

Арт-терапия – исцеление через творчество. Модель классической арт-терапии и интегративные формы арт-терапии. Отличительные особенности арт-терапии как метода. Арт-терапевтические средства и материалы. Основы доказательной арт-терапевтической практики

Арт-терапия (от англ. art., искусство) – это вид психотерапии и психологической коррекции, основанный на искусстве и творчестве.

Термин «арт-терапия» ввел в употребление художник Адриан Хилл в 1938 году. Хилл обнаружил, что рисунок не только помогает пациентам отвлечься от их болезни или травмы, но и помогает освободить их от психического расстройства. В 1945 году Адриан Хилл опубликовал свои идеи в книге «Искусство против болезней». Позже он стал президентом Британской ассоциации арт-терапевтов.

Основная **цель арт-терапии** состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания, внутренней интеграции личности.

В арт-терапии творчество приводит к терапевтическому эффекту. И поэтому вся методика направлена на активацию творческого начала в человеке, а не на создание художественного образа.

Первостепенное значение для анализа работ в арт-терапии является то, как клиент себя выражает.

Не любое занятие творчеством является арт-терапией. Арт-терапия начинается тогда, когда творческий процесс и художественный объект становятся осознанным контактом человека с самим собой и окружающим миром. Полноценно и эффективно это может происходить только в профессионально моделируемой среде.

Формы арт-терапии

- **Пассивная форма** – клиент «потребляет» художественные произведения, созданные другими: рассматривает картины, читает книги, слушает музыку;

- **Активная форма** – клиент сам создает продукты творчества: рисунки, сочинения сказок и историй.

Виды арт-терапии:

Изотерапия (рисунок)

Библиотерапия (литература, книга)

Музыкотерапия

Имаготерапия (театр, образ)

Сказкотерапия

Кинезитерапия (танец, движение)

Драматерапия

Игровая терапия
Куклотерапия
Коррекционная ритмика
Хореотерапия
Маскотерапия
Работа с глиной
Цветотерапия
Фототерапия
Видеотерапия
Оригами
Песочная терапия
Работа с метафорическими картами
Джорнеллинг (ведение дневника)
Работа со сновидениями