



Естетотерапія



ВИДИ ЕСТЕТОТЕРАПІЇ

- ❖ Природними засобами
- ❖ Мистецькими засобами

❖Розвиток душі.

❖Підвищення рівня усвідомленості подій. (Цікавий сюжет казки може викликати серйозні роздуми дитини про життя.)

❖Отримання знань про закони життя та варіанти соціального прояву творчої сили людини.

❖Використовування «Ресурсу недоліків»: бачення зворотного боку проблеми. Наприклад: жадоба — щедрість, боягузливість — хоробрість тощо.

❖Пробудження Віри (а не надії): тому що щира віра в успіх призводить до результату, тоді як надія спонукає лише до пасивного очікування на цей результат!

КАЗКОТЕРАПІЯ



ЛЯЛКОТЕРАПІЯ



- розвивати дрібну моторику руки («мануальний інтелект»);
- розвивати фантазію та образне мислення;
- розвивати вміння малими засобами виражати характер;
- розвивати здатність тонко відчувати інших; та те, що відбувається навколо;
- розвивати здатність до концентрації уваги;
- зміцнити зв'язок Дитина – Фахівець - Батьки.

- ❖ естетизація та гармонізація педагогічно-корекційного середовища;
- ❖ сприяння розвитку комунікативності;
- ❖ розвиток творчої уяви та фантазії;
- ❖ релаксація психологічного тону;
- ❖ розвиток емоційної сфери;
- ❖ розвиток почуття колективізму;
- ❖ розвиток естетичних потреб.

МУЗИКОТЕРАПІЯ



- ❖ фокусування/актуалізації (оживлення спогадів та повторне їх переживання);
- ❖ стимулювання (при роботі з фотографією відбувається активізація різних сенсорних систем — зір, кінестетика, тактильна чутливість тощо);
- ❖ організація (інтегрування) (координація різних сенсорних систем, поява різних асоціацій);
- ❖ об'єктивація (здатність фотографії робити видимими переживання та особистісні прояви людини, що відображаються у зовнішності та вчинках);
- ❖ відображення динаміки зовнішніх та внутрішніх змін (якщо маємо достатню кількість знімків для ретроспективного аналізу);
- ❖ смислоутворююча (здатність фотографії допомогти людині побачити смисл вчинків та переживань);
- ❖ деконструювання (звільнення людини від неправильних, «сконструйованих» значень та формування нової системи значень);
- ❖ рефреймінга та реорганізація (використання фотоколажа та фотомонтажу);
- ❖ утримування (контейнірування) (фотографія здатна «утримувати» почуття від їх підсвідомого відреагування у реальності; ідея сублимації);
- ❖ експресивно-катарсична (емоційне очищення, звільнення від важких переживань);
- ❖ захисна (забезпечує дистанціювання від травматичних переживань, певний ступень контролю над ними, саме людина може визначити момент, у який знімки можуть бути показані).

ФОТОТЕРАПІЯ



- ❖ Встановлення позитивних стосунків з дитиною.
- ❖ Прояв широкого спектру почуттів.
- ❖ Відпрацювання досвіду реального життя дитини.
- ❖ Практична перевірка дитиною обмежень (просторових, предметно-маніпуляційних, морально-етичних тощо).
- ❖ Розвиток у дитини позитивного «Я».
- ❖ Розвиток самопізнання.
- ❖ Можливість розвитку у дитини самоконтролю.

ІГРОВА ТЕРАПІЯ



- ❖ проєктивна діагностика;
- ❖ психокорекція та психотерапія;
- ❖ психопрофілактика;
- ❖ навчання.

ПІСОЧНА ТЕРАПІЯ



напрями арттерапевтичної роботи з використанням
пісенного фольклору:

- ❖ діагностика;
- ❖ розвиток комунікативної сфери (підтримка у групі);
- ❖ корекція небажаних рис особистості;
- ❖ дихальна практика та здоров'я;
- ❖ лікування звуком та вокалом;
- ❖ емоційні скиди;
- ❖ танцювально-рухова терапія;
- ❖ тілесна терапія;
- ❖ драмотерапія;
- ❖ кольоротерапія;
- ❖ костюмотерапія;
- ❖ лікування пізнанням тайни.

ФОЛЬКЛОРНА АРТТЕРАПІЯ



ХОРЕОТЕРАПІЯ ТА ФОРМОКОРЕКЦІЙНА РИТМОПЛАСТИКА

- ❖ зайнятість, підвищення рухової активності;
- ❖ комунікативний тренінг та організація соціотерапевтичного спілкування;
- ❖ отримання діагностичного матеріалу для аналізу та самопізнання;
- ❖ «розкріпачення» та зростання ЛЮДИНИ.



❖ У ритуальних релігійних
дійствах простежуються
елементи групової психотерапії,
релаксації, катарсису та інше.
Причому, якщо мета
психотерапії — це зцілення
душі, то метою релігії стає її
врятування

ПРАВОСЛАВНА ПСИХОТЕРАПІЯ



ЛОГОТЕРАПІЯ (від давньогрецьк. — logos — смисл) — це вид естетотерапії, спрямований на те, щоб надати духовного змісту, з'ясувати сенс життя людині, яка втратила його, звернути увагу на справжні моральні та культурні цінності життя.

- ❖ У цінності творчості (мають пріоритетне значення, базуються на праці);
- ❖ У цінності переживання (наприклад: кохання);
- ❖ У цінності відношення (як усвідомлене ставлення до об'єктивної реальності).

ЛОГОТЕРАПІЯ



Основними принципами у гештальттерапії є:

- ❖ Принцип «зараз» — це функціональна концепція того, що та як робить індивід у даний момент.
- ❖ Принцип «я-ти» передбачає прагнення до відкритого та безпосереднього контакту між людьми. Адже пряма конфронтація мобілізує афект та живість переживання.
- ❖ Принцип суб'єктивізації висловлювань.
- ❖ Континуум свідомості — концентрація на спонтанному потоці змісту переживань, метод підведення індивіда до безпосереднього переживання та відмови від вербалізацій та інтерпретацій, одне з центральних понять гештальттерапії

ГЕШТАЛЬТТЕРАПІЯ



- ❖ відвідування диско клубів;
- ❖ У прибирання (ремонт) помешкання;
- ❖ У приготування їжі;
- ❖ У катання на автомобілі (міському транспорті); У прогулянка по місту (з друзями або наодинці);
- ❖ читання улюблених поетів (письменників);
- ❖ перегляд фотографій;
- ❖ телефонне спілкування з друзями;
- ❖ співи;
- ❖ слухання улюбленої музики;
- ❖ перебування на самоті та споглядання й обдумування;
- ❖ сльозотерапія (у дівчат);
- ❖ заняття спортом;
- ❖ шопінг;
- ❖ перегляд телевізійних передач, фільмів

ХОБІ-ТЕРАПІЯ



ТЕРАПІЯ КОЛЬОРОМ



❖ позитивний емоційний вплив

(невербальна сугестія);

❖ седативний;

❖ відволікаючий;

❖ активізуючий та

❖ катарсичний ефекти;

❖ естетичний вплив (як
найголовніший):

НАТУРПСИХОТЕРАПІЯ



водна терапія;

аеротерапія;

пісочна терапія;

літотерапія;

ланшафтотерапія;

анімалотерапія;

дельфінотерапія;

іпотерапія;

дендротерапія;

смакотерапія;

аромотерапія;

квітковотерапія

БІБЛІОТЕРАПІЯ

До найближчих завдань бібліотерапії відносять:

- ❖ відключення від діючої психотравматичної ситуації («відхід» у книгу);
- ❖ деактуалізація власних, існуючих життєвих переживань (зміна «прейскуранта цінностей» цих переживань);
- ❖ вироблення «ідеалу поведінки» у подальшому.

До віддалених завдань бібліотерапії відносять:

- ❖ вироблення більш оптимістичного погляду на життя;
- ❖ зміна власних реакцій на ситуацію, яка травмує психіку; покращення контакту з людьми — у родині, з друзями, у школі тощо;
- ❖ вироблення важливого вміння постати на точку зору іншої людини та зрозуміти мотиви її вчинків (особистісна децентрація);
- ❖ більш виважене та спокійне ставитися до людей, які тобі неприємні;
- ❖ якщо у житті тобі зустрічаються люди занадто неприємні, від яких ти страждаєш, не поспішай розповсюджувати своє ставлення до них на увесь світ. У світі більше людей хороших, ніж поганих. Шукай їх та вони тобі допоможуть.



- ❖ знімає нервові напруження;
- ❖ допомагає при знятті болю;
- ❖ лікує алергію шкіри;
- ❖ послаблює м'язи шиї та спини;
- ❖ стабілізує роботу серця,
головного мозку та кишечника.

СМІХОТЕРАПІЯ (ГЕЛОТОЛОГІЯ)



- ❖ виявити ритмічні рефлекси;
- ❖ пристосувати організм дитини відповідати на певні подразники (слухові, зорові);
- ❖ встановити рівновагу в діяльності нервової системи дитини, вгальмувати занадто збуджених та розгальмувати загальмованих дітей;
- ❖ урегулювати неправильні та зайві рухи.

Гіляровський В. А. писав про те, що логоритміка, як складова кінезітерапії, впливає

- ❖ на загальний тонус;
- ❖ моторику;
- ❖ настрій;
- ❖ сприяє тренуванню рухливості нервових процесів центральної нервової системи;
- ❖ активізує діяльність кори головного мозку.

КІНЕЗІТЕРАПІЯ



- ❖ серцево-судинні захворювання;
- ❖ гіпертонію;
- ❖ депресії;
- ❖ аутизм;
- ❖ синдром Дауна;
- ❖ враження головного мозку з проявами залежностей або агресивності;
- ❖ самотність або ізоляцію;
- ❖ пригніченість та низьку самооцінку тощо.

АНАМАЛОТЕРАПІЯ



- ❖ кожна мати здатна допомогти дитині подолати важку хворобу: вплив мами на хвору дитину набагато сильніший за дії будь-яких ліків й мікстур;
- ❖ під керівництвом лікаря мати може позбавити малюка страхів, безсоння, заїкуватості та інших нервових захворювань;
- ❖ мати здатна дати дитині установку на щастя — й вона стане щасливою й успішною людиною у житті адже мама любить свого малюка незалежно від того слухняний він чи ні, хворий чи здоровий. її любов до дитини БЕЗУМОВНА!

МАМАТЕРАПІЯ

