

**Аннотация рабочей программы (модуля)**  
**Б1.В.03 «Использование методов арт-терапии в современном психологическом консультировании»**

**1. Цели дисциплины**

Целями освоения дисциплины «Основы семейного консультирования» является **Цель дисциплины** – ознакомление студентов с возможностями использования современных методов арт-терапии в коррекционной и развивающей практике психологического консультирования.

**Задачи дисциплины:**

- ознакомление – студентов с теоретико-методологическими основами арт-терапевтической работы, ее структурой;
- создание условий для постижения сущности процесса психологической помощи с использованием языка изобразительной экспрессии, формирование готовности к использованию здоровьесберегающих технологий при создании психологически комфортной и безопасной образовательной среды в учреждении;
- формирование умения совершать адекватный выбор инструментария и способов решения различных коррекционно-развивающих задач;
- знакомство с базовыми понятиями и методами арт-терапии, современными направлениями, концепциями, видами и формами арт-терапии.

Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:

- способен к проектированию, реализации и экспертизе организационно-методического обеспечения программ и мероприятий по развитию и социализации обучающихся (ПКС-1);
- способен к просветительской деятельности образовательных отношений, межведомственных команд и уязвимых групп населения (ПКС-2);
- способен к планированию и проведению консультационной деятельности с семьями и педагогическим коллективом, коррекционно-развивающей работы с обучающимися, в том числе по восстановлению и реабилитации (ПКС-3).

**2. Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина (модуль) относится к обязательным дисциплинам (модулям) блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана Б1.В.03.

Пререквизиты дисциплины: «Консультирование в образовании», «Психолого-педагогическое сопровождение в консультативной деятельности», «Организация профессиональной деятельности психолого-педагогического направления».

Постреквизиты дисциплины: «Методы и приемы группового консультирования» «Психологическое консультирование лиц, перенесших горе и утрату».

**3. Содержание курса**

**Тематика лекционных занятий**

**Тема 1. Понятие арт-терапии и система современных методов терапии искусством. Многообразие видов и форм арт-терапии**

Современное понятие арт-терапии. Арт-терапия как система методов, использующих различные изобразительные языки: язык музыки, язык живописи, язык пластики, телодвижений, язык спонтанных действий и чувств. Индивидуальная и групповая арт-терапия. Психодинамическая и гуманистическая арт-терапия.

Терапия живописью и лепкой. Психодинамический подход в терапии живописью и лепкой. Механизмы изобразительного творчества. Спонтанное рисование и лепка. Природа и функции символа. Эстетический элемент переноса. Раскрытие творческих способностей в арт-терапии. Индивидуальная психотерапия живописью. Групповая психотерапия живописью. Тематически ориентированные группы. Этапы, основные процедуры и техники арт-терапии с использованием живописи и лепки. Области

практического применения арт-терапии живописью и лепкой. Терапия живописью и лепкой с детьми и подростками.

Основы музыкальной терапии. Восприятие и активное слушание музыки. Влияние музыки. Психология музыки и музыкальная психотерапия.

Танцевдвигательная психотерапия. Основные понятия, цели и задачи танцевдвигательной терапии. Танцевальная и телесно-ориентированная психотерапия.

## **Тема 2. Понятие механизма проекции. Экспрессивные и импрессивные психотехники арт-терапии»**

Для понимания действия психологического механизма проекции используются стимульный материал и инструкции психодиагностических проективных тестов: ассоциативного теста Роршаха, цветового теста Люшера, «Дом-Дерево-Человек», «Несуществующее животное».

## **Тема 3. Разнообразие видов и форм психотехник терапии живописью**

Используются упражнения арт-терапии живописью, выполняемые индивидуально, в парах и в группе.

Предлагаемые упражнения: «Рисунок настроения», «Если бы я был (а) посудой», «Диалог в рисунке», «Групповая картина».

В завершении выполнения каждого упражнения проводится качественный ретроспективный и феноменологически-перцептивный анализ чувств, ассоциаций, инсайтов.

Для эмпирического знакомства предлагаются упражнения арт-терапии с использованием лепки, активизирующие спонтанность, а также психотехники, позволяющие выразить свое видение конфликтной ситуации прошлого и ее возможной трансформации в будущем.

### **Упражнения для практической работы**

**Рисунок себя.** Задача этого упражнения - представить себя группе, не прибегая к словам. Это может быть: иллюстрация вашего образа жизни, ваши ценности и интересы, ваше мироощущение, метафора, отражающая вас в целом или мир, в котором вы живёте.

**Рисунок состояния.** Каждый член группы имеет в своем распоряжении много бумаги и краски, цветные карандаши, мелки. Используйте одну-две минуты, чтоб осознать ощущения и чувства, которые возникают в этот момент. Забудьте об искусстве и не старайтесь быть художником. Возьмите карандаш и начните наносить какие-нибудь штрихи на бумагу. Рисуйте цветные линии и формы, говорящие о том, как вы себя чувствуете. Попробуйте символически выразить свое состояние в данный момент. Не заставляйте себя рисовать что-то определенное и высокохудожественное. Рисуйте то, что приходит в голову. Когда все члены группы закончат задание, группа может поделиться впечатлениями о каждом рисунке, никак его не оценивая.

В качестве варианта попробуйте другие материалы, например, глину. В любом случае доверяйте своим внутренним ощущениям и старайтесь в своей работе обнаружить информацию для себя.

**Коллаж.** При изготовлении коллажа не возникает страха оценок, связанного с неуверенностью в своих художественных способностях, эта техника позволяет каждому получить успешный результат.

Коллаж может быть использован в индивидуальной сессии, в групповой и даже самостоятельной работе. Эффективным является включение в коллаж рисунков, личных фотографий участников, авторами которых они являются, либо на которых они запечатлены, а также использование коллажа в перформансе и инсталляции.

Тема для создания коллажа может быть разной в зависимости от потребностей группы («Мужчина и женщина», «тело», «я», «прошлое-настоящее-будущее» и мн. др.) Материалом для коллажа могут служить глянцевые журналы, разнообразные изображения, фотографии, природные материалы, предметы, изготовленные или преобразованные его создателями. Инструкция: вырежьте из журналов фигуры людей,

животных и пр., а затем оформите их в композицию. С элементами можно делать всё, что угодно, можно дополнить работу надписями, комментариями, закрасить и декорировать пустоты, быть конкретным или абстрактным.

**Упражнение «Играть как ребенок...».** Нарисовать «нерабочей» рукой самую любимую игру (или занятие) своего детства и придумать к рисунку название. Для работы лучше брать мягкие изобразительные материалы (гуашь, мелки, акварель и т.п.), листы бумаги большого формата (А3 и больше). Понятно, что при рисовании левой рукой «правша» как бы раздвигает границы умений, открывает в себе новые чувства, становится более спонтанным. При этом высока вероятность проявления сильных переживаний, детских

страхов, и наоборот, появления ярких творческих образов. Затем можно обсудить, почему именно эта детская игра возникла в воображении? Как чувствовал себя человек, работая над образами? Что чувствует сейчас?

**Работа с глиной.** Используйте глину для выражения актуальных в данный момент переживаний. Это может быть: тактильное освоение глины, сжимание, разглаживание, разрывание, формообразование, бросание и пр. Варианты работы:

- Создайте скульптурное изображение, закрыв глаза;
- Создайте отпечатки различных предметов в глине;
- Изготовьте из глины фигурки для тематической групповой композиции; - Изготовьте различные сосуды из глины;- Создайте, а затем разрисуйте фигуры из глины;- Создайте глиняные слепки различных предметов и поверхностей, частей тела;- Создайте плоскую глиняную маску, раскатав глину валиком, оформите поверхность отпечатками различных текстур (если есть возможность обжига, эту маску потом можно раскрасить);
- Создайте глиняный амулет или оберег.

**Работа с эффектами** развивает спонтанность и новизну восприятия. Целью данной работы всегда является углублённое самопознание, освоение новых видов деятельности и способов поведения в неизвестной ситуации. Все эти упражнения актуализируют сильные переживания, чувства, фантазии и страхи. В них нет чёткой тематической обусловленности. Применимы они на рабочей стадии группы в условиях сформировавшейся атмосферы доверия и принятия. Эти техники относятся к техникам работы с глубинным бессознательным и используются в контексте аналитической и экзистенциальной арт-терапии.

**Взаимодействие с бумагой.** Используя бумагу, создайте объёмную композицию или скульптуру. Можно пользоваться ножницами, клеем, скотчем и пр. Варьировать это задание можно как тематически, так и инструментально, например:- передавайте по кругу лист бумаги и пусть участники делают с ним всё, что захочется (мять, рвать, вырезать, склеивать и пр.);- создайте или вырежьте фигурки из бумаги и обыграйте рассказ, историю;- используйте для создания композиции туалетную бумагу;- используйте для создания композиции объёмную бумагу, картон (гафрированный, цветной и пр.), пакеты, коробки, обёртки от конфет и пр.- используйте для создания объёмной композиции газеты, журналы.

**Рисунок на мятой бумаге.** Используйте в качестве основы для рисунка мятую бумагу. Предварительно изомните её хорошенько и настройтесь на работу. Рисовать при этом можно красками или карандашами (мелом), можно оборвать края рисунка, оформив его в виде овала, круга и т.д.

**Рисование на мокрой бумаге.** Намочите лист бумаги и нанесите с помощью акварели (либо порошка) рисунок, можно использовать распылитель. Следует поэкспериментировать с цветами, наблюдать как они смешиваются, растекаются и замечать какие чувства возникают при этом. Потом можно попробовать трансформировать узоры в образы, дать им названия. Возможно групповое взаимодействие, обмен впечатлениями.

**Каракули.** Свободно водя по листу бумаги карандашом, нарисуйте каракули без какой-либо цели и замысла и передайте партнёру, который должен будет создать из них образ и развить его.

Варианты:

-затем поменяйтесь с партнёром трансформированными каракулями и попытайтесь продолжить рисунок, не нарушая нарисованное им, затем обсудите вместе ваши ассоциации, связанные с рисунками друг друга,

- после завершения рисунка, на основе каракулей сочините рассказ;

- выразите в словах свои чувства и ассоциации, возникшие при восприятии каракулей партнёра;

- размашистыми движениями различных частей тела создайте каракули на большом листе (ватмане, оборотной стороной обоев), можно закрыть глаза. После завершения найдите в изображённом образ и развейте его.

**Рисование нитками по черной ткани.** Групповая работа. Участникам по очереди предлагается создать изображение или продолжить имеющееся.

#### **Тема 4. Условия организации и оказания психологической помощи с использованием методов арт-терапии**

Мотивация клиента. Средовые факторы в жизни клиентов. Оснащенность арт-терапевтических кабинетов. Заключение социального контракта с клиентом. Помогаящие отношения как главное условие проведения арт-терапии. Позиции арт-терапевтов в ходе взаимодействия с клиентами. Групповые психотерапевтические факторы. Эмоциональная поддержка и конгруэнтность арт-терапевта.

##### **4.4 Темы семинарских занятий**

#### **Тема 1. Понятие арт-терапии и система современных методов терапии искусством. Многообразие видов и форм арт-терапии**

Групповая психотерапия живописью. Тематически ориентированные группы. Этапы, основные процедуры и техники арт-терапии с использованием живописи и лепки. Области практического применения арт-терапии живописью и лепкой. Терапия живописью и лепкой с детьми и подростками.

Основы музыкальной терапии. Восприятие и активное слушание музыки. Влияние музыки. Психология музыки и музыкальная психотерапия.

#### **Тема 2. Понятие механизма проекции. Экспрессивные и импрессивные психотехники арт-терапии»**

Для понимания действия психологического механизма проекции используются стимульный материал и инструкции психодиагностических проективных тестов.

#### **Тема 3. Разнообразие видов и форм психотехник терапии живописью**

Используются упражнения арт-терапии живописью, выполняемые индивидуально, в парах и в группе.

#### **Тема 4. Условия организации и оказания психологической помощи с использованием методов арт-терапии**

Позиции арт-терапевтов в ходе взаимодействия с клиентами. Групповые психотерапевтические факторы. Эмоциональная поддержка и конгруэнтность арт-терапевта.

##### **5 Темы дисциплины (модуля) для самостоятельного изучения**

##### ***Методические указания по организации самостоятельной работы студентов***

Самостоятельная работа организуется с целью формирования компетенций (предусмотренных данной программой), понимаемых как способность применять знания, умения и личностные качества.

Основные формы организации самостоятельной работы:

Аудиторная самостоятельная работа под методическим руководством преподавателя на практических занятиях.

Внеаудиторная самостоятельная работа под методическим руководством и контролем преподавателя, но без его непосредственного участия при подготовке к аудиторным занятиям, текущим и промежуточным формам контроля.