

# Арт-терапия: развитие через творчество

**Брыкова  
Александра Сергеевна,**  
кандидат психологических  
наук, доцент кафедры  
педагогики и психологии  
инклюзивного образования



# Прорисуй свое имя\*

\* Игра на знакомство участников

Возьмите белый лист бумаги и постарайтесь нарисовать на нем свое имя. Используйте смыслы, метафоры, ассоциации.

НЕЛЬЗЯ! Писать имя, буквы имени.

Задача участников -- по рисунку угадать имя участника.

## Из истории вопроса



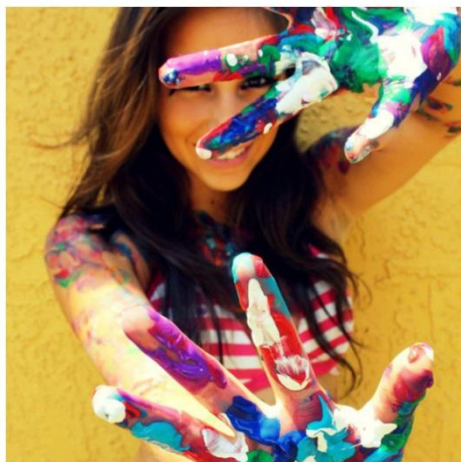
Понятие «Арт-терапия» возникло в контексте идей З.Фрейда и К.Г.Юнга как один из методов терапевтического воздействия, который посредством изобразительного творчества помогал выразить в картинах свои скрытые психотравмирующие переживания и тем самым освободиться от них (сублимация и катарсис).

# Арт-терапия» имеет несколько значений:

- \* совокупность видов искусства, используемых в лечении и коррекции;
- \* комплекс арт-терапевтических методик;
- \* направление психотерапевтической и психокоррекционной практики;
- \* метод.



# Арт-терапия включает в себя следующие направления:



- \* **изотерапия** — лечебное воздействие средствами изобразительного искусства: рисованием, лепкой, декоративно-прикладным искусством и т. д.;
- \* **имаготерапия** — воздействие через образ, театрализацию, драматизацию;
- \* **музыкотерапия** — воздействие через восприятие музыки;
- \* **сказкотерапия** — воздействие посредством сказки, притчи, легенды;
- \* **кинезитерапия** — воздействие через танцевально-двигательную, коррекционную ритмику (воздействие движениями), хореотерапию и т. д.

# С кем работает арт-терапия?

- \* Дети раннего возраста
- \* Неречевые дети
- \* Дети с ОПФР
- \* Подростки группы риска
- \* Семьи СОП
- \* Дети – родители (законные представители)
- \* Педагоги
- \* Супруги и т.д.



# Чем можно рисовать и творить?

- \* Привычные, безопасные для детей изобразительные материалы, такие, как кукурузный крахмал, мука и желатин используют с целью воссоздания символического взаимодействия матери и ребенка.
- \* Тампоны разных размеров, вата, пальчиковые краски
- \* Рисование косметикой (тенями, карандашами, помадой)
- \* Краски, мелки, ручки, маркеры, карандаши, пульверизаторы
- \* Глина, пластилин, мастика, песок, тесто, хлебный мякиш
- \* Крупы, макароны, пуговицы, крышки, лоскуты, ленты, нитки, пластиковые ёмкости
- \* Природные материалы (ягоды, желуди, каштаны, листья, косточки, солома, трава, веточки, овощи)....

# ПОЧЕМУ АРТ-ТЕРАПИЯ?

- \* Арт-терапия — это метод коррекции и развития посредством художественного творчества.
- \* Арт-терапия использует «язык» визуальной и пластической экспрессии.
- \* Невербальная экспрессия для детей более естественна.
- \* Переживания «выходят» через художественное изображение более непосредственно.
- \* Создается атмосфера игры и творчества.
- \* В некоторых случаях позволяет обходить «цензуру сознания».



# Терапевтическое и коррекционное воздействие искусства проявляется в:

- \* реконструированию психотравмирующей ситуации с помощью художественно-творческой деятельности;
- \* актуализации переживаний и выведении их во внешнюю форму через продукт художественной деятельности;
- \* созданию новых, эмоционально позитивных переживаний, их накоплению;
- \* актуализации креативных потребностей и их творческом самовыражении.

**Катарсическая** (очищающая, освобождающая от негативных состояний).

**Регулятивная** (снятие нервно-психического напряжения, регуляция психосоматических процессов, моделирование положительного психоэмоционального состояния).

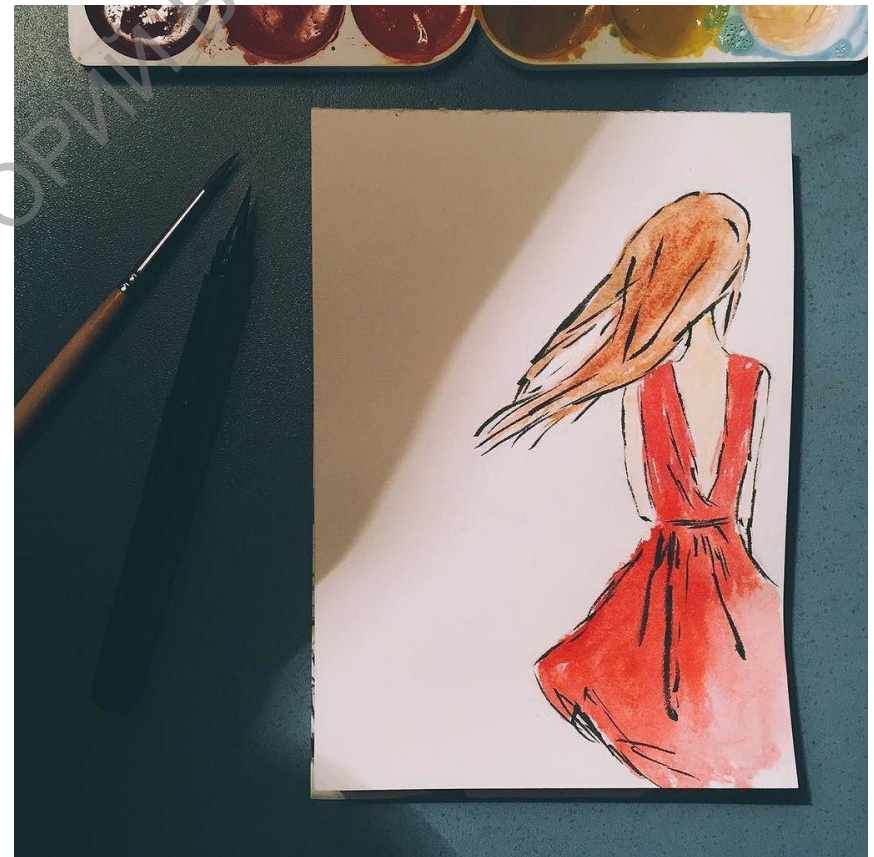
**Коммуникативно-рефлексивная** (коррекция нарушений общения, формирование адекватного межличностного поведения, самооценки)

## Функции Арт-терапии



# «Нарисуй себя»

- \* Возьмите лист бумаги, расположите его перед собой. Закройте глаза и попробуйте представить себя таким, какой Вы есть. Возможно, это метафорический образ, какой-то предмет.
- \* Сосредоточьтесь на собственных ощущениях и чувствах.
- \* Откройте глаза и изобразите тот образ, который пришел.



# Вопросы для обсуждения

- \* Кто на рисунке? Какой это персонаж? Где он обитает?
- \* Какой характер у персонажа?
- \* Кто и что его окружает?
- \* Какие чувства он испытывает? Какие чувства вызывает у других?
- \* О чем мечтает? Чего хочет?
- \* Что для него самое важное в жизни?
- \* Какое обращение ему приятно, а какое нет?
- \* Где он будет через неделю / месяц / год?

# Э. Крамер

«Изобразительная деятельность и творческий процесс предполагают развитие комплекса умений, включающих овладение изобразительными материалами таким образом, что они начинают выступать в качестве символического эквивалента человеческого опыта и психических процессов»



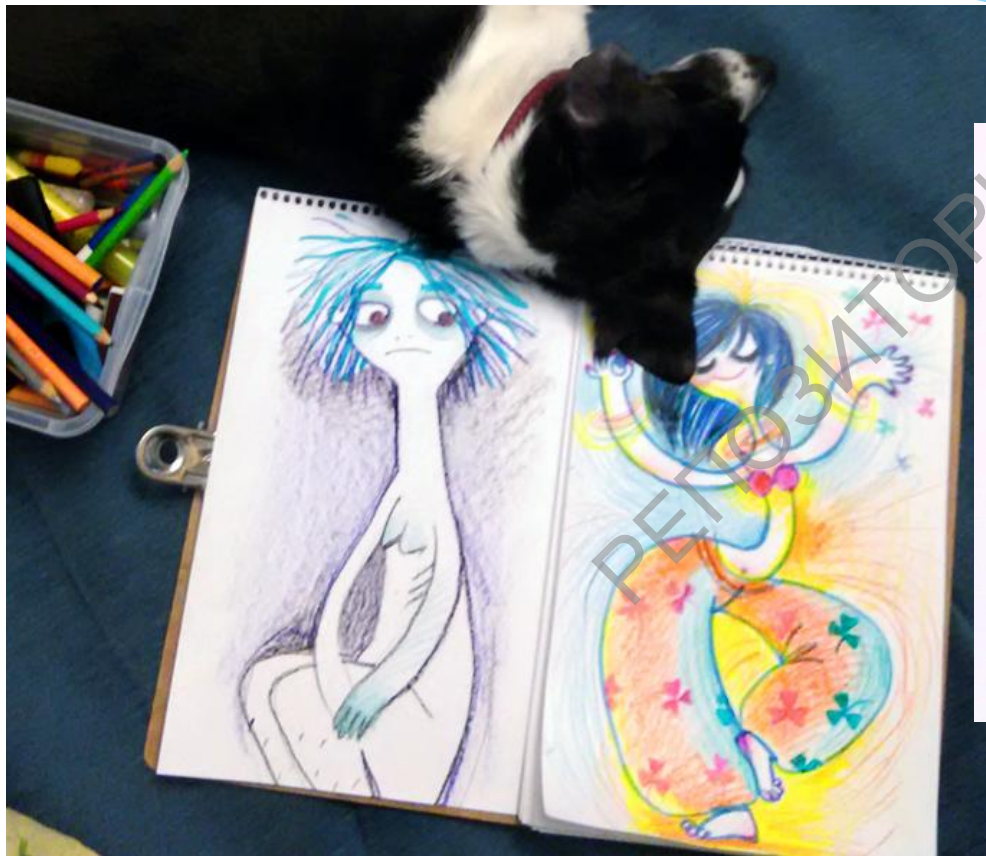
# Пять способов обращения с изобразительными материалами

- 1) **"предвестники" изо-деятельности**, такие, как создание каракулей, размазывание краски, исследование физических свойств материалов;
- 2) **хаотическое выражение чувств** - разбрызгивание, размазывание краски, удары кистью;
- 3) **стереотипии** - копирование, создание линий и простейших стереотипных форм;
- 4) **пиктограммы**, выступающие в качестве средства графической коммуникации, замещающего или дополняющего слова;
- 5) **оформленная экспрессия** - создание символических образов, обеспечивающих успешное самовыражение и коммуникацию

# Совместное рисование

- \* Детско-родительская интерактивная группа является уникальным методом работы с маленькими детьми и их родителями.
- \* Создание изобразительной продукции дополняется установлением отношений, взаимодействием и наблюдением.
- \* Симбиотическая стадия символически отражается в совместном создании каракулей и размывании краски по бумаге.
- \* Красочные отпечатки ладоней и разных предметов символизируют разделенный опыт, коллажи - привязанность.

# Рисование в паре





# Вопросы для анализа и обсуждения



- \* Оцените результат работы, насколько он удовлетворяет участников. Что получилось?
- \* Как распределились роли в паре?
- \* Каким образом принимались решения?
- \* Как себя чувствовали участники во время рисования? Что чувствуют после?
- \* Что можно было бы изменить? Каким был бы результат?

# Дорисуй картину

- \* Подумайте о какой-либо ситуации из жизни, проблеме, задаче, стоящей перед Вами.
- \* Представьте ее в виде картинки. Как только получилось, приступайте к рисованию.



# Работа полушарий мозга

## ЗА ЧТО ОТВЕЧАЮТ ПОЛУШАРИЯ МОЗГА?



## Правополушарное рисование

Скопируйте рисунок на  
листе А4. Отследите  
реакции и переключение  
активности полушарий.

