

ФРАГМЕНТ ПРОГРАММЫ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ

Принципы разработки программы заданий арт-терапии:

- в соответствии с гибридным форматом работы группы участники выполняют каждое задание 1 раз очно и затем 1 раз дистанционно;
- темы формулируют в форме диптиха (кортежа размерности 2);
- задания получают в матричной форме как сочетание темы (названия) и технологии (модальности);
- матрица сочетаний является ортогональной: каждую из 4 технологий используют 1 раз;
- задания размещают по повышению технологической сложности и психологической остроты проблематики, что соответствует последовательности работы со скорбящими.

Перечень технологий выполнения арт-терапевтических заданий, возможных очно и дистанционно

- 1-написать диалог на заданную тему;
- 2-написать сказку на заданную тему;
- 3-выбрать предметы и составить композицию из набора очно или из подручных предметов дистанционно;
- 5-сделать рисунок на листе бумаги А4 с вырезанием.

Матрица арт-терапевтических заданий

Тема задания	1.Диалог	2.Сказка	3.Композиция	4.Рисунок
1.Мир до и мир после			Настольная	
2.Траур мужчины и траур женщины				Рис+вырезан
3.Смертность и бессмертие		Сказка		
4.Наш мир и их мир-разговор	Диалог			

1.Мир до и мир после

Очно

1.Подумайте о постигшей Вас утрате и о том, каким был мир вокруг Вас до этой утраты и после неё. Возьмите из набора несколько мелких предметов и разложите их на листе белой бумаги А4, создав композицию «Мир до». Таким же образом на другом листе А4 создайте композицию «Мир после».

2.Завершив обе композиции, впишите ответы на 4 вопроса на бланке.

Дистанционно

1.Подумайте о постигшей Вас утрате и о том, каким был мир вокруг Вас до этой утраты и после неё. Найдите в комнате несколько любых мелких предметов (ластик, помада, ключ, монетка, скрепка, спичка и т.п.) и разложите их на листе белой бумаги А4, создав композицию «Мир до». Таким же образом на другом листе А4 создайте композицию «Мир после».

2.Сфотографируйте каждую из составленных композицию дважды – сверху, чтобы были видны края листа, и сбоку, чтобы хорошо были видны предметы. Убедитесь, что на фотографиях хорошо видны все детали и пришлите мне её на WhatsApp.

3.Отправив обе фотографии, возьмите ручку, лист бумаги формата А5, расположите его горизонтально, расчертите на 4 полоски, как на следующем слайде, и разборчиво от руки впишите ответы на 4 вопроса. Вопросы не пишите, только номера ответов и ответы.

4.Ответив на все вопросы, сфотографируйте лист с ответами, чтобы были видны края листа. Убедитесь, что текст на фотографии легко читается и пришлите мне её на WhatsApp.

2.Траур мужчины и траур женщины

Очно

1.Подумайте о трауре и о том, как его переживают мужчины и женщины. Возьмите лист белой бумаги формата А4, набор цветных карандашей, ручек, фломастеров, мелков или красок (по Вашему выбору) и сделайте рисунок «Траур мужчины и траур женщины». Не спешите, используйте несколько цветов. В процессе творчества можете использовать также ножницы.

2. Закончив рисунок, впишите ответы на 4 вопроса на бланке.

Дистанционно

1. Подумайте о трауре и о том, как его переживают мужчины и женщины. Возьмите лист белой бумаги формата А4, набор цветных карандашей, ручек, фломастеров, мелков или красок (по Вашему выбору) и сделайте рисунок «Траур мужчины и траур женщины». Не спешите, используйте несколько цветов. В процессе творчества можете использовать также ножницы.

2. Сфотографируйте свой рисунок так, чтобы были видны края листа. Убедитесь, что на фотографии хорошо видны все детали и пришлите мне её на WhatsApp.

3. Отправив фото, возьмите ручку, лист бумаги формата А5, расположите его горизонтально, расчертите на 4 полоски, как на следующем слайде, и разборчиво от руки впишите ответы на 4 вопроса. Вопросы не пишите, только номера ответов и ответы.

4. Ответив на все вопросы, сфотографируйте лист с ответами, чтобы были видны края листа. Убедитесь, что текст на фотографии легко читается и пришлите мне её на WhatsApp.

3. Смертность и бессмертие

Очно

1. Подумайте о том, что в нашей жизни смертно, а что бессмертно, и сочините сказку «Смертность и бессмертие». Возьмите ручку, лист белой бумаги формата А4, расположите его горизонтально и разборчиво от руки запишите сказку на одну страницу. Начните так: «Однажды, давным-давно, в одной далёкой стране...».

2. Завершив сказку, впишите ответы на 4 вопроса на бланке.

Дистанционно

1. Подумайте о том, что в нашей жизни смертно, а что бессмертно, и сочините сказку «Смертность и бессмертие». Возьмите ручку, лист белой бумаги формата А4, расположите его горизонтально и разборчиво от руки запишите сказку на одну страницу. Начните так: «Однажды, давным-давно, в одной далёкой стране...».

2. Завершив сказку, сфотографируйте текст так, чтобы были видны края листа. Убедитесь, что текст на фотографии легко читается и пришлите мне её в WhatsApp.

3. Отправив фото, возьмите ручку, лист бумаги формата А5, расположите его горизонтально, расчертите на 4 полоски, как на следующем слайде, и разборчиво от руки впишите ответы на 4 вопроса. Вопросы не пишите, только номера ответов и ответы.

4. Ответив на все вопросы, сфотографируйте лист с ответами, чтобы были видны края листа. Убедитесь, что текст на фотографии легко читается и пришлите мне её на WhatsApp.

4. Наш мир и их мир

Очно

1. Представьте себе мир живых и мир мёртвых. Возможен ли контакт между ними, возможен ли диалог между ними? Представьте себе диалог между Вами и кем-то из мира мёртвых. Возьмите ручку, лист белой бумаги формата А4, расположите его горизонтально и разборчиво от руки запишите этот диалог.

2. Завершив диалог, впишите ответы на 4 вопроса на бланке.

Дистанционно

1. Представьте себе мир живых и мир мёртвых. Возможен ли контакт между ними, возможен ли диалог между ними? Представьте себе диалог между Вами и кем-то из мира мёртвых. Возьмите ручку, лист белой бумаги формата А4, расположите его горизонтально и разборчиво от руки запишите этот диалог.

2. Завершив диалог, сфотографируйте текст так, чтобы были видны края листа. Убедитесь, что текст на фотографии легко читается и пришлите мне её в WhatsApp.

3. Отправив фото, возьмите ручку, лист бумаги формата А5, расположите его горизонтально, расчертите на 4 полоски, как на следующем слайде, и разборчиво от руки впишите ответы на 4 вопроса. Вопросы не пишите, только номера ответов и ответы.

4. Ответив на все вопросы, сфотографируйте лист с ответами, чтобы были видны края листа. Убедитесь, что текст на фотографии легко читается и пришлите мне её на WhatsApp.