

**ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ**  
**«Консультационно-тренинговый центр ГЕШТАЛЬТ-АНАЛИЗА»**

«УТВЕРЖДАЮ»

Генеральный директор ООО «КТЦ ГЕШТАЛЬТ-АНАЛИЗА»

Дыхина Елена Александровна

\_\_\_\_\_ м.п.



31 августа 2020 г.

**Программа повышения квалификации**  
**«Методики арт-терапии в гештальт-подходе»**

Москва 2020

## 1. ЦЕЛЬ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Целью данной программы является знакомство слушателей с многообразными возможностями арт-терапии в гештальт-подходе, и подготовка специалистов, владеющих широким арсеналом арт-терапевтических методик и техник для работы в индивидуальном и групповом консультировании.

**В гештальт-подходе исследование непосредственного опыта** переживания себя в моменте соприкосновения с другими, с окружающим миром и с собственными переживаниями является важнейшей частью процесса психотерапии.

Арт-терапевтические техники позволяют снизить психологические защиты клиента, и попасть в ядро его переживаний, возвращая его в ситуацию, которая породила этот эмоциональный опыт.

Ведущие теоретики и практики арт-направления называют основным психотерапевтическим фактором арт-терапии **фактор художественной экспрессии**. Он связан с выражением чувств, потребностей и мыслей клиента посредством его работы с различными изобразительными материалами и созданием художественных образов. Происходит сублимация психической энергии в создание творческого продукта, что само по себе снимает напряжение и приносит облегчение.

Но прежде всего, арт-терапевтические техники являются проективными техниками. В Любом творческом продукте клиент прежде всего изображает свое состояние, свой внутренний конфликт, свои представления о чем бы то ни было и свои отношения с другими в символической или метафорической форме.

Именно поэтому важной частью работы с арт-терапевтическими техниками является диалог терапевта и клиента о созданном клиентом творческом продукте, о переживаниях клиента в процессе создания.

Продукт является переходным объектом, и тогда, разговор от имени созданного персонажа или с этим персонажем помогает клиенту осознать его собственные особенности, возбуждение, страхи и желания (то есть осознание того, как есть).

Именно поэтому на курсе много времени отводится на диалог слушателей в парах.

Арт-терапевтические методики позволяют творчески "переиграть", переделать что-то в уже созданном продукте, и тем самым "нащупать", увидеть новые способы взаимодействия и ресурсы для адаптации к ситуации (творческое приспособление).

### **Задачи курса:**

- познакомить участников с разнообразием материалов и упражнений арт-терапии, а так же охватить многообразие тем в клиентских запросах, с которыми можно работать арт-терапевтическими техниками.
- научить использовать готовые и придумывать новые арт-терапевтические упражнения, исходя из запроса клиента и терапевтической задачи.
- отработать навыки диалога с клиентом о его готовом творческом продукте и о его переживаниях в процессе работы над ним.

Программа курса включает лекции и практические занятия. На лекциях слушатели знакомятся с базовыми представлениями, основными понятиями и другими теоретическими положениями работы с арт-терапевтическими техниками в гештальт

подходе. На практических занятиях слушатели приобретают навыки использования усвоенных ранее теоретических знаний в контексте профессиональной деятельности.

Важной составной частью курса является очная супервизия, т.е. работа слушателей друг с другом в рамках обучения под наблюдением преподавателя. Такая форма работы позволяет слушателям в психологически защищенной ситуации освоить современные технологии помощи и избежать ошибок в процессе обучения.

За время учебы слушатели получают возможность для своего личностного развития, приобретая свой опыт, создавая творческий продукт и анализируя его и процесс его создания в парах.

Обучение строится на теоретическом и практическом применении методов арт-терапии в гештальт подходе.

Формы работы в рамках данной программы:

- лекции
- упражнения
- работа в парах
- обсуждение в группе

**В результате обучения слушатели:**

- Получат теоретические и практические знания для успешной терапевтической работы с помощью арт-терапевтических техник с различными запросами индивидуальных клиентов и в терапевтических группах
- Освоят и отработают значительное количество арт-терапевтических техник, таких как: работа с цветом и формой, работа с рисунком, коллажные техники, работа с пластилином, работа с тканями, работа с метафорическими ассоциативными картами.

## 2. ХАРАКТЕРИСТИКА ПОДГОТОВКИ ПО ПРОГРАММЕ

2.1. Нормативный срок освоения программы – 53 аудиторных часов.

2.2. Категория обучающихся:

- лица, имеющие высшее или получающие высшее (студенты старших курсов) психологическое, медицинское, логопедическое, дефектологическое или педагогическое образование.

- лица, работающие в социальной сфере (психология, педагогика, медицина, социальная помощь и др.).

2.3. Режим обучения – 10 встреч по 4 часа (регулярность встреч - раз в две недели).

2.4. Форма обучения – очная, дистанционная.

### 3. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

#### 3.1. Планируемые результаты обучения.

Код компетенции	Содержание компетенции (или ее части)	Планируемые результаты обучения		
		Знать	Уметь	Владеть
ПК-3	способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивидуальной, групповой, организационно-психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий	перечислять основные подходы и методы арт-терапии, основные механизмы и процедуры арт-терапевтической работы, проблематику различных клиентских групп	отбирать арт-терапевтические методики, техники и технологии в соответствии со спецификой запроса различных клиентских групп	использовать арт-терапевтические методики, техники и технологии в соответствии со спецификой запроса различных клиентских групп
ПК-6	способность к постановке профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности	называть традиционные и современные направления, подходы и методы арт-терапии, перечислять их возможности в работе с различной возрастной, личностной, социально-психологической проблематикой	применять и аргументировано отстаивать собственную позицию по проблеме оказания психологической помощи и на ее основе уметь обосновывать выбор методов, методик и форм арт-терапевтической работы с различными категориями клиентов	использовать навыки анализа клиентского запроса представителей различных возрастных и социальных групп и ставить коррекционно-развивающие, дидактические и профилактические задачи в соответствии с ними
ПК-11	способность к использованию дидактических приемов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека	основные теории, школы, классификацию методов арт-терапии, а также современные тенденции развития арт-терапевтической практики в направлении оказания коррекционной, реабилитационной помощи, содействия социально-психологической адаптации, в организации психопрофилактики и обучения	подбирать и обосновывать выбор методов, методик и форм арт-терапевтической работы с различными категориями клиентов в зависимости от проблематики и практических задач	использовать навыки анализа клиентского запроса представителей различных возрастных и социальных групп и навыки применения методов и методик для решения коррекционно-развивающих, дидактических и профилактических задач

#### 4. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

##### УЧЕБНЫЙ ПЛАН

практическое занятие	тема
1.	Основы арт-терапии. Мандала - рисунок в круге. Диагностический инструмент.
2.	Изобразительные методы арт-терапии в работе с образом тела и психосоматическими симптомами.
3.	Работа с пластилином и глиной. Арт-терапия в работе с отношениями в паре.
4.	Арт-терапевтические техники "Коллаж" в работе с проекциями клиента.
5.	Работа с тканями. Арт-терапевтические техники в работе с семейной системой клиента.
6.	Арт-терапевтические техники "Коллаж" в работе с функцией Personality клиента.
7.	Арт-терапия в работе с группой.
8.	Арт-терапия в работе с ПТСР
9.	Работа арт-терапевтических техник, направленных на поиск ресурсов в ситуациях кризиса.
10.	Арт-терапевтические техники и работа с метафорическими ассоциативными картами

##### УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№№ п/п	Наименование модулей, разделов, практик	Виды учебной работы
Занятие 1	Основы арт-терапии. Мандала - рисунок в круге. Диагностический инструмент.	Л., ПЗ.
1	История возникновения арт-терапии. Проективные диагностические методики.	Л.
2	Упражнение "Мандала - рисунок в круге". Освоение диагностической арт-терапевтической техники.	ПЗ.
Занятие 2	Изобразительные методы арт-терапии в работе с образом тела и психосоматическими симптомами	Л., ПЗ.

1.	Особенности работы с телесоматическими симптомами в гештальт-подходе	Л.
2.	Арт-терапевтические упражнения для работы с эмоциями	ПЗ.
3.	Арт-терапевтические упражнения для работы с образом тела и изобразительной метафорой соматического симптома.	ПЗ.
<b>Занятие 3</b> Арт-терапия в работе с отношениями в паре. Работа с пластилином и глиной.		<b>Л., ПЗ.</b>
1.	Особенности работы с мягким материалом - глиной или пластилином.	Л.
2.	Упражнение "Я в отношениях"	ПЗ.
<b>Занятие 4</b> Арт-терапевтические техники "коллаж" в работе с проекциями клиента.		<b>Л., ПЗ.</b>
1.	Работа с проекциями в гештальт-подходе	Л.
2.	Работа в технике "коллаж". Упражнение "Тень" и упражнение "Анимус/Анима"	ПЗ.
<b>Занятие 5</b> Работа с тканями. Арт-терапевтические техники в работе с семейной системой клиента.		<b>Л., ПЗ.</b>
1.	Тканевая арт-терапия. Особенности, возможности и применение в работе с тканями.	Л.
2.	Упражнения "семейные коллажи"	ПЗ.
<b>Занятие 6</b> Арт-терапевтические техники "Коллаж" в работе с функцией Personality клиента.		<b>Л., ПЗ.</b>
Персона и Социальные роли.		Л.
Упражнения "все социальные роли"		ПЗ.
<b>Занятие 7</b> Арт-терапия в работе с группой.		<b>Л., ПЗ.</b>

1.	Особенности работы с группой в гештальт-подходе.	Л.
2.	Упражнения для работы в группе на разных этапах развития групповой динамики	ПЗ.
<b>Занятие 8</b> Арт-терапия в работе с ПТСР		
1.	Особенности работы с ПТСР в гештальт-подходе. Принципы набора арт-терапевтических техник для работы с клиентами с ПТСР.	Л.
2.	Упражнения	ПЗ.
<b>Занятие 9</b> Работа арт-терапевтических техник, направленных на поиск ресурсов в ситуациях кризиса.		
1.	Особенности работы с клиентами в ситуативных кризисах в гештальт-подходе.	Л.
2.	Упражнения	ПЗ.
<b>Занятие 10</b> Арт-терапевтические техники и работа с метафорическими ассоциативными картами		
1.	Особенности работы с МАК в арт-терапии	Л.
2.	Упражнения	ПЗ.



## 5. КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

1. Диагностика с помощью арт-терапевтических проективных методик.
2. Изобразительная метафора образа тела и психосоматического симптома в работе с психосоматикой.
3. Пластические материалы - глина и пластилин в работе с парой и отношениями в паре.
4. Изобразительная техника "коллаж" для работы с проекциями.
5. Тканевая арт-терапия в контексте работы с семейной системой.
6. Арт-терапевтические упражнения, применяемые в групповой терапии.
7. Особенности выбора арт-терапевтических техник в работе с клиентами с ПТСР.
8. Особенности работы с метафорическими картами в арт-терапии.

## 6. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ (ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ)

### 6.1. Материально-технические условия реализации программы

Вид занятий	Оборудование
Лекции Практические занятия Семинары	Столы Материалы для выполнения творческих упражнений - бумага, пастель, краски, фломастеры, ножницы, цветная бумага, пластилин, куски ткани, журналы для коллажей, клей. Компьютер для преподавателя Флипчарт

### 6.2. Учебно-методическое обеспечение программы

Учебно-методическое обеспечение осуществляется в электронном виде (книги и видео материалы).

Учебно-методическая литература для курса:

1. Сюзанна Фостер Финчер. Создание и интерпретация мандалы. Метод мандалы в психотерапии. М.: Институт Общегуманитарных Исследований. 2015.
2. Диагностика в арт-терапии. Метод «мандала». Под редакцией А.И.Копытина.
3. Дженнингс С., Мивде А. Сны, маски и образы. Практикум по арт-терапии. М.: «Эксмо», 2003. 380 с.
4. Копытин А.И. (сост. и ред.) Арт-терапия. Хрестоматия. СПб. : «Питер», 2001. 320 с.
5. Копытин А.И. (ред.) Практическая арт-терапия: Лечение, реабилитация, тренинг. М.: «Когито-Центр», 2008. 288 с.
6. Малкина-Пых И.Г. Справочник практического психолога. М. : «Эксмо», 2008. 992 с.
7. Кулаков С.А. Основы психосоматики. СПб.: Речь. 2003.
8. Берн Э. Игры, в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М, 1997.
9. Джеймс М., Джонвард Д. Рожденные выигрывать. Трансакционный анализ с гештальтупражнениями. М., 1995.
10. Шнейдер Л.Б. Семейная психология. Учебное пособие для вузов. М. Академический проект, 2011.
11. Эриксон М., Хейли Дж. Стратегии семейной терапии. – М. Институт Общегуманитарных исследований. 2008.

12. Тарарина Е. Тканевая терапия в работе с разными категориями клиентов. – М. ООО «Вариант». 2018.
13. Гештальт Александра Моховикова. Лекции. Статьи. Размышления. Львов: Лига-Пресс, 2017.
14. Джим Кеннер. Телесный процесс. Часть 1. М.: Московский Гештальт Институт. 2005.
15. Бад Федер. Групповая гештальт терапия. Киев: Издатель Ростислав Бурлака. 2017.
16. Голосова Н.И., Дыхне Е.А. Групповая психотерапия. М.: Центр практической психологии "гештальт подход". 2016.

**7. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ  
(ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ, ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ  
МАТЕРИАЛЫ)**

Оценка качества освоения программы осуществляется следующим образом:

- промежуточный контроль: практическая работа, супервизия работы в малых группах;