

# АРТ-ТЕРАПИЯ ДЛЯ ВСЕХ



Флуднева О.В.

# Арт-терапия -

это специальная форма психологической помощи, которая базируется на искусстве, в том числе на творческой и изобразительной деятельности. Ключевая цель такой помощи состоит в том, чтобы гармонизировать развитие личности через способность самовыражаться и познавать себя. Такой метод может выступать, как в качестве основного, так и в качестве вспомогательного метода.



# ФОРМЫ АРТ-ТЕРАПИИ

```
graph TD; A[ФОРМЫ АРТ-ТЕРАПИИ] --> B[ПАССИВНАЯ]; A --> C[АКТИВНАЯ];
```

ПАССИВНАЯ

АКТИВНАЯ



# Показания для проведения терапии искусством

- состояние стресса и депрессии, а также подавленное настроение;
- эмоциональная нестабильность и импульсивность человека;
- наличие страхов и фобий;
- заниженная самооценка и негативное отношение к себе;
- состояние повышенной тревожности; безосновательная раздражительность и конфликтность человека;
- замкнутая личность и состояние психического напряжения;
- полученная психологическая травма; нарушенные коммуникативные качества;
- кризисы определенного возраста; задержка в психическом либо речевом развитии у ребенка.



# Цели методики

- как способ выплескивания положительных и отрицательных эмоций
- для увеличения эффективности психотерапии
- ради получения материала, позволяющего диагностировать психическое и психологическое состояние человека
- для проработки подавляемых мыслей, чувств и эмоций
- чтобы помочь сконцентрировать внимание на ощущениях или чувствах
- чтобы установить контакт
- для улучшения самоконтроля для развития творчества и, таким образом, повышения самооценки человека.





# Изотерапия



# Мандалотерапия





# Музыкотерапия





# Песочная терапия



# MAK



# Сказкотерапия



# Тканевая терапия



# Библиотерапия





# Куклотерапия







# Кинотерапия





# Фототерапия



# Тестопластика





