



*Свободное пространство
«Циферблат»*

АРТ- ТЕРАПИЯ

*Калмыков
Юрий Алексеевич*

18 ноября 2016 года

Термин «арт-терапия». Андриан Хилл, 1938 год.

Применение визуальных искусств (рисунок, графика, живопись, скульптура) с целью лечения - **арт-терапия**, музыки - **музыкальная терапия**, театральных форм - **драматерапия**, танца - **танцевально-двигательная терапия**.

Терапия искусством:

1) самостоятельное творчество

Терапия творчеством

Терапия творческим самовыражением (М.Е. Бурно)

2) использование уже существующих произведений искусства

*Тематический
апперцептивный
тест*

К.Морган и Г.Мюррей, 1935

Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии — СПб.: Питер, 2002. — 368 с.; ил. — (Серия «Золотой фонд психотерапии»).

Копытин А.И. Введение. Возможности арт-терапии в работе с детьми и подростками // Методы арт-терапевтической помощи детям и подросткам: отечественный и зарубежный опыт / Под ред. А. И. Копытина.-М.: Когито-Центр, 2012.- С.5-17.

Копытин А. И. Методы арт-терапии в преодолении последствий травматического стресса. - М.: Когито-Центр, 2014.-203 с.

Терапия творчеством

Факторы терапевтического воздействия в арт-терапии (А.И. Копытин, 2002):

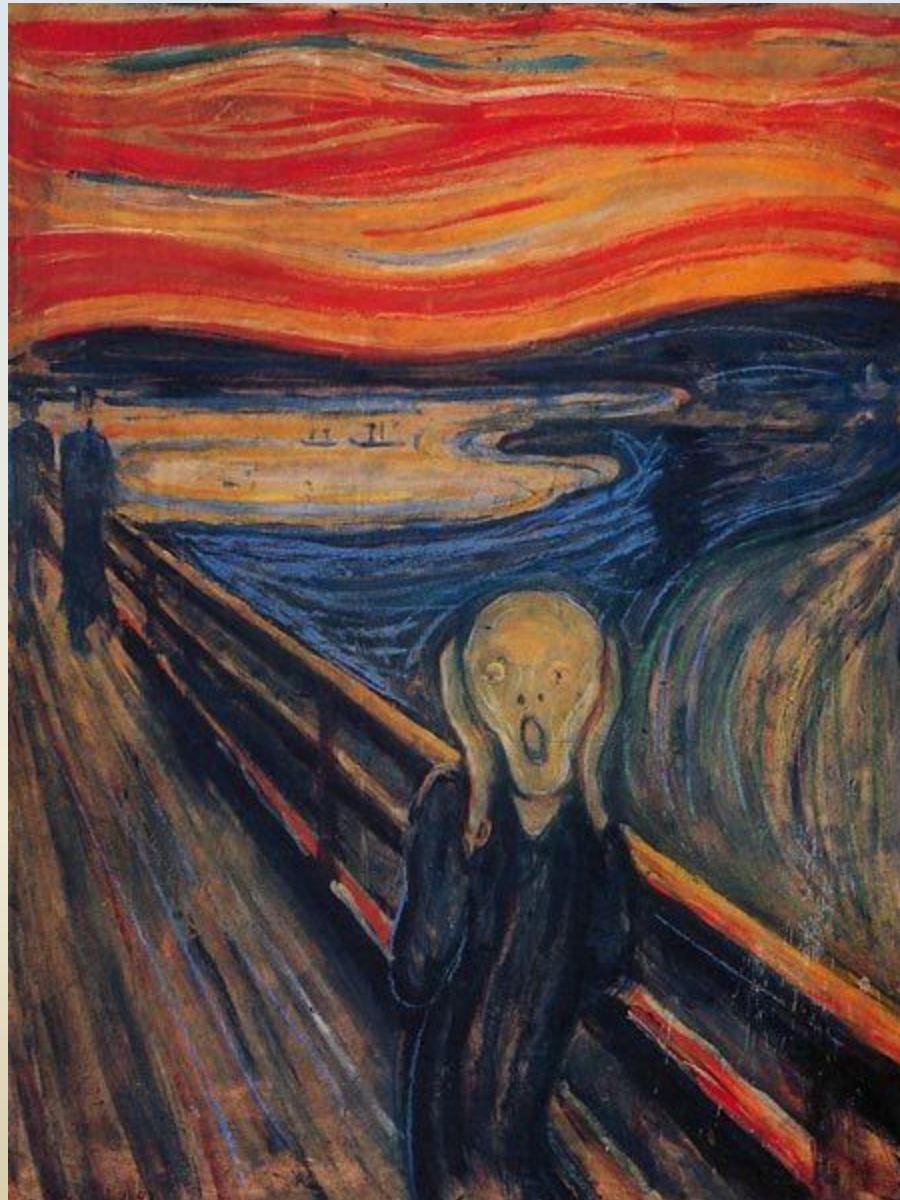
- 1) фактор художественной экспрессии*
- 2) фактор психотерапевтических отношений клиента-терапевта-группы;*
- 3) фактор интерпретаций и вербальной обратной связи.*

1. Фактор художественной экспрессии:

воплощение чувств, потребностей и мыслей клиента в его работу.

Повышает творческую активность, побуждает к самовыражению, отреагированию.





Франц Кафка (1883-1924)

Америка

Процесс

Замок

Рассказы



(2008)

1. Альбер Камю «Посторонний»
2. Марсель Пруст «В поисках утраченного времени»
3. Франц Кафка «Процесс»
4. Антуан де Сент-Экзюпери «Маленький принц»
5. Андре Мальро «Условия человеческого существования»
6. Луи-Фердинанд Селин «Путешествие на край ночи»
7. Джон Стейнбек «Гроздь гнева»
8. Эрнест Хемингуэй «По ком звонит колокол»
9. Ален-Фурнье «Большой Мольн»
10. Борис Виан «Пена дней»
-
15. Александр Солженицын «Архипелаг ГУЛАГ»
-
27. Владимир Набоков «Лолита»

ГРИГОРИЙ ЧХАРТИШВИЛИ

ПИСАТЕЛЬ И САМОУБИЙСТВО



Григорий Чхартишвили.

«Писатель и самоубийство» -

М.: Захаров, - 2007.

- Нежелание подчиняться общепринятым нормам.
- Творческое начало.
- Любознательность.
- Идеализм, желание сделать мир лучше, а жизнь людей более радостной.
- Одержимость каким-нибудь увлечением (часто не одним).
- Осознание с раннего детства своего отличия от остальных.
- Хорошее умственное развитие.
- Упрямство и откровенность.
- Нежелание соревноваться с кем бы то ни было, отсутствие потребности в поддержке со стороны других людей.
- Необычность привычек в питании или других повседневных привычек.
- Отсутствие интереса к мнению других людей.
- Чувство юмора, часто смешанное с некоторым злорадством.
- Одиночество.
- Человек является старшим или единственным ребенком в семье.
- Неграмотно пишет

2. Фактор психотерапевтических отношений клиента-терапевта-группы

Баер У. Творческая терапия - Терапия творчеством (Теория и практика психотерапии, использующей разнообразные формы творческой активности) / пер. с нем. Е. Климовой и В. Комаровой. - М.: Независимая фирма «Класс», 2013. - 552 с.

**3.Фактор интерпретаций и
вербальной обратной связи:
перевод процесса и результата
творчества с эмоционального уровня
на уровень понимания.**

4. Творчество как смыслообразующий фактор (В. Франкл)

*Франкл В. Человек в поисках смысла. – М.:
Прогресс, 1990.*

*Чиксентмихайи М. В поисках потока: Психология
включенности в повседневность / Пер. с англ. — М.:
Альпина нонфикшн, 2012. – 194с.*

*Чиксентмихайи М. Поток: Психология оптимального
переживания. Пер. с англ. – 3-е изд. – М.: Смысл;
Альпина нон-фикшн, 2013. – 461 с.*

Уильям Зинсер. Как писать хорошо.

Колошина Татьяна Юрьевна

1 строка. Одно слово. Существительное, обозначающее неприятное состояние.

2 строка. Описать это состояние – 2 прилагательных, либо метафора этого состояния.

3 строка. Три глагола – как Вы себя обычно ведете в этом состоянии.

4 строка. Четыре слова – чувства, которые Вы испытываете, совершая эти действия.

5 строка. Одно слово – это состояние (повторение первой строчки или синоним).

Факторы антитерапевтического воздействия

Формы групповой арт-терапии

(Копытин А.И., 2002):

студийная открытая группа;

динамическая (аналитическая) группа;

тематическая группа.

Эрик Берн

Игры, в которые играют люди.

Люди, которые играют в игры.

Секс в человеческой любви.

*Пезешкиан Н. Торговец и попугай.
Восточные истории и
психотерапия: Пер. с нем./Общ. ред.
А.В. Брушлинского и А.З. Шапиро. –
М.: Прогресс, 1992. – 240 с.*

Терапевтические истории

*Информирование
(психообразование)*

Берту Э., Элдеркин С. Книга как лекарство. Скорая литературная помощь от А до Я / Элла Берту, Сьюзен Элдеркин ; [пер. с англ. И. Новоселецкой]. — М. : Синдбад, 2016. — 496 с.

Берту Э., Элдеркин С. Книга как лекарство.

Безработица: Харуни Муранами. Хроники
Заводной Птицы.

Синдром белой вороны: Ричард Бах. Чайка по
имени Джонатан Ливингстон.

Беспечность: Антуан де Сент-Экзюпери.
Маленький принц.

Чувство вины: Федор Достоевский.
Преступление и наказание.

Депрессия: Милан Кундера. Невыносимая
легкость бытия.

Личностный кризис: Макс Фриш. Штиллер.
Франц Кафка. Превращение.

Берту Э., Элдеркин С. Книга как лекарство.

Месть: Эмилия Бронте. Грозовой Перевал.

***Чужак: Питер Кэри. Оскар и Люсинда.
Альбер Камю. Посторонний.***

Пессимизм: Дэниель Дефо. Робинзон Крузо.

*Берту Э., Элдеркин С. Книга как лекарство.
Десятка лучших романов для чтения в
старших классах школы:*

Михаил Булгаков. Мастер и Маргарита.

Джек Керуак. В дороге.

Дэниэл Киз. Цветы для Элджернона.

Джамейка Кинкейд. Люси.

*Габриэль Гарсиа Маркес. Сто лет
одиночества.*

Кормак Маккарти. Кони, кони.

Герман Мелвилл. Моби Дик.

Дэвид Митчелл. Облачный атлас.

*Чимаманда Нгози Адичи. Половина желтого
солнца.*

Кен Кизи. Полет над гнездом кукушки.

Берту Э., Элдеркин С. Книга как лекарство.
Расстройство кишечника:
Десятка лучших книг для чтения в туалете

Итало Кальвино. Невидимые города.

Реймонд Чандлер. Глубокий сон.

Дж. М. Кутзее. Дневник плохого года.

Курт Воннегут. Колыбель для кошки.

Генрих Бёлль. Женщины у берега Рейна.

Иван Бунин. Темные аллеи.

Сэмюэл Беккет. Никчемные тексты.

О'Генри. Благородный жулик.

Джулиан Барнс. История мира в 10 ½ главах.

Джованни Боккаччо. Декамерон.

Уильям Фолкнер - «Шум и ярость»
Самюэль Беккет - Романы и рассказы.
Федор Достоевский - «Идиот»
Фердинанд Селин - «Смерть в кредит»
Ярослав Гашек - «Похождения бравого солдата
Швейка во время мировой войны»
Жан Поль Сартр - «Комната»
Владимир Набоков – эссе «Николай Гоголь»,
рассказ «Знаки и символы»

«Когда шахматная игра закончена, пешки,
ладьи, короли и королевы - все
возвращаются в одну коробку»

Итальянская

пословица

Тексты для клиентов

Петрушин С.В. 100 ловушек в личной жизни. Как их распознать и обойти.: Питер; Санкт-Петербург; 2013

Чиксентмихайи М. В поисках потока: Психология включенности в повседневность / Пер. с англ. — М.: Альпина нонфикшн, 2012. — 194с.

Франкл В. Человек в поисках смысла. — М.: Прогресс, 1990.

Ялом И. Вглядываясь в солнце : Жизнь без страха смерти /— М.: Эксмо, 2012. — 352 с.

Тексты для клиентов

Винч, Г. Первая психологическая помощь. – Минск : Попурри, 2014. – 272 с.

Пиз А. Почему мужчины хотят секса, а женщины любви /Аллан & Барбара Пиз. — М.: Эксмо, 2009. — 320с.

Выход есть! Как быть, если не хочется жить / Авт.-сост.: Д. Г. Семеник, М. И. Хасьминский. — М.: ОЛМА Медиа Групп, 2010. — 320 с.

Ковпак Д.В. Страхи, тревоги, фобии... Как от них избавиться? — СПб: Наука и Техника, 2012. — 288 с.

Карен Хорни. Невротическая личность нашего времени

Тексты для клиентов

Хеллингер Б. И в середине тебе станет легко: Книга для тех, кто хочет найти гармонию в отношениях, любви и стать счастливым. — М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003. - 204 с.

Михайлова Е.Л. “Я у себя одна”, или Веретено Василисы. — М.: Независимая фирма “Класс”, 2003, 320 с.

Михайлова Е.Л. КНИГА О ВКУСНОМ И ЗДОРОВОМ ВЫСТУПЛЕНИИ. Авторские рецепты от бизнес-тренера. - М.: Независимая фирма «Класс», 2012. - 224 с.

Норвуд Робин. Надо ли быть рабой любви?/ Пер. с англ. - М.: "МИРТ", 1994. - 448 с.

Москаленко В.Д. М 82 КОГДА ЛЮБВИ СЛИШКОМ МНОГО: Профилактика любовной зависимости. — М.: Психотерапия, 2006. — 224 с.

Тексты для клиентов

Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как?

Гиппенрейтер Ю. Б. Родителям: книга вопросов и ответов. Что делать, чтобы дети хотели учиться, умели дружить и росли самостоятельными. — Москва: АСТ, 2013. — 192 с.

Прайор К. Не рычите на собаку.

Байярд Роберт Т., Байярд Джин. "Ваш беспокойный подросток"

Тексты для клиентов

Д. Серван-Шрейбер. Антирак. Новый образ жизни/ – М.:РИПОЛ классик, 2010.-496с.

*Каппауф Г., Вальтер М. Галльмайер
Во всем виноват Гиппократ. — М.: Изд-во
Эксмо, 2002. — | 416 с.*

*Саймонтон К., Саймонтон С. Психотерапия
рака. — СПб: Питер, 2001. — 288 с.*

Мэдсон П. Уроки импровизации. Как перестать планировать и начать жить. - пер. с англ. А. Андреева. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014. — 192 с.

Ралько В. Сила воли 2.0: книга-тренинг. — Ростов н/Д: Феникс, 2015. — Изд. 2-е. — 269 с.

Ралько В. Сила воли 2.0: книга-тренинг. — Ростов н/Д: Феникс, 2015. — Изд. 2-е. — 269 с.

Импульсивное Я

Выживание

Основа мотивации — страх

Ориентация на
сиюминутную выгоду

Действие по принципу

- стимул — реакция

Эмоциональное

Черно-белое» мышление

Стремление к комфорту

Автоматизм

Зависимость от других людей

Волевое Я

Предназначение

Основа мотивации — выбор

Ориентация на долгосрочные
цели

Действие, основанное
на активном выборе

Рациональное

Многомерность выбора

Стремление к развитию

Осознанность

Самостоятельность

Выгоды

Комфорт и
предсказуемость
Экономия сил и энергии
Отсутствие риска и
сил
неожиданностей
Возможность
«быть правым»
нового
Нет ответственности
Жалость и сочувствие
себе
со стороны окружающих
Добавьте свое...

Цены

Нет ярких эмоций
Нет значимых
результатов в жизни
Усталость и упадок
Скука, отсутствие
Глубокие отношения
Нет уверенности в
Добавьте свое...

«Волевое Я»

Выгоды

Яркая, насыщенная жизнь

Глубокие отношения
больно

Большой масштаб
работать, жизненных достижений
меняться

Красота и здоровье

Уверенность в себе,
чувство управления
жизнью

Добавьте свое...

Цены

Вы в ответе за все
Есть риски, может быть

Необходимо много
действовать и

Жизнь становится
не предсказуемой
Зависть, неодобрение
или насмешки со
стороны других

Добавьте свое...

**«Счастье - это просто жить
в гармонии со своей
собственной жизнью
и любить ее во всех
проявлениях...»**

***Альбер Камю
(1913-1960)***

Повести:

«Посторонний»,

«Падение»

Эссе: «Миф о Сизифе»

Рассказы



МОТИВАЦИОННЫЙ КОНКУРС

**Дискуссионный кино клуб
психологической драмы и
интеллектуального кино**

ЦИФЕРБЛАТ (ул.Щапова, 47)

24 ноября в 19 час

***Благодарю
за внимание!***