

# **Арт-терапия в работе со взрослыми людьми**

**Зинаида Левина**

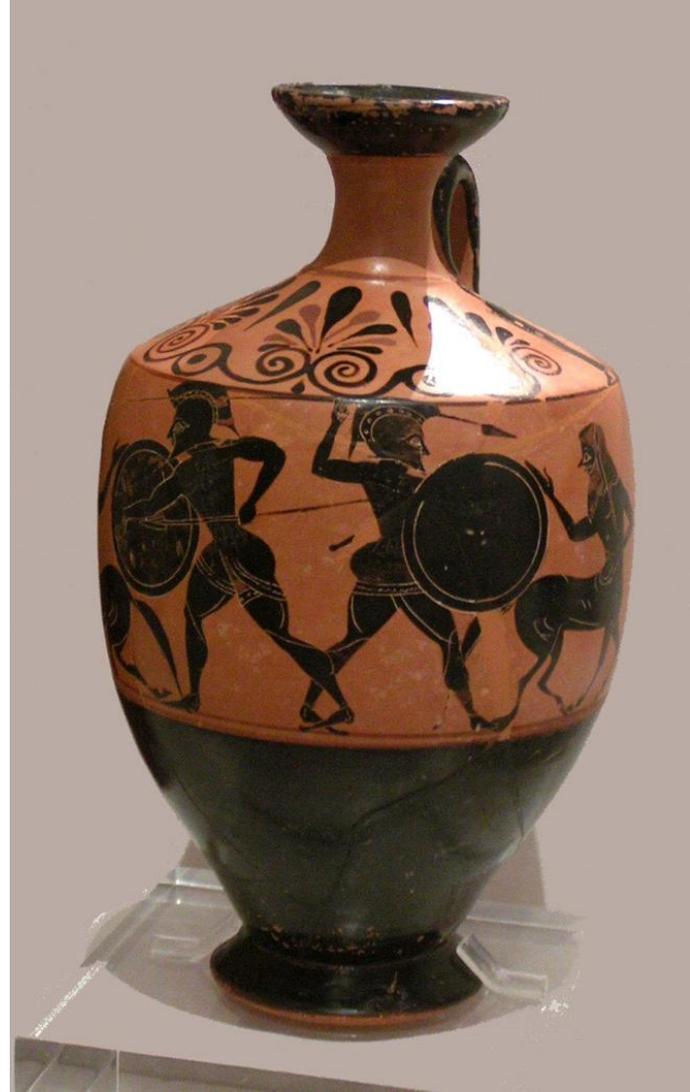
# Зачем человеку искусство?

*Желание изображать мир и свой опыт в этом мире внутренне присуще человеческой природе.*

**Человек начал рисовать  
гораздо раньше, чем писать.**



В прежние времена искусство было неотделимо от повседневности.



# Арт терапия как направление помощи

Термин «арт-терапия» (буквально: лечение искусством) ввел в употребление художник Адриан Хилл в 1938 году.

В начале своего развития арт-терапия отражала психоаналитические взгляды З. Фрейда и К. Г. Юнга, по которым конечный продукт художественной деятельности клиента (будь то рисунок, скульптура, инсталляция) выражает его неосознаваемые психические процессы.

## Что происходит при занятиях арттерапией

- *Воздействие на психическую жизнь человека*
- *Физиологическая реакция организма*

# На чем основана арт-терапия

В середине 1950-х гг. швейцарский ученый Макс Люшер составил оригинальный цветовой тест. После многих экспериментов из 4500 тонов и оттенков были выбраны цвета, наиболее ярко влияющие на физиологию и психологию человека. Исследования, проведенные Люшером, показали, что цвет может изменить функции некоторых систем человеческого организма. Например, наблюдение **оранжево-красного цвета увеличивает частоту пульса, дыхания, давление крови и в общем оказывает возбуждающее действие.** **Темно-синий цвет, напротив, приносит успокоение.** По мнению психологов, «язык» цветов универсален, он действует независимо от религии и национальности.

# Занимаясь живописью, человек получает:

- *Возможность выразить свои чувства*
- *Возможность описать свой жизненный опыт невербальным способом*
- *Возможность расширить свою эмоциональную жизнь*
- *Возможность пережить радость творчества*







Арт-терапия - это индивидуально подобранные способы и формы занятия искусством.

Изо-терапия - это работа в области изобразительных искусств.

# Послойная живопись: Свет, Цвет, Тьма

Создатель этого метода арттерапии -

Лиана Колло д'Эрбуа (1907 – 1999).

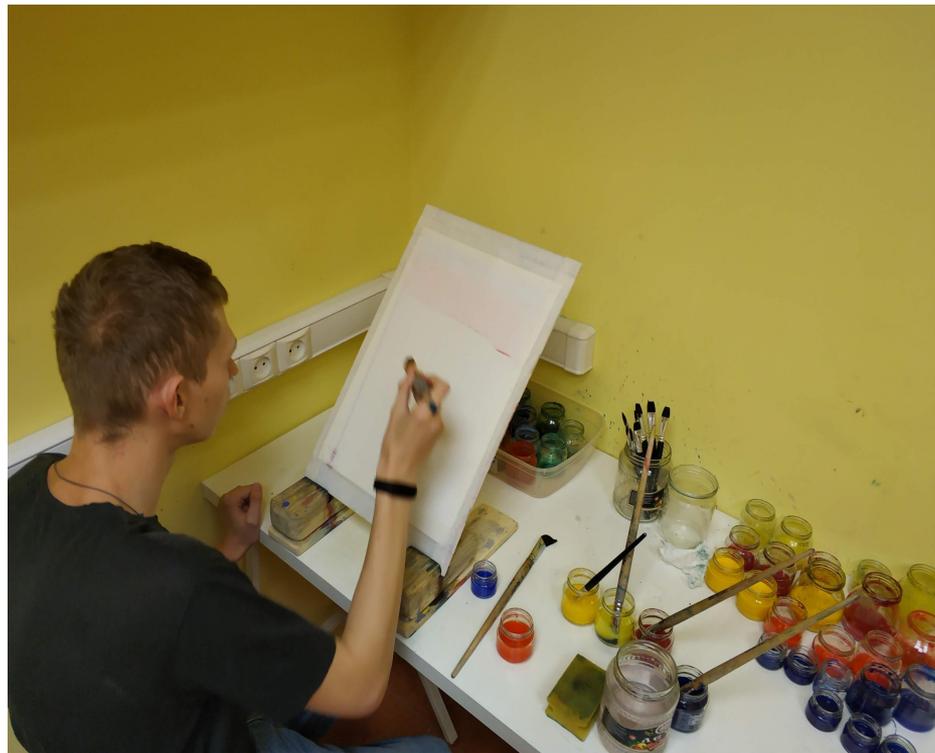
*“Основа всего, что я могу сказать, состоит из двух представлений:*

*космическое триединство света, цвета и тьмы,*

*и человек, как микрокосмическое триединство духа, души и тела”*

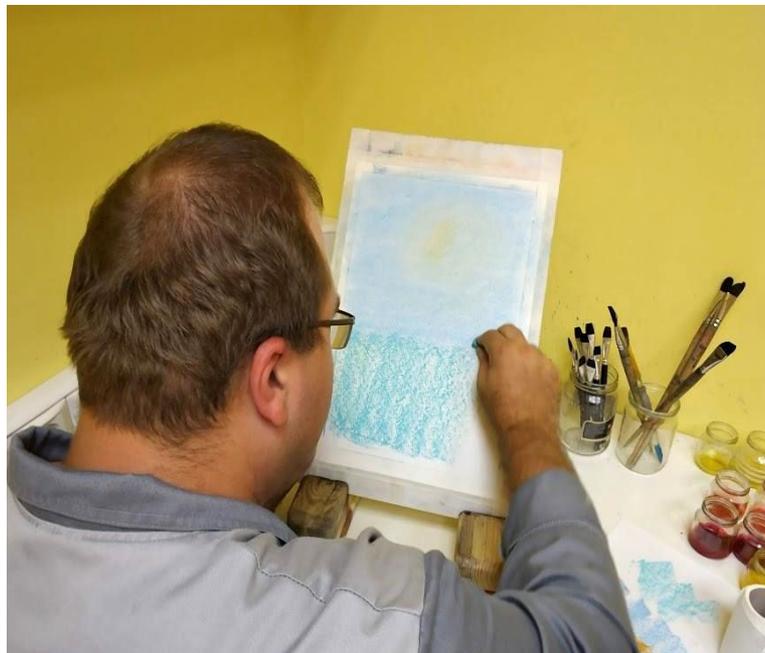


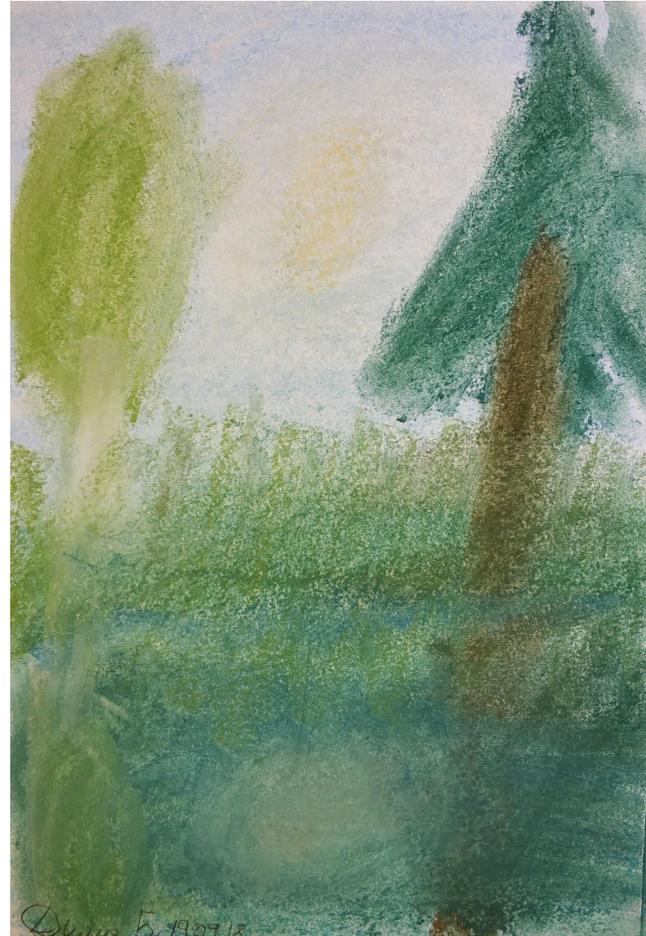
*Страх “чистого листа” и страх выбора:  
люди с РАС: от очень бледного к яркому и сформированному*





*Если не хватает формы и чувствительности: пастель и отражение*



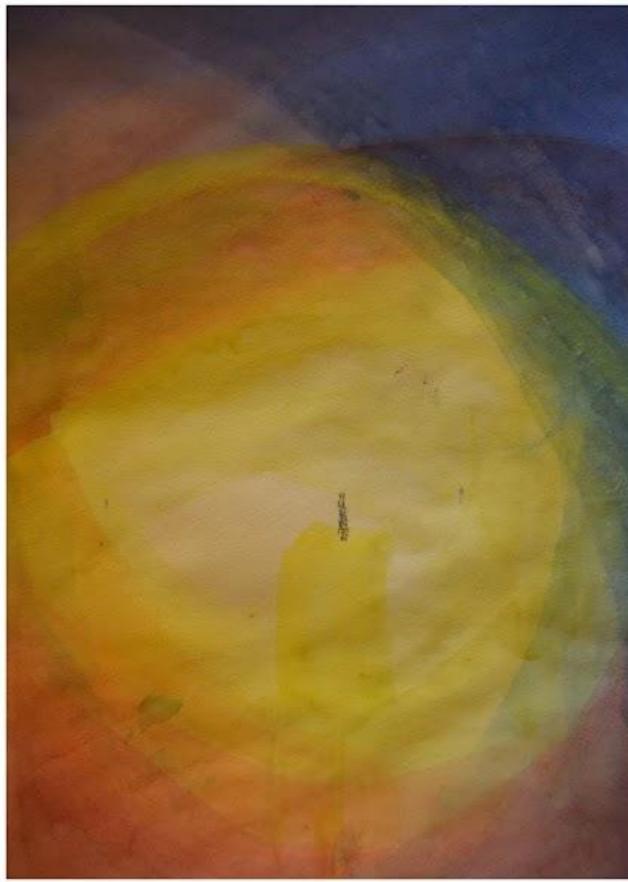


*Если вам трудно дышать: радуга*



# Некоторые результаты

*Слева: СВЕЧА*



*Справа: СКАЗКА*



Кому полезна арттерапия?

*Всем!!!*