

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материалы к проекту "Арт-терапевтическая технология "Арт-конструктор"" (авторская методика арт-терапевтической диагностики, психокоррекции и развития)

<http://psy.su/psyche/projects/1842/>

АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ «АРТ-КОНСТРУКТОР»: ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ, КОРРЕКЦИОННЫЕ, РАЗВИВАЮЩИЕ ВОЗМОЖНОСТИ

Арт-терапевтическая технология ©Арт-конструктор была разработана А.И. Копытиным и Р.А. Черенковым, базируется на методологии и принципах арт-терапии и включает разнообразные методики практического применения с целью диагностики, психокоррекции и развития. Технология Арт-конструктор основана на «конструировании» картин на основе использования готовых художественных фонов и фигур-силуэтов в сочетании с различными изобразительными материалами (краски, аппликация, пластилин, объекты, глина и др.).

Фигура и фон: конструктивно-модульный принцип Арт-конструктора

Основным конструктивным принципом использования технологии Арт-конструктор является сочетание фигуры (фигур) и фона, представленных в виде готовых и создаваемых клиентами изобразительных элементов. Сочетание фигуры и фона соответствует базовым механизмам зрительного восприятия, данным нейропсихологии о согласованной работе разных отделов правого и левого полушарий головного мозга, необходимой для эффективной переработки визуальной информации, а также принципам построения произведений изобразительного искусства. Данный конструктивный принцип реализуется за счет использования нескольких тематических модулей, каждый из которых включает от 10 до 32 силуэтов человеческих фигур и фонов (ландшафтов). Конструктивные элементы каждого модуля создавались на основе соответствующих психологических концепций. Модули «эмоциональные фоны» и «эмоциональные фигуры» создавались на основе современных структурных концепций эмоций. Модули «архетипические ландшафты» и «архетипические фигуры» созданы на основе концепции глубинной (аналитической) психологии с характерной для нее структурно-динамической концепцией личности и классификацией архетипов коллективного бессознательного.

Фоновые модули (например, модуль «эмоциональные фоны») основаны на представлении о визуальном пространстве картины как среде особого рода, в которой благодаря использованию разных средств художественной выразительности, а также ее реальных и символических элементов (в зависимости от жанра и стиля изображения) актуализируются и передаются разные содержания психического опыта, например, эмоционального состояния человека. Так, среда картины, сформированная из оттенков красного и серого цветов, может передавать тревожное настроение, однако, в зависимости от характера мазка и фактуры картины, это настроение может иметь разную степень интенсивности, либо актуализируются и выражаются иные эмоциональные компоненты.

Фоновые модули также основаны на представлении о визуальном пространстве картины как своеобразной «среде обитания», «жизненном пространстве», в котором могут жить и действовать разные субъекты (персонажи). Среда картины может восприниматься как источник разнообразных сенсорных и кинестетических воздействий, «живое» пространство аффектов, эмоциональных процессов и состояний и даже как своеобразная «картина мира».

Фигуративные модули (например, модуль «эмоциональные фигуры») основаны на использовании телесных, психомоторных средств эмоциональной экспрессии (выразительных поз и движений), с помощью которых обеспечивается выражение и восприятие переживаний, психических состояний и характера человека. Как известно,

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материалы к проекту "Арт-терапевтическая технология "Арт-конструктор"" (авторская методика арт-терапевтической диагностики, психокоррекции и развития)

<http://psy.su/psyche/projects/1842/>

помимо мимики и жестикуляции при сильно выраженных эмоциях наблюдаются целостные двигательные акты или эмоциональные действия. К ним относятся подпрыгивания при радости обнимание, ласкание, поглаживание и целование того, к кому человек испытывает нежные чувства, опускание головы или закрывание лица руками при переживании стыда, вины или грусти. Модуль «эмоциональные фигуры» фактически использует «грамматику» телесного языка, то есть наиболее типичные позы и жесты, передаваемые на силуэтах человеческих фигур и характеризующие разные эмоции и чувства.

Модуль «архетипические фигуры» использует представления о характерных психомоторных появлениях, связанных с наиболее общими состояниями и действиями, характерными для развития и функционирования человека, разных этапов его жизненного цикла и отношений с фундаментальными элементами социальной и природной среды, целостного мироздания. Присутствие в картине (а также произведениях литературы, сценического искусства и др.) архетипических образов делает произведение понятным и доступным людям разных эпох, возрастов, социального положения, культурной принадлежности, обеспечивает переработку и интеграцию индивидуально-личностных аспектов психического опыта человека на основе их включения в универсальную «матрицу» общечеловеческих и природных смыслов.

Модули «архетипические ландшафты» и «архетипические фигуры» могут быть использованы для формирования и поддержки ресурсных состояний, интеграции разных аспектов глубинно-психологического опыта, проявляющихся в разных жизненных ситуациях и на разных этапах процесса психического развития. Создание и использование архетипических ландшафтов и архетипических фигур основано на представлениях глубинной (архетипической) психологии, а также средовой и экологической психологии. Архетипические фигуры и ландшафты обеспечивают актуализацию, выражение и организацию разных аспектов личного и трансперсонального опыта.

Архетипические модули Арт-конструктора могут быть использованы:

- для развития экологического сознания, средовой и экологической идентичности,
- развития навыков саморегуляции и копинговых умений,
- раскрытия творческих способностей и художественных навыков,
- проработки опыта психической травмы, формирования целостной картины жизненного пути при переживании кризисных состояний,
- развития нарративных (повествовательных) навыков, поддержки повествовательной активности, благодаря использованию приемов нарративной, мифо- и сказкотерапии,
- для диагностики и коррекции семейных, супружеских, детско-родительских отношений в семейной и супружеской арт-терапии,
- для диагностики, сплочения и развития групп в ходе групповых терапевтических и тренинговых занятий и иных ситуациях.

©Тест художественно-эмоционального восприятия: процедура создания, стандартизация, валидизация

Одной из форм практической реализации Арт-конструктора является психодиагностическая методика ©Тест художественно-эмоционального восприятия (ТХЭВ), которая оценивает способность к восприятию и распознаванию эмоций на основе восприятия эмоциогенных визуальных стимулов и включает два субтеста –

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материалы к проекту "Арт-терапевтическая технология "Арт-конструктор"" (авторская методика арт-терапевтической диагностики, психокоррекции и развития)

<http://psy.su/psyche/projects/1842/>

«эмоциональные фоны» и «эмоциональные фигуры», обеспечивая комплексную оценку данных способностей.

ТХЭВ позволяет исследовать *индивидуальные особенности, связанные со способностью к восприятию эмоций, отраженных в художественных формах (произведениях изобразительного искусства)*. В ТХЭВ восприятие эмоций опосредуется их отражением в художественной экспрессии. Согласно гипотезе, данная способность основана:

- на способности к эмоциональной перцепции (эмпатии, а также иных составляющих эмоционального интеллекта);

- на развитом художественном восприятии и художественном мышлении (способности целостно и дифференцированно воспринимать художественную экспрессию), отличающих людей с художественными способностями или опытом изобразительной деятельности (художников, дизайнеров, арт-терапевтов).

Данная способность постепенно формируется в процессе социализации человека и его приобщения к искусству. Она является универсальной, в той или иной мере присущей всем людям. В то же время, разные уровни развития этой способности могут быть обусловлены возрастом и личностными особенностями, в частности, навыками и опытом социальной и художественной перцепции. Сниженный уровень развития данной способности может быть связан с общим или парциальным нарушением психического развития, личностными расстройствами, психическими заболеваниями и другими факторами.

Данная способность может быть в определенной степени развита под влиянием арт-терапии. Ее развитие может являться одной из ее задач, успешное решение которой может повышать эффективность общения и деятельности (прежде всего, в сфере социомических или гуманитарных профессий, сфере искусства и других областях), общий уровень социально-психологической адаптации и социализации личности.

Методика ТЭХВ основана на теории, методологии и техниках арт-терапии, принимает во внимание специфические отличия арт-терапии от других форм лечения и развития человеческого потенциала, заключающиеся в использовании средств художественной выразительности в процессе работы с личностью. В отличие от большинства известных графических тестов и иных методов психодиагностики, использующих визуальные стимулы (ТАТ, тест Роршаха, тест Зонди, Хенд-тест и др.), ТХЭВ придает повышенное значение основным средствам художественной выразительности как обеспечивающим выражение и восприятие различных эмоций: цвету, пятну, фактуре, линии, набрызгу, визуальному ритму, фигурам.

Методика ТЭХВ принимает во внимание современные психологические теории и классификации эмоций и чувств. Основываясь на этих теориях, разработчиками был составлен список, включающий следующие эмоции и чувства: вина, гнев, грусть, интерес, нежность, отвращение, радость, раскаяние, страх, тревога, восторг (экстаз).

В соответствии с классификацией Е.П. Ильина (2001), выделенные эмоции и чувства относятся к следующим функциональным сферам:

- тревога и страх относятся к *эмоциям ожидания и прогноза*,
- радость и экстаз относятся к *эмоциям удовлетворения и радости*,
- гнев относится к *стеническим (активным) фрустрационным эмоциям*,
- грусть относится к *астеническим (пассивным) фрустрационным эмоциям*,
- симпатия (нежность) и отвращение, а также вина и раскаяние относятся к *коммуникативным эмоциям* и чувствам,
- интерес относится к *интеллектуальным эмоциям*.

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материалы к проекту "Арт-терапевтическая технология "Арт-конструктор"" (авторская методика арт-терапевтической диагностики, психокоррекции и развития)

<http://psy.su/psyche/projects/1842/>

Разработчиками методики были определены соответствующие художественно-графические признаки вышперечисленных эмоций и чувств и затем созданы выражающие их абстрактные художественные полотна, а также подобраны фигуры, соответствующие телесному, пластическому выражению эмоций.

На начальном этапе апробации методики она предлагалась здоровым взрослым лицам, имеющим психологическое или художественное образование. Они выступали в качестве экспертов, определявших соответствие разных эмоций и чувств художественным полотнам, предъявляемым в виде цветных картин форматом А4, а также отобранным силуэтам человеческих фигур. Экспертам предлагалось определить, каким эмоциям из предложенного списка соответствуют фоны и фигуры. Совпадение выборов экспертов с эмоциональной нагрузкой картин в большинстве случаев заметно превышало случайный уровень и указывало на способность художественных полотен и подобранных фигур людей в виде силуэтов выражать соответствующие эмоции.

На следующем этапе исследования, связанном с определением надежности и валидности методики, она предлагается в разных группах испытуемых. Им не только предлагается определить соответствие картин разным эмоциям, но и ответить на вопросы теста эмоционального интеллекта Холла и Торонтской алекситимической шкалы, а также выполнить Рисуночный тест Сильвер. Рассчитаны корреляции между показателями этих тестов и ТЭХВ.

В целях стандартизации и исследования валидности методики были обследованы разновозрастные категории испытуемых и разные клинические группы, состоящие из наркозависимых в ремиссии, пациентов с разными психиатрическими диагнозами и функциональными особенностями.

Выявлена статистически значимая (слабая) корреляция показателей ТЭХВ с большинством шкал Теста эмоционального интеллекта Н. Холла, а также значимая отрицательная корреляция с Торонтской шкалой алекситимии (слабая). Также обнаружена умеренная и сильная корреляция между ТЭХВ и показателями когнитивных шкал Рисуночного теста Сильвер, выступающего в качестве валидного инструмента оценки художественных способностей.

В качестве одного из критериев, используемых при исследовании валидности методики, выступали клинические и психологические особенности испытуемых, связанные с уровнем сохранности эмоциональной сферы и определяемые экспертами (психиатрами) с использованием шкалы функционального диагноза. К таким особенностям, оцениваемым лечащими врачами-психиатрами, были отнесены особенности течения шизофрении, степень выраженности эмоционально-волевого дефекта, качество ремиссии, степень сохранности социальной перцепции и компетенций в семье, на работе, в сфере свободного времени, а также особенности социального статуса. Выявлены достоверные различия при сравнении показателей ТЭХВ у условно здоровых лиц и наркозависимых в ремиссии, а также у пациентов с диагнозом шизофрения, относимых ко второй и третьей функциональным группам и характеризующихся соответствующим набором клинических, психологических и социальных особенностей.

Полученные данные корреляционного анализа и достоверности различий подтверждают гипотезы исследования, касающиеся предполагаемой связи между успешностью выполнения заданий ТЭХВ и развитием эмоционального и художественного восприятия.

Использование Арт-конструктора в рамках психотерапевтических (арт-терапевтических) программ

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материалы к проекту "Арт-терапевтическая технология "Арт-конструктор"" (авторская методика арт-терапевтической диагностики, психокоррекции и развития)

<http://psy.su/psyche/projects/1842/>

Методика Арт-конструктор обеспечивает возможность художественно-образного выражения различных эмоций и чувств, передачи и описания опыта значимых отношений, в том числе, непосредственно связанных с актуальными переживаниями, симптомами и синдромами психических расстройств, проблемами участников психотерапевтических и тренинговых занятий. Благодаря этому она может быть применена, например, в процессе работы с последствиями травматического стресса (в частности, посттравматическим стрессовым расстройством). Дополняя художественно-творческую деятельность повествовательной активностью в духе визуально-нарративного подхода, повествовательно-экспозиционной и когнитивно-конструктивной психотерапии, методика может служить безопасному целостному отражению и связному описанию переживаний, имеющих отношение к психотравмирующей ситуации.

В психотерапии посттравматических состояний методика ТХЭВ может быть использована на основе модели арт-терапевтического вмешательства N. Hass-Cohen (Hass-Cohen N., West K., 2008). Согласно данной модели, арт-терапия психической травмы представляет собой «творчество в действии, сочетающееся с терапевтическими отношениями, переживанием эмоций, экспрессивной коммуникацией, адаптивными реакциями клиента, ведущими к трансформации и эмпатическому принятию».

Важная роль при использовании данной арт-терапевтической модели отводится созданию картины травматического события. Важным условием терапевтических изменений выступает внесение, в случае необходимости, динамики в созданную картину травматического события. Это может быть, в частности, достигнуто за счет создания серии картин. Благодаря этому, клиенты начинают занимать более активную позицию в отношении своих переживаний и воспоминаний, стремясь отразить событие в творческой продукции и постепенно ее трансформировать.

Создание серии рисунков в соответствии с данной моделью вмешательства может происходить с использованием составляющих ТХЭВ фонов и фигур-силуэтов. Клиентам предлагается, сочетая готовые фоны и фигуры и, в случае необходимости, обогащая или изменяя фоны и создавая дополнительные фигуры и детали в виде силуэтов, отразить психотравмирующую ситуацию и ее последствия в виде серии 2-3 или более картин.

Постепенно выстраивается серия более сложных композиций. Вырезая образы в виде силуэтов и варьируя разными способами их расположения на бумаге, клиент начинает чувствовать больший контроль над травматическими воспоминаниями. Психотерапевт также может помогать клиенту, предлагая ему изменить и дополнить созданную серию картин, а также отразить выход из психотравмирующей ситуации и перспективу будущего.

Примером использования техники работы с фонами и силуэтами в качестве одной из форм визуального выражения и преобразования опыта психической травмы может быть следующий случай. На аппликации с помощью силуэтов клиентом, молодой женщиной (23 лет), была передана ситуация природного стихийного бедствия (наводнения), жертвой которого она оказалась. На протяжении двух с половиной месяцев ее преследовал страх. В течение первых занятий с психологом она никак не могла описать словами то, что произошло, поскольку она начинала испытывать панический страх, как только речь заходила о случившемся.

Создавая молча на протяжении нескольких занятий серию композиций, сочетающих в себе фоны и готовые фигуры теста, а также постепенно дополняя их изобразительными элементами, созданными своими руками, она смогла передать психотравмирующую ситуацию процессе ее развития и начать описывать случившееся словами. Через некоторое время ей удалось достаточно полно передать событие и свои

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материалы к проекту "Арт-терапевтическая технология "Арт-конструктор"" (авторская методика арт-терапевтической диагностики, психокоррекции и развития)

<http://psy.su/psyche/projects/1842/>

реакции на него. Ее эмоциональное состояние при этом постепенно стабилизировалось. У нее даже появилось определенное эстетическое удовлетворение от созданной серии картин.

Переоценке травматического опыта, образа Я и картины мира может служить техника «Прокладывая путь». Она может иметь разные варианты арт-терапевтического выполнения, однако обычно предполагает изготовление и расположение на полу, в линейном порядке, нескольких созданных клиентом рисунков или вырезанных из цветной бумаги геометрических форм, последовательно отражающих разные этапы определенной психотравмирующей ситуации – ее начало, развитие, кульминацию и завершение. Обычно на рисунках и геометрических формах с помощью цвета, условных, символических обозначений или реалистических изображений передается динамика события и его переживание клиентом.

В качестве одного из вариантов реализации данной техники клиенту может быть предложено выбрать несколько фонов из набора ТХЭВ, используя их как основу для построения картины «пути» и, в случае необходимости, дополнить созданными своими руками. Клиенту может быть предложено показать путем внесения фигуры-силуэта и любых дополнительных образов в пространство каждого фона то, как он реагировал, что он переживал или делал при переходе от одного этапа развития психотравмирующей ситуации к другой.

Использование методики ТХЭВ в процессе психотерапии может одновременно или последовательно помогать решать несколько задач и воздействовать на несколько симптоматических и личностных мишеней. Она может способствовать развитию навыков распознавания, дифференцированной оценке и словесного описания разных эмоций и связанных с ними визуально-художественных, пантомимических, поведенческих и соматизированных (физиологических) проявлений. Она также может быть применена для развития способностей осознавать и прогнозировать последствия эмоциональных реакций и состояний и произвольно регулировать выражение эмоций и чувств, с учетом социального контекста.

Это может быть важным направлением в психотерапевтической работе с пациентами с пограничными нервно-психическими заболеваниями, в частности, с невротическими, связанными со стрессом, соматоформными (психосоматическими) расстройствами, аффективными расстройствами, психическими и поведенческими расстройствами вследствие употребления психоактивных веществ. Данное направление работы, затрагивающее эмоциональную и коммуникативную сферы личности, также может быть полезным в психотерапии и психосоциальной реабилитации пациентов с психозами. Однако применение данного направления требует дифференцированного подхода, учитывающего принадлежность пациентов к конкретным функциональным группам (Копытин А.И., 2015) – главным образом первой и второй.

Примером диагностического и психотерапевтического применения ТХЭВ с пациенткой первой функциональной группы может быть работа с первичной пациенткой стационара с диагнозом тяжелой депрессии, выраженным суицидальным риском. Для пациентки характерна склонность к самоповреждениям. В анамнезе – расстройство пищевого поведения (нервная анорексия), а также нарушения социального функционирования – избегание социальных контактов, выраженная застенчивость. В то же время, девушка интеллектуально сохранна, имеет выраженный творческий потенциал, любит рисовать гелевыми ручками и простым карандашом. Положительно относится к лечению.

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материалы к проекту "Арт-терапевтическая технология "Арт-конструктор"" (авторская методика арт-терапевтической диагностики, психокоррекции и развития)

<http://psy.su/psyche/projects/1842/>

Получала лекарственное лечение антидепрессантами. После выписки из стационара начала работать с психологом, обнаруживая высокую мотивацию к индивидуальным и групповым занятиям. При первичном тестировании с использованием ТХЭВ показатель по субтесту «эмоциональные фоны» – 3 балла, по субтесту «эмоциональные фигуры» – 3 балла. Суммарный показатель попадает в пограничный диапазон. При тестировании с использованием Торонтской алекситимической шкалы набрала 93 балла, что указывает на алекситимический тип личности. Несколько более высокий суммарный показатель выполнения ТХЭВ может отражать развитие художественно-образного мышления.

В течение двух месяцев регулярно посещала амбулаторно индивидуальные и групповые психотерапевтические занятия, включавшие в том числе и работу по распознаванию собственных эмоций, их вербализации и пантомимическому выражению. Отмечена выраженная положительная динамика, проявившаяся, в частности, в развитии навыков распознавания, вербального и невербального выражения эмоционального состояния, большей контактности пациентки. При повторном тестировании с использованием ТХЭВ показатель по субтесту «эмоциональные фоны» – 4 балла, по субтесту «эмоциональные фигуры» – 6 баллов. Суммарный показатель соответствует среднему уровню. При тестировании с использованием Торонтской алекситимической шкалы получила 78 баллов.

В обоих случаях применения ТХЭВ испытуемая правильно идентифицировала по фонам такие эмоции, как гнев, грусть и нежность; по фигурам – вину, грусть и нежность. При повторном тестировании, дополнительно к эмоциям гнева, грусти и нежности по фону правильно определила эмоцию интереса, а по фигурам, помимо вины, грусти и нежности, также правильно определила отвращение, раскаяние и экстаз.

Использование методики в рамках программ развития эмоциональной сферы у детей, подростков и взрослых

В последние два десятилетия в развитых странах мира в образовательных учреждениях и сфере бизнеса, при подготовке персонала все более активно применяются программы «социального и эмоционального обучения» (*social and emotional learning*). При реализации подобных программ повышенное внимание уделяется развитию эмоциональной сферы, прежде всего, эмоционального, социального интеллекта, рассматриваемого в качестве одного из значимых факторов, определяющих успешность в разных областях человеческой деятельности, связанных с общением.

Все большее внимание развитию эмоциональной сферы дошкольников и школьников в последние годы также уделяется в отечественных образовательных организациях, что связано с признанием ее важности в процессе социализации и воспитания детей и подростков, как относящихся к условной норме, так и имеющих различные нарушения развития или относящихся к группе риска.

В рамках зарубежных и отечественных программ развития эмоциональной сферы в основном используются методы, связанные с научением и повышением уровня эмоционального самосознания (когнитивно-поведенческий тренинг). При этом нередко в качестве наглядного средства для идентификации разных эмоциональных состояний применяются визуальные стимулы в форме фотопортретов, графических изображений лиц, а также фигур и видеозаписей людей (также героев мультфильмов), переживающих разные эмоции. Разнообразные методы и технологии, характерные для терапии искусством (арт-терапии, музыкальной терапии, драматерапии, танцевально-двигательной терапии и полимодальной терапии выразительными искусствами), используются пока

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материалы к проекту "Арт-терапевтическая технология "Арт-конструктор"" (авторская методика арт-терапевтической диагностики, психокоррекции и развития)

<http://psy.su/psyche/projects/1842/>

недостаточно активно, хотя они обладают значительным потенциалом для эмоционального развития личности.

Применяемые с детьми и подростками программы развития эмоционального, социального интеллекта обычно направлены на решение следующих основных задач:

- научить детей и подростков понимать эмоциональные состояния – свои и окружающих людей;
- дать представление о способах выражения эмоций (мимика, жесты, поза, слова);
- совершенствовать способность управлять своими чувствами и эмоциями.

В большинстве зарубежных программ эмоционального развития детей, молодежи и взрослых, дополнительно к обозначенным, как правило, предусматривается решение таких задач как:

- обучение навыкам словесного описания и выражения разных чувств и эмоций;
- развитие самосознания и умения понимать характер и динамику разных социальных ситуаций (социальная перцепция);
- развитие способности понимать связь между эмоциями (чувствами), мыслями и действиями;
- развитие умений делиться своими переживаниями с другими людьми;
- совершенствование умений выбирать оптимальные варианты эмоционального реагирования и поведения в разных жизненных ситуациях,
- формирование умений делать самостоятельные выводы и принимать решения, исходя из оценки эмоционального состояния и потребностей – своих и других людей;
- развитие навыков ненасильственного, конструктивного решения конфликтов.

Включенные в набор стимульных материалов ТХЭВ фоны и фигуры могут быть использованы для разработки различных упражнений, технологий и программ развития эмоциональной сферы. Наряду с фонами и фигурами, набор также включает *диск с записями большого количества специально подобранных музыкальных произведений*, передающих разные эмоции и чувства. Эти произведения, наряду со стимульными материалами ТХЭВ и изобразительными средствами, могут быть использованы в рамках таких программ.

При выборе этих произведений авторы методики понимали то, что любая музыкальная композиция, как правило, вызывает не одну эмоцию или чувство, а их целую гамму, и что при ее восприятии разные люди могут испытывать разные переживания, выявляя, тем самым, те или иные оттенки сложной эмоциональной структуры музыки. В то же время, музыкальное произведение может характеризоваться определенным доминирующим эмоциональным содержанием, которое, как и при восприятии экспрессивной картины, может более или менее адекватно «прочитываться» и переживаться аудиторией.

Некоторые варианты применения методики для развития эмоциональной сферы могут включать последовательное рассмотрение и выражение в рамках серии занятий разных эмоций и чувств с использованием различных средств выразительности – визуальных, музыкальных, танцевально-двигательных, драматических, повествовательных. Так, на одном из занятий участникам может быть предложено поработать с эмоцией страха, определяя для него визуальные средства выражения (путем выбора и сочетания наиболее подходящих фонов и фигур – с их возможной доработкой в форме изготовления своих силуэтов или фонов, включения в фоны дополнительных цветовых оттенков и т. д.). Затем участники могут подобрать наиболее подходящие для выражения страха музыкальные произведения и перейти к подготовке и исполнению

XVIII Национальный конкурс "Золотая Психея" по итогам 2016 года.

Материалы к проекту "Арт-терапевтическая технология "Арт-конструктор"" (авторская методика арт-терапевтической диагностики, психокоррекции и развития)

<http://psy.su/psyche/projects/1842/>

танца или пантомимы, передающих переживание страха в процессе его развития и возможной трансформации в другие эмоции и чувства.

Участники могут исследовать и передавать в танце, пантомиме или драматической миниатюре разные варианты развития ситуации, связанной с определенными отношениями или пребыванием персонажа в определенной ситуации (например, потери дороги путником). Сначала участники должны конкретизировать ситуацию, субъектов и их отношения, а затем выбрать соответствующие эмоциональной атмосфере ситуации фоны и фигуры-силуэты (не исключается также изготовление собственных фонов или фигур-силуэтов). Они могут не ограничиваться одним фоном и одной фигурой или группой фигур, но создавать динамический ряд изображений, отражающий развитие ситуации.

Приветствуется вариативность действий и возможных динамик развития, приводящих к разным эмоциональным результатам. Особое внимание может быть уделено рефлексии поведенческих программ, реакций, мыслей и чувств персонажа или персонажей в их отношениях друг с другом. Для объективации переживаний и прояснения мотивов и смысла действий участникам может быть предложено использовать монологи и диалоги, когда они идентифицируются с фигурой-силуэтом персонажа на картине в тот или иной момент развития ситуации или отношений.