

***Элементы
АРТ-ТЕРАПИИ
в семейном
воспитании***

Арт-терапия

- метод психотерапии, использующий для лечения и психокоррекции художественные приёмы и творчество, такие как рисование, лепка, музыка, фотография, кинофильмы, книги, актёрское мастерство, создание историй и многое другое.

**Арт-терапия – совокупность
психокоррекционных методик для
психологической помощи детям**

Арт-терапия

**– один из самых мягких
и в то же время глубоких методов в
арсенале психологов и педагогов.**

Спектр проблем, при решении которых могут быть использованы техники арт-терапии

- внутри- и межличностные конфликты,
- кризисные состояния
- экзистенциальные и возрастные кризисы
- травмы
- потери
- постсрессовые расстройства
- невротические расстройства
- психосоматические расстройства
- развитие креативности
- развитие целостности личности
- обнаружение личностных смыслов через творчество
- многое другое

ВИДЫ АРТ-ТЕРАПИИ

- Библиотерпия
- Сказкотерапия
- Музыкотерапия
- Цветотерапия
- Фототерапия
- Игротерапия
- Драматерапия
- Изотерапия, рисунок
- Работа с глиной
- Песочная терапия
- Видеотерапия
- Маскотерапия
- Оригами
- Изотерапия, рисунок

Цели и задачи арт-терапии

- ◆ Диагностическая
- ◆ Коррекционная
- ◆ Стрессотерапевтическая
- ◆ Релаксирующая
- ◆ Регулятивная
- ◆ Лечебная
- ◆ Катарсическая
- ◆ Гармонизирующая
- ◆ Развивающая
- ◆ Креативогенная
- ◆ Самовыражение
- ◆ Коммуникативная
- ◆ Социализирующая

Области применения арт-терапии

-  Психология
-  Педагогика
-  Психиатрия
-  Образование
-  Воспитание
-  Здоровьесберегающие технологии
-  Социальная сфера
-  Сфера бизнеса

Сказкотерапия

- Сказкотерапия - это инструмент передачи опыта «из уст в уста»
- Сказкотерапия — это способ передачи ребенку необходимых моральных норм и правил
- Сказкотерапия - это инструмент развития.
- В процессе слушания, придумывания и обсуждения сказки у ребенка развиваются необходимые для эффективного существования фантазия, творчество
- Сказкотерапия – метод психотерапии.
- Работа со сказкой направлена непосредственно на лечение и помощь ребенку. Родители , используя сказку, создают условия, в которых ребенок работая со сказкой (читая, придумывая, разыгрывая, продолжая), находит решения своих жизненных трудностей и проблем. Возможны как групповые, так и индивидуальные формы работы.



Музыкотерапия

Музыкотерапия — это лечение и коррекция состояний физического и психического здоровья с помощью музыки.

Музыка вызывает различные терапевтические эффекты.

Ее можно использовать для влияния на самочувствие человека.

Различают групповую и индивидуальную музыкотерапию.



Цветотерапия

Это эффективный метод воздействия цветом на наш организм с целью восстановления его нормальной жизнедеятельности. Учеными доказано, что цвет вызывает определенные биохимические реакции в человеческих тканях, стимулирует различные железы и некоторые отделы головного мозга, в том числе и гипофиз. Последний стимулирует выработку целого ряда гормонов, которые отвечают за обмен веществ, сон, аппетит, наше эмоциональное состояние, сексуальное возбуждение и пр. Иначе говоря, то, как мы себя чувствуем, во многом зависит от цветов, которыми мы окружены. Поэтому медицина научилась использовать цвета во благо – для благотворного влияния на наше здоровье.





Азбука цвета

Лечение цветом

- *Теперь вы ознакомитесь с методом использования исцеляющих цветов. Цвета радуги, видимой на небе, похожи на исцеляющие цветовые вибрации, идущие из небесных сфер. Исцеляющие цвета, однако, имеют гораздо более высокие вибрации, нежели цвета радуги разной частоты. Мы рассмотрим действие каждой из этих особых энергий в порядке возрастания частоты вибраций*

Белый

- Несет положительный заряд добра и удачи. Цвет дарит силу, энергию, выравнивает настроение и исцеляет от недугов.
- Оказывает лечебное воздействие на центральную нервную систему и способствует очищению организма от шлаков.

Красный

- Излучает тепло, оказывает возбуждающее действие на нервную систему. Он улучшает обменные процессы в организме, ускоряет кровообращение, нормализует пониженное кровяное давление, сердечную деятельность и повышает иммунитет. Используется для лечения ветряной оспы, скарлатины, кори, гнойных ран и дерматологических заболеваний. Переизбыток цвета может вызвать перевозбуждение, головную боль, усталость и покраснение глаз. Цвет противопоказан тучным, раздражительным и легко возбудимым людям.

Оранжевый

- Этот исцеляющий цвет вибрирует на чуть более высокой частоте, чем красный. Его температура — от очень теплого до средней теплоты. Если вы можете представить себе оранжевый цвет радуги или светового спектра, вы можете понять, как выглядит этот цвет.
- Этот исцеляющий цвет важен для борьбы с воспалениями, раздражениями и нарушениями двигательной функции. Он особенно полезен для улучшения внутреннего самочувствия. Как и в случае с красным, этот исцеляющий цвет не может использоваться для излечения серьезных болезней. Он оказывает непостоянное, кратковременное воздействие на человека.

Желтый

- Исцеляющий желтый цвет вибрирует на частоте, более высокой, чем оранжевый, это свечение несет в себе более высокий целительский потенциал. Оно имеет очаровательный светло-желтый оттенок, близкий к цвету желтого тюльпана или солнечного света.
- Энергия исцеляющего цвета может ощущаться как слегка теплая. Его применение особенно полезно при лечении инфекций, простуд и общем очищении лимфатической системы. Цвет помогает восстановить иммунную систему. Он помогает также при лечении нарушений кровообращения. Желтый цвет оказывает более долгосрочное воздействие на человека, чем оранжевая целительная энергия, однако не может использоваться как постоянно действующий фактор.

Зеленый

- Этот исцеляющий цвет имеет высокую частоту вибрации и является истинной целительной энергией. Это свечение имеет светло-зеленый цвет весенней молодой листвы. Его сильная исцеляющая цветовая вибрация может быть использована во всех типах целительства.
- Исцеляющий зеленый цвет очень полезен при лечении рака, артритов приступов боли, нарушений иммунной системы и общих заболеваний. Пациентами, испытывающими на себе ее воздействие, она воспринимается как ощущение между прохладой и легким теплом. Этот особый исцеляющий цвет оказывает если не постоянный, то долгосрочный лечебный эффект.

Голубой

- Исцеляющий голубой содержит очень высокую частоту вибрации. Действуя мягче, он тем не менее отзывается сильнее зеленого исцеляющего цвета. Этот оттенок голубой цвет неба летним днем.
- Целительное свечение несет с собой ощущение успокаивающей свежести. Если вы можете представить себе прохладную воду, мягко стекающую по вашей коже, вы можете понять, на что похожи эти ощущения. Как истинный и сильный исцеляющий цвет, голубой полезен при лечении всех заболеваний и нарушений, включая рак. Цвет используется для приведения в равновесие.
- Эндокринной системы. Он оказывает успокаивающее действие на тело и эмоции.
- Голубой цвет оказывает длительное, если не постоянное воздействие на человека. Посвященные или духовно просветленные люди используют этот удивительный исцеляющий цвет.

Синий (индиго)

- Индиго, или синий, исцеляющий цвет вибрирует на экстремально высокой частоте. Несмотря на то что он несет более высокие вибрации, чем такие целительные цвета, как голубой и зеленый, обычно он не используется для лечения болезней.
- Он больше связан с наращиванием силы разума и в меньшей степени с расширением физических способностей.
- Высокая вибрация данного цвета помогает очистить ум и сделать его острее. На физическом уровне исцеляющий индиго, или синий, очень положительно воздействует на нервы, клетки и мышцы тела.
- Когда этот цвет задействуется в энергетической работе, он посылает омолаживающую энергию в эти части человеческого организма. Этот цвет ощущается как очень прохладный.
- Люди, способные видеть ауру и исцелять интуитивно, могут воспринимать его как насыщенный синий, похожий на цвет океана.

Фиолетовый (цвет заходящего солнца)

- Фиолетовый исцеляющий цвет имеет еще большую частоту вибрации, чем синий. Представляя собой истинную целительную энергию, он обладает способностью исцелять скорее человеческую душу, нежели физическое тело.
- Следует напомнить, что процедура исцеления воздействует на ум, тело и душу одновременно. Это особый цвет, который вибрирует и гармонизируется в унисон с душой. Тот, кто испытывает на себе его воздействие, воспринимает его как очень холодный.
- Оттенок или тон этого исцеляющего свечения в действительности воспринимается как цвет, похожий на пурпурное свечение заката. Это сильная энергия, которая может вызывать ощущение покалывания по всей голове человека.
- Цвет стимулирует развитие духовности

Золотой

- Золотой цвет имеет чуть более высокую частоту вибрации, чем фиолетовый. Для того чтобы представить себе, как выглядят исцеляющие цвета, здесь использовался световой спектр и цвета радуги.
- Золотой — это дополнительный цвет. Это происходит, если человек сильнее раскрывается психически и духовно. Золотое свечение помогает людям достичь просветления и ведет к более глубокому пониманию таинства жизни.
- Человек, работающий с данным исцеляющим цветом, может ощущать его и как теплую, и как холодную энергию, текущую по голове и иногда сквозь тело.
- Эта целительная энергия повышает тонус человека

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!