

Арт-терапія – мистецтво заради лікування



**Презентацію підготувала
бібліотекар 2 категорії
Раздобудько Л. В.**

Засновник арт-терапії



Адріан Хілл (1895-1977) - британський художник і першовідкривач Арт-терапії.

Адріан Кіт Грем Хілл народився в Чарлтоні, Лондон. Освіту здобув в коледжі Dulwich, вивчав живопис в школі мистецтв Св. Іоанна в Королівському коледжі мистецтв.

Під час Першої світової війни був призначений офіційним художником війни. Багато його картин та ескізів Західного фронту в даний час є в колекції Імперського військового музею.

Після війни Хілл зайнявся живописом професійно, а також викладав у школі мистецтв Hornsey і Вестмінстерській школі мистецтв. Художник написав багато книг- бестселерів з живопису та графіки.

В 1950-х і на початку 1960-х років були представлені його телевізійні програми BBC для дітей під назвою 'Sketch Club'.

Творчість Хілла поєднує в собі елементи імпресіонізму та експресіонізму, а також має і традиційні напрями.

Поява терміну арт-терапія



- Під час лікування від туберкульозу в санаторії Мидхарст в 1938 році, Адріан Хілл, малюючи довколишні об'єкти, виявив, що малюнок допомагає його одужанню.
- В наступному році арт - терапія була введена в санаторії. Хілл був запрошений викладати малюнок і живопис іншим пацієнтам, багато з яких були поранені солдати, що повернулися з війни.
- Хілл виявив, що практика мистецтва не тільки допомагає пацієнтам відволіктися від їх хвороби або травми, але і допомагає звільнити їх від психічного розладу з допомогою малюнка.
- У 1942 році Хілл вперше використав термін арт-терапія і в 1945 році опублікував свої ідеї в художній книзі «Мистецтво проти хвороб». Пізніше він став президентом Британської асоціації арт-терапевтів.

Поняття, мета і завдання арт-терапії



- Арт-терапія - це спеціалізована форма психотерапії, заснована на мистецтві, в першу чергу, образотворчому і творчій діяльності. Спочатку арт-терапія виникла в контексті теоретичних ідей З. Фрейда і К. Р. Юнга. Надалі вона набувала більш широкої концептуальної бази, включаючи гуманістичні моделі розвитку особистості К. Роджерса і А. Маслоу.
- Основна мета арт-терапії полягає в гармонізації розвитку особистості через самовираження і самопізнання.
- Головним механізмом корекційного впливу арт-терапії є механізм сублімації, з точки зору класичного психоаналізу.
- На думку К. Юнга, мистецтво, особливо легенди, міфи і арт-терапія, в значній мірі, полегшують процес індивідуалізації саморозвитку особистості на основі встановлення зрілого балансу між несвідомим і свідомим "Я".

Методи психотерапії:



- **Специфічні :**
позбавити від фобій, допомогти при шизофренії.
- **Загальні :**
допомогти людині змінити своє життя, стати довірливим і відкритим, а також створити стабільні емоційні або сексуальні стосунки.

Арт-терапія - метод психотерапії, що використовується для лікування і психокорекції за допомогою художніх прийомів таких як: малювання, ліплення, музика, фотографія, кінофільми, книги, акторська майстерність і багато іншого.



Види арт-терапії



Анімаційна терапія - сучасна технологія соціальної реабілітації з метою зміни поведінки, міжособистісних і колективних відносин, в процесі якої відбувається, з одного боку, «розблокування» громадських зв'язків і встановлення теплих, довірливих відносин, з іншого – навчання та оволодіння навиками позитивного мислення, естетики і поетики.

Арт-синтезтерапія - комплексний метод групової психотерапії, що використовує синтез мистецтв. Розглядається в якості самостійного напрямку в лікувально - корекційній роботі, де володіння технічними прийомами різних видів мистецтва поєднуються із знаннями психопатології і підпорядковані психотерапії мистецтв, психопатології.

Бібліотерапія - лікування і виховання за допомогою книг.

Казкотерапія - програвання і аналіз казок. Це терапія середовищем, особливо казковою атмосферою, в якій можуть проявитися потенційні можливості особистості, може матеріалізуватись мрія: а головне в ній з'являється відчуття захищеності та аромат таємниці.

Кіноterapia- один з напрямків арт-терапії, іншими словами, терапія душі мистецтвом. Фільм -це метафора, де можна побачити відображення певної життєвої ситуації. Щоб допомогти пацієнтові, сюжет фільму має бути схожим із життєвою ситуацією, в яку потрапила людина, і запропонувати вихід з неї.

Драматерапія- театр і акторська майстерність.

Ігротерапія- терапія через гру, ігрові ситуації.

Музикотерапія - використання музики як терапевтичного засобу.

Орігамі- створення фігур з паперу.

Пісочна терапія- робота з піском.

Казкотерапія- програвання і аналіз казок.



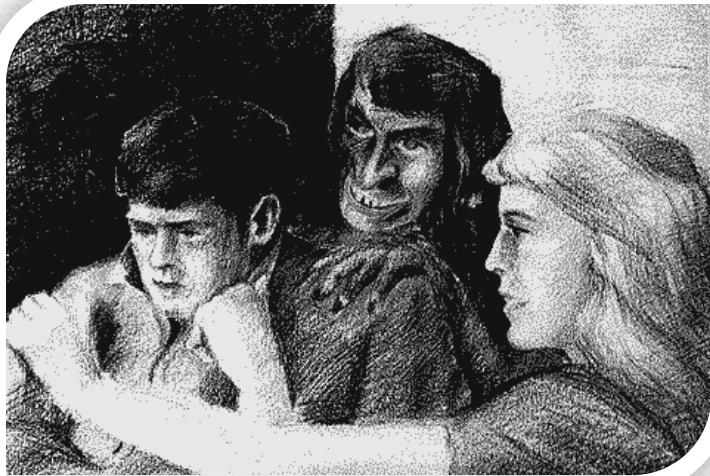
Ізотерапія

Ізотерапія - використання прийомів графіки, живопису. Це заняття з дітьми, в основу яких покладені різні методи образотворчого мистецтва. Його відносять до найбільш поширених способів арт-терапії.

Ізотерапія, як метод психологічної корекції, допомагає зробити більш гармонійними емоції дитини, адаптує його до навчального закладу, сприяє розвитку творчих здібностей. Багато психологів, лише мигцем глянувши на малюнок дитини, здатні визначити його настрій, виявити проблеми на ранній стадії і своєчасно надати допомогу. Вперше ізотерапія була застосована в роботі з дітьми, вивезеними з Європи в США під час Другої світової війни. Саме лікування образотворчим мистецтвом допомогло хлопцям і дівчатам впоратися з важкими психологічними травмами і повернутися до нормального життя.



Мистецтво, здатне лікувати душі



- У малюнку, пластиці чи поезії приховано значно більше, ніж видно на перший погляд. Іноді твори не просто артефакт, а неповторний спосіб відображення душевного болю чи радості авторів, котрі саме так можуть пізнати й виразити себе. Мистецтво дає кожному шанс гармонізувати свої стосунки зі світом.
- Згідно з останніми статистичними даними, 450 млн. людей на планеті страждає психічними розладами. Звичні стереотипи і штампи закривають перед ними двері суспільного життя, перешкоджають вчитися й працювати, творити й знаходити себе. Але їх кількість зростає в геометричній прогресії.
- Понад 10 років тому Всесвітня психіатрична асоціація ініціювала програму боротьби з дискримінацією людей, які страждають на психічні захворювання. Проект “Відкрийте двері” розпочався у 19 країнах світу: Австрії, Бразилії, Великій Британії, США, Туреччині, Японії та інших. Мета акції – змінити ставлення суспільства до пацієнтів, запобігти їхній ізоляції, втраті працездатності й зловживанням.

Акція “Лабіринтами нашої свідомості” відбулася у Львові в рамках програми “Відкрийте двері”. Виставка репрезентувала арт - терапевтичні роботи, зібрані Львівською психіатричною лікарнею і Львівським психоневрологічним диспансером.

Люди отримали шанс оглядати картини, придивлятися до них, прислухатися до себе, знаходити в них щось своє, потаємне.

Учасники цих арт-терапевтичних проєктів мають різні душевні проблеми, але всіх їх їднає бажання знайти своє місце в нинішньому складному житті. Дуже часто йдеться не стільки про лікування, скільки про вирішення серйозних екзистенційних питань, для розв’язання яких суспільство пропонує малоефективні засоби.

Арт - терапія – це спроба серйозно поставитися до себе й знайти творчий шлях до гармонії.



Бібліотерапія

Бібліотерапія – це лікування людини словом, книгою. Вона займається вивченням особливостей читацького сприйняття під час хвороби і розробкою способів психологічної корекції за допомогою спеціально підібраної літератури.

- Початок лікування книгою вперше заклали церковні бібліотеки, в яких зберігалися видання релігійного змісту, що приносили віруючим заспокоєння і надію.
- В епоху Відродження книги стали більш доступними широкому колу читачів, і лікарі почали використовувати їх з лікувальною метою.
- Офіційно термін „бібліотерапія” було визнано у 1916 році Асоціацією бібліотек США.

Отже, бібліотерапія - це область діяльності, спрямована на формування у людини навичок і здатності протистояти неординарним ситуаціям (хворобам, стресам, депресіям та ін.), зміцнювати силу волі, підвищувати інтелектуальний та освітній рівень.



ДРАМАТЕРАПІЯ

- **ДРАМАТЕРАПІЯ** - це напрямок арт-терапії, де використовується такий поширений технічний прийом, як драматизація, тобто розігрування будь-якого сюжету.
- Театр історично створювався як терапевтична дія (теорія катарсису Аристотеля). Театральна вистава була надзвичайно сильною по емоційному впливу. Драма як психотерапевтичне дійство почалося з кінця 19 ст., коли стали виникати психотерапевтичні театри в Німеччині, Австрії, США, Росії, Франції.
- Драматерапія – це завжди гра, тобто вид діяльності, орієнтований на процес і на задоволення в цьому процесі.
- Сила і глибина впливу цього напрямку арт-терапії пов'язана зі здатністю висловлювати події і переживання яскраво, ясно, точно. Це дає можливість згадувати і переживати інакше певні життєві події, подивитися на них іншими очима.
- Існує серйозна різниця між драматерапією і психодрамою. Вона полягає в тому, що психодрама використовує для драматизації конкретний біографічний матеріал, а драматерапія не фокусується на реальному житті людини.



ОРІГАМІ

Орігамі називають «технологією ХХІ століття» і використовують в конструюванні, математиці, архітектурі, технічному та художньому дизайні, педагогіці та арт-терапії.

Орігамі несе в собі потужний потенціал для всебічного розвитку людини: його логічного і образного мислення, пам'яті, концентрації уваги, вмінню спілкуватися, естетичного смаку, інтелекту в цілому.





Пісочна терапія

«Шлях, по якому повинен слідувати потік життя, написаний на піску». (Китайська мудрість).

- Автор методу "Пісочної терапії", швейцарський аналітик Дора Кальфф (Dora Kalff), вважає що «Картина на піску може бути зрозуміла як тривимірне зображення якогось аспекту душевного стану. Неусвідомлена проблема розігрується в пісочниці, подібно драмі. Конфлікт переноситься з внутрішнього світу в зовнішній і робиться зримим».

Dora Kalff є автором книги "Sandplay". (Boston: Sigo Press, 1980). У книзі описані випадки з практики.

- Пісочна терапія в контексті арт-терапії являє собою невербальну форму психокорекції, де основний акцент робиться на творчому самовираженні людини.
- Пісок, в сукупності, звичайно, з іншими природними складовими, допомагає зняти напругу, відновити гармонію, знайти рівновагу.
- Пісок вміє передавати і пластичність, текучість. Він здатний зберігати задану форму, не втрачаючи її. У цьому головна особливість піску як матерії, і як матеріалу для творчості і самореалізації.

Продукт арт-терапії



- Спільна участь у художній діяльності може сприяти створенню відносин емпатії і взаємного прийняття, розвинути почуття внутрішнього контролю.
- Робота над малюнками, картинами або ліпленням передбачає упорядкування кольору і форм, концентрує увагу на відчуттях і почуттях.
- Заняття образотворчим мистецтвом створює багаті можливості для експериментування з кінестетичними і зоровими відчуттями, розвиває здатність до їх сприйняття, розвиває художні здібності та підвищує самооцінку.
- Сприятливим продуктом арт-терапії є почуття задоволення, яке виникає в результаті виявлення прихованих талантів та їх розвитку.

Значення і результати Арт-терапії

Арт-терапія:

- Забезпечує ефективне емоційне усвідомлення, надає йому (навіть у випадку агресивного прояву) соціально прийнятні, допустимі форми.
- Полегшує процес комунікації для замкнених, сором'язливих або слабоорієнтованих на спілкування клієнтів. Дає можливість невербального контакту (опосередкованого продуктом арттерапії), сприяє подоланню комунікативних бар'єрів і психологічних захистів.
- Створює сприятливі умови для розвитку довільності і здатності до саморегуляції. Ці умови забезпечуються за рахунок того, що образотворча діяльність вимагає планування і регулювання діяльності на шляху досягнення мети.
- Чинить додатковий вплив на усвідомлення клієнтом своїх почуттів, переживань і емоційних станів, створює передумови для регуляції емоційних станів та реакцій..
- Істотно підвищує особистісну цінність, сприяє формуванню позитивної "Я-концепції" і підвищує впевненість в собі за рахунок соціального визнання цінності продукту, створеного клієнтом.

Зцілена ГАЛАтея

Дружина Сальвадора Далі Олена Дьяконова, або «прекрасна Га́ла», вижила саме завдяки живопису! Коли юна Олена приїхала на лікування в одну з туберкульозних клінік Швейцарії, її красою був вражений тоді ще початкуючий поет Поль Елюар. Він постійно малював худорляву дівчину, і її хвороба почала потроху вщухати.

Наступним «цілителем» Дьяконової став сюрреаліст Макс Ернст. Лікарі були вражені- жінка, яка повинна була померти, відчувала себе все краще і краще.

У 40 років Олена Дьяконова вийшла заміж за знаменитого Сальвадора Далі, який теж малював свою музу мало не кожен день, щоправда, молодого, без зморшок і сивини.

Га́ла померла у віці 88 років, і на пам'ять про неї залишилося безліч портретів, які продовжили її життя у віках.



Цікаві факти про музику і танці

- В XIV столітті Західну Європу охопила грандіозна епідемія знаменитого віттового танцю. По вулицях міст і селищ бродили натовпи несамовито танцюючих, біснуватих людей, які вигукували нечленороздільні звуки, непристойності і богохульства, падали з піною біля рота. Епідемія швидко припинялася лише там, де владі вдавалося вчасно закликати музикантів-інструменталістів, що грали повільну спокійну, заспокійливу музику.
- У XVI столітті в Італії, населення кількох великих провінцій охопила надзвичайна психічна епідемія. Тисячі людей впадали в глибоке заціпеніння, застигали нерухомо, переставали їсти і пити. Всі ці люди були одержимі переконанням, що вони отруєні тарантулом. Зі стану заціпеніння хворих виводила тільки особлива танцювальна музика, починалася з дуже повільного ритму і поступово ставала швидшою до шаленого танцю. Від неї і відбулась відома всьому світу тарантела, панатейський танець. (Біля 4 ст. до н. е.)



Список рекомендованої літератури

- Богута, Х. Р. Досвід застосування арттерапії і умовах психіатричного стаціонару / Х. Р. Богута, О. О. Фільц, Ю. П. Закаль // Форум психіатрії і психотерапії. - Львів, 2000. - Т.2. - С. 42-44.

- Копытин, А. И. Некоторые проблемы использования арт-терапии в психиатрии / А. И. Копытин // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. - 2004. - Т. 104 № 5. - С. 77-82.

В Бутике "Арт-Галерея Даями Моралес" всегда праздник. Праздник искусства // Новая Медицина Тысячелетия. - 2011. - № 4. - С. 40-51.

Сахно, С. Г. Психосоціальний напрям арт-терапії, застосований психіатричними службами в Україні / С. Г. Сахно // Мистецтво лікування. - 2013. - № 9/10. - С. 64-65.

АРТ-терапія: від світового досвіду до національних пріоритетів / Н. А. Гайструк [та ін.] // Мистецтво лікування. - 2014. - № 2. - С. 57-60.

Зайцев, С. В. Позитивний досвід використання арт-терапевтичної техніки «Зобрази- свою хворобу» з метою зміни внутрішньої картини хвороби: я і моя недуга / С. В. Зайцев // Фітотерапія. Часопис. - 2014. - № 3. - С. 84-86.

Каяшева, О. И. Техники арт-терапии в психологическом консультировании клиентов / О. И. Каяшева // Психология в вузе. - 2014. - № 4. - С. 127-134.

Попкова, Г. Г. Арт-терапия в психологической реабилитации детей, больных туберкулезом / Г. Г. Попкова, В. А. Силантьева // Туберкулез и болезни легких. - 2014. - № 8. - С. 88.

Арт-терапія як ефективний метод реабілітації пацієнтів із захворюваннями психіки // НейроNEWS. - 2015. - № 10. - С. 6-10.

- Копытин, А. И. Некоторые проблемы использования арт-терапии в психиатрии / А. И. Копытин // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. - 2004. - Т. 104 № 5. - С. 77-82.

- Садовий, І. Мистецтво, здатне лікувати душі / І. Садовий // Фармацевт практик. - 2008. - № 4. - С. 95-97.

Миткевич, В. А. Социально-психологическая адаптация детей и подростков с невротическими расстройствами с применением творческих методов психотерапии / В. А. Миткевич, А. Г. Соловьев, П. И. Сидоров // Медико-социальная экспертиза и реабилитация. - 2008. - № 4. - С. 6-8.

Кривуца, Н. Жизнь - это праздник / Н. Кривуца, В. Федько // Новая Медицина Тысячелетия. - 2011. - № 3. - С. 35-43.

Гасан-заде, Л.А. Кукольный театр как метод психосоциальной реабилитации в психиатрической практике / Л. А. Гасан-заде, И. Р. Эфендиев // НейроNews. - 2013. - № 10. - С. 14-16.

АРТ-терапія: від світового досвіду до національних пріоритетів [Текст] / Н. А. Гайструк [та ін.] // Мистецтво лікування. - 2014. - № 2. - С. 57-60

Каяшева, О. И. Техники арт-терапии в психологическом консультировании клиентов / О. И. Каяшева // Психология в вузе. - 2014. - № 4. - С. 127-134.

Попкова, Г. Г Арт-терапия в психологической реабилитации детей, больных туберкулезом / Г. Г Попкова, В. А. Силантьева // Туберкулез и болезни легких. - 2014. - № 8. - С. 88.

Арт-терапія як ефективний метод реабілітації пацієнтів із захворюваннями психіки // НейроNEWS. - 2015. - № 10. - С. 6-10.

Дедишина, Л. Бачити, чути, жити... / Л. Дедишина // Фармацевт-практик. - 2015. - № 12. - С. 20-21.

Захаров, Н. Б. Театр-терапия как метод реабилитации больных шизофренией / Н. Б. Захаров, М. В. Злоказова, А. Г. Соловьев // Медико-социальная экспертиза и реабилитация / Из-во "Медицина". - М. : Медицина, 2015. - № 1. - С. 50-54.

- **Арттерапия** [Электронный ресурс] : интернет-ресурс. - Электрон. текстовые дан. - 42 с. + 356 Кб.
- **Арт-терапия** [Электронный ресурс] / сост., ред. А. И. Копытин. - Электрон. текстовые дан. - Санкт-Петербург : Питер, 2001. - 320 с. : ил. + 2,573 Кб. - (Хрестоматия по психологии).
- **Медведева, Е. А.** Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании [Электронный ресурс] : учеб. для вузов / Е. А. Медведева, И. Ю. Левченко, Л. Н. Комиссарова, Т. А. Добровольская. - Электрон. текстовые дан. - Москва : Академия, 2001. - 248 с. + 1,317 Кб.
- **Практикум по арт-терапии** [Электронный ресурс] / ред. А. И. Копытин. - Электрон. текстовые дан. - Санкт-Петербург : Питер, 2001. - 448 с. : ил. + 15,226 Кб. - (Практикум по психологии).
- **Сусанина, И.** Введение в арт-терапию [Электронный ресурс] / И. Сусанина. - Электрон. текстовые дан. - 16 с. + 126 Кб.
- **Ферс, Г. Ф.** Тайный мир рисунка. Исцеление через искусство [Электронный ресурс] : учебное пособие / Г. Ф. Ферс. - Электрон. текстовые дан. - СПб. : Дементра, 2003. - 176 с. : ил. + 1,537 Кб.

