



# Арттерапия

Методическое  
пособие

Белгородская государственная  
специальная библиотека для слепых  
им. В.Я. Ерошенко

# Арттерапия

Методическое пособие

Белгород, 2008

Ответственный за выпуск: Козлова Е.А.

Составитель: Капустина С.В.

Компьютерная верстка: Сульженко И.В.

**Арттерапия:** Методическое пособие/ сост.  
С.В. Капустина. - Белгород. гос. спец. б-ка для слепых  
им. В.Я. Ерошенко. - Белгород, 2008.- 44 с.

## *Здоровье – гармония души, разума и тела*

Иногда человеку трудно выразить свою проблему словами. Быть может, он даже не знает и не подозревает, в чём эта проблема состоит. И здесь на помощь приходит искусство. Лечение приобщением к искусству или арттерапия – один из видов психотерапии. Позитивное воздействие оказывают как пассивные занятия (созерцание, прослушивание, переживание феноменов искусства) так и активные (создание произведений искусства).

Термин «арттерапия» ввел в употребление Адриан Хилл (1938) при описании своей работы с туберкулезными больными в санаториях. Это словосочетание использовалось по отношению ко всем видам занятий искусством, которые проводились в больницах и центрах психического здоровья. Ценность арттерапевтических методик в том, что они позволяют погружаться в проблему настолько, насколько человек готов к ее переживанию.

Процесс творчества связан с подсознанием очень тесно. Арттерапию применять можно при любых проблемах, кроме тяжёлых психиатрических патологий – это уже проблемы врача-психиатра. Она предоставляет человеку возможность проигрывать, переживать, осознавать конфликтную ситуацию, какую-либо проблему наиболее удобным для его психики способом.

Основная цель арттерапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Выделяют два основных механизма психологического коррекционного воздействия, характерных для метода арттерапии.

Первый механизм состоит в том, что искусство позволяет в особой символической форме воссоздать конфликтную травмирующую ситуацию и найти ее разрешение через перестройку этой ситуации на основе креативных способностей человека.

Второй механизм связан с природой эстетической реакции: сопререживание феноменам искусства через их созерцание и прослушивание и, как следствие, изменение действия «аффекта от мучительного к приносящему наслаждение».

Арттерапия – это не целенаправленное обучение каким-либо видам художественной деятельности. Упор делается на творческую активность, на способность создавать и побуждать человека самостоятельно созидать. Творчество используется как защитный механизм.

При подборе коррекционных средств, в первую очередь, учитывается два фактора – уровень интеллектуального и уровень речевого развития человека. Чем лучше развиты речь и мышление, тем шире арсенал применяемых средств. Особенности сенсорной, двигательной сферы учитываются во вторую очередь, для обеспечения занятий соответствующим материалом (например, незрячему для творчества арттерапевт предложит глину, а не карандаши).

**В арттерапии используются индивидуальные и групповые формы работы.** Однако, несмотря на

различия, эти формы едины в том, что фокусом психотерапевтического воздействия в том и в другом случаях является каждый человек, а не группа в целом. Форма организации занятий определяется характером нарушений здоровья и коррекционными задачами. Если проблемы лежат в сфере эмоциональных отношений и эмоционального развития, более эффективно на начальном этапе использование индивидуальных форм арттерапии, а когда трудности концентрируются вокруг социального приспособления, то предпочтительней является групповая форма работы.

Арттерапевтические занятия лучше проводить в игровой форме, а не в форме урока. При этом необходимо подробнейшее предварительное знакомство с изобразительными средствами. У занимающихся при попытке работать с незнакомыми, непривычными материалами может возникнуть чувство тревоги. Особенно это характерно для людей с отставанием в умственном развитии.

#### **Принципы занятий арттерапией:**

1. Желание самого пациента (участника занятий) – основное условие. Творчество без желания невозможно, и, конечно, невозможен доверительный диалог.

2. Очень важно постоянно поощрять занимающегося, выделять особенно удавшиеся стороны его рисунка или другой творческой работы.

3. Тон диалога с участниками занятий ни в коем случае не должен быть нравоучительным или раздраженным. Если Вы чувствуете раздражение, лучше не заниматься вообще. Слова поощрения и