



Арт-терапия. Музыкотерапия

Выполнили: Городилов Сергей и Плюснин
Павел, ОРМ-11.

Арт-терапия — направление в психотерапии и психологической коррекции, основанное на искусстве и творчестве. В узком смысле слова, под арт-терапией обычно подразумевается терапия изобразительным творчеством, имеющая целью воздействие на психоэмоциональное состояние пациента.



ВИДЫ АРТ-ТЕРАПИИ:

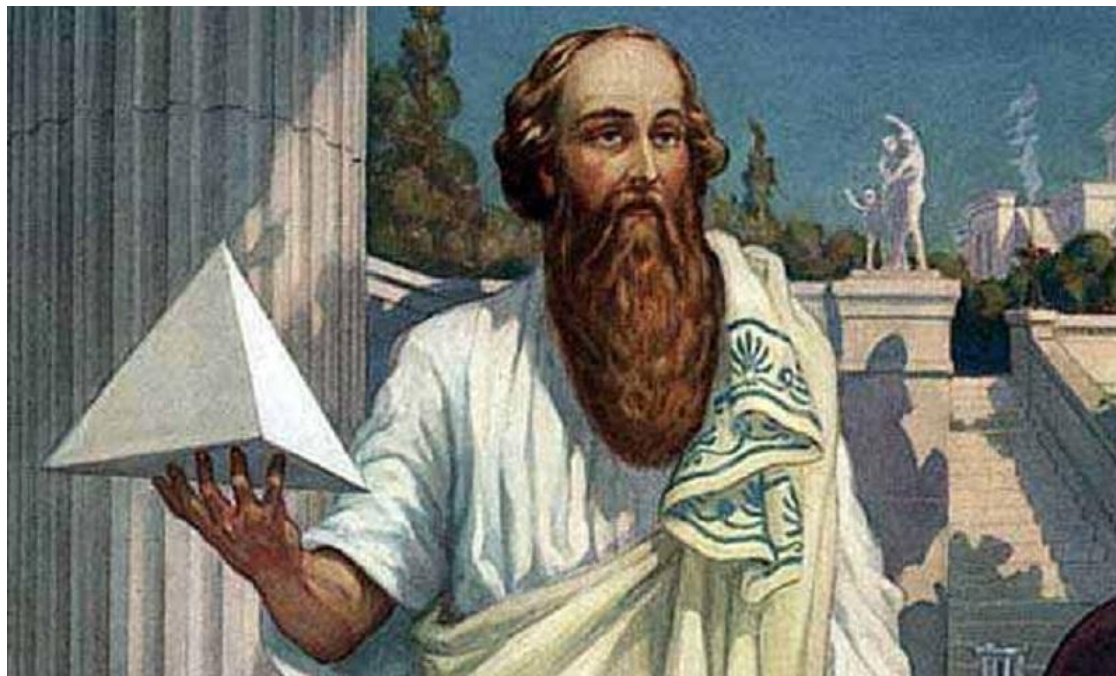
- | | |
|---------------|------------------|
| Музыкотерапия | Коллаж |
| Библиотерапия | Оригами |
| Драмотерапия | Песочная терапия |
| Игротерапия | Цветотерапия |
| Изотерапия | Сказкотерапия |
| Маскотерапия | Фототерапия |
| | Работа с глиной |



Музыкотерапия — психотерапевтический метод, использующий музыку в качестве лечебного средства.



Одним из первооткрывателей музыкотерапии, вернее, тем, кто первым заметил и заявил о лечебных свойствах музыки, был всем известный Пифагор. Именно он обосновал научно целебный эффект музыки. В частности, он утверждал, что музыка подчиняется математике как высшему закону, и восстанавливает в теле человека утраченную гармонию.



Как «работает» музыкотерапия?



Именно ритм оказывает на организм человека наиболее сильное воздействие. Музыкальный ритм 2,2-4 колебаний в секунду очень близок к частоте сердцебиения и дыхания человека. Слушая такую музыку, организм будто бы подстраивается под нее. Тело и музыка звучат в одном ритме, и из-за этого повышается настроение, трудоспособность, улучшается сон, снижается чувствительность к боли, стабилизируется дыхание и работа сердца.

Формы и виды музыкотерапии

Активная музыкотерапия — это воспроизведение музыки с помощью музыкальных инструментов или собственного голоса.



Рецептивная музыкотерапия — это процесс слушания, восприятия музыки с психотерапевтической целью.

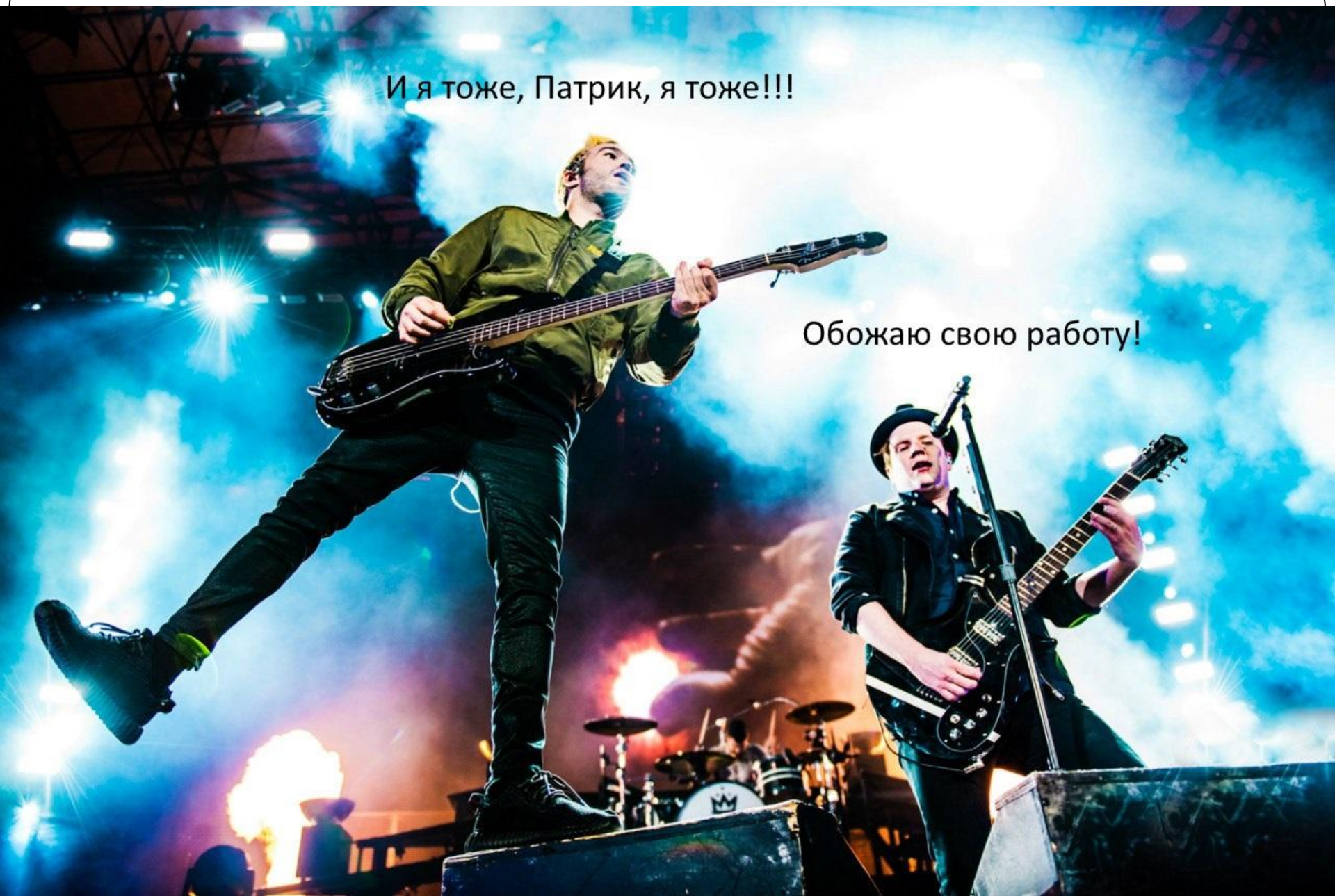


Прислушивайтесь к голосу своей интуиции,
о́кружайте себя хорошей качественной музыкой,



И я тоже, Патрик, я тоже!!!

Обожаю свою работу!





LINKIN PARK

Спасибо за внимание!