

Карпова Дарья ПС 3-19-02

Возможности применения в тренинге техник музыкальной и арт-терапии





Что такое Арт-терапия?

- Арт-терапия - это разновидность психокоррекционной и психотерапевтической помощи, основанная на использовании изобразительного искусства с целью улучшения психоэмоционального состояния человека.

История

- В 1938 году британский врач и художник Адриан Хилл лечился от туберкулеза на курорте Мидхерст. Параллельно с основными процедурами Хилл рисовал окружающие его пейзажи и обнаружил, что творчество здорово отвлекает от болезни и улучшает настроение. В следующем году его пригласили преподавать рисунок и живопись другим пациентам Мидхерста — среди них было много солдат, вернувшихся с войны. Занятия заметно помогли снизить их психологическое напряжение.



Цели терапии:

Дать социально приемлемый выход агрессивности и другим негативным чувствам

Облегчить процесс лечения.

Получить материал для интерпретации и диагностических заключений.

Проработать мысли и чувства, которые клиент привык подавлять.

Наладить отношения между психологом и клиентом.

Развить чувство внутреннего контроля

Сконцентрировать внимание на ощущениях и чувствах.

Развить художественные способности и повысить самооценку.



Видовое разнообразие ограничивается исключительно направлениями искусства:

- классическая арт-терапия
- музыкотерапия, фото и фильмотерапия
- драматерапия и танцевально-двигательная терапия
- библиотерапия и сказкотерапия
- песочная терапия и глиноterapia





Музыкотерапию определяют как:

- Контролируемое использование музыки в лечении, реабилитации, образовании и воспитании детей и взрослых, страдающих от соматических и психических заболеваний;
- · Системное использование музыки для лечения физиологических и психосоциальных аспектов болезни или расстройства;
- · Средство оптимизации творческих сил и педагогико-воспитательной работы.

Различают три основные формы музыкотерапии:

Рецептивная
музыкотерапия
(пассивная)

Интегративная
музыкотерапия

Активные методы
музыкальной терапии



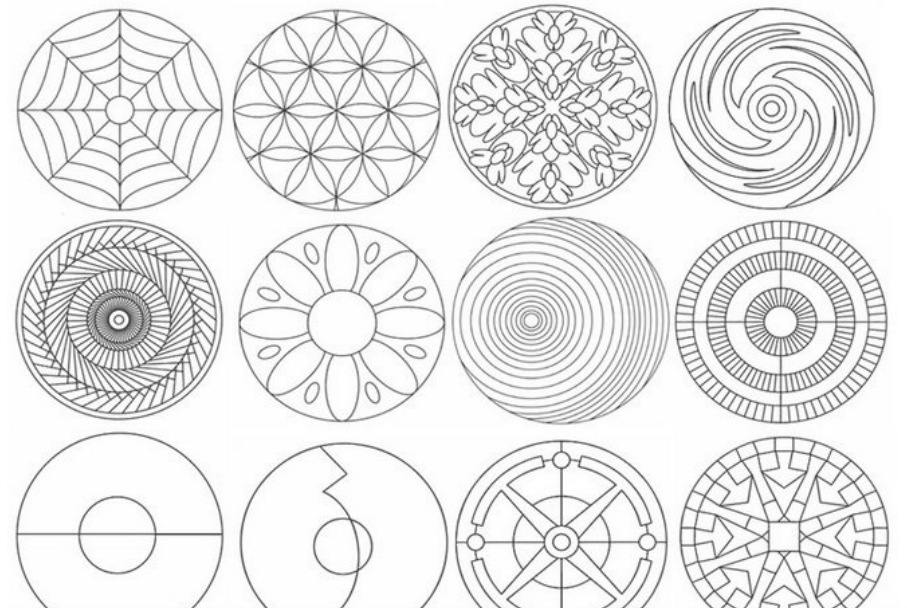


Что такое изотерапия?

- Изотерапия — это терапия творчеством, в первую очередь рисованием. Изотерапия является разновидностью арт-терапии.
- Изотерапия применяется при работе с людьми, имеющими самые разные психологические трудности: депрессии, фобии, различного рода зависимости, внутренние конфликты, повышенную тревожность и т. д. Занятия могут происходить как в малых, так и в больших группах. Также изотерапия является эффективным методом при работе с детьми, подростками и людьми пожилого возраста.

Техники изотерапии

- Техника «Пальчиковые краски»
- «Проективный рисунок».
- Техника «Мандала».





Иногда человек может чувствовать психологический дискомфорт, но не понимать, с чем он связан. Арт-терапия, как элемент самовыражения, помогает расслабиться, прислушаться к себе, погрузиться в свой внутренний мир, избавиться от негативных переживаний. Результат любого творчества повышает самооценку.

ПРЕЗЕНТАЦИЯ ОКОНЧЕНА



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ