерапию? На чем основан механизм лечебного воздействия цвета? Какие методы используют при Цветокоррекции?

Задание №43

Как Вы будите работать методом Ландшафтотерапии, используя его как средство от стресса и усталости?

Задание №44

К Вам обратился за помощью клиент с жалобой на плохое эмоциональное самочувствие, на повышенный уровень тревожности. Как в данной ситуации поможет песочная терапия? Как, создавая песчаные ландшафты, человек может осмыслить содержание бессознательного?

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация обучающихся обеспечивает оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (модулю).

Преподаватель доводит до сведения обучающихся на первом учебном занятии перечень вопросов, выносимых на промежуточную аттестацию, и критерии оценивания знаний, умений и навыков.

Зачеты проводятся в день последнего в данном семестре занятия по соответствующей дисциплине (модулю) в соответствии с рабочей программой.

Зачеты служат формой проверки освоения учебного материала дисциплины (модуля).

Результаты сдачи зачета оцениваются по шкале: «зачтено», «не зачтено».

В целях поощрения обучающихся за систематическую активную работу на учебных занятиях и на основании успешного прохождения текущего контроля допускается выставление зачетной оценки без процедуры сдачи зачета.

Зачеты принимаются преподавателями, ведущим занятия по дисциплине (модулю).

Зачет проводится по билетам. Преподаватель имеет право задавать дополнительные вопросы в соответствии с рабочей программой дисциплины (модуля).

Во время зачета с разрешения преподавателя обучающийся может пользоваться справочниками, таблицами, инструкциями и другими материалами.

Обучающийся при подготовке ответа ведет необходимые записи, которые предъявляет преподавателю. При отказе обучающегося от ответа в зачетно-экзаменационную ведомость проставляется оценка «не зачтено».

Результаты зачета заносятся в зачетно-экзаменационную ведомость. Если обучающийся не явился на зачет, в ведомости напротив фамилии обучающегося делается запись «не явился». Неявка на зачет без уважительной причины приравнивается к оценке «не зачтено».

В зачетную книжку выставляется соответствующая оценка, полученная обучающимся. Оценка «не зачтено» в зачетную книжку не ставится. Заполнение зачетной книжки до внесения соответствующей оценки в ведомость не разрешается.

Прием зачета у обучающегося прекращается при нарушении им дисциплины, использовании неразрешенных материалов и средств мобильной связи. В этом случае обучающемуся в зачетно-экзаменационную ведомость проставляется оценка «не зачтено».

В случае несогласия обучающегося с оценкой, выставленной на зачете,

он имеет право подать апелляцию.