

Краўчанка. В. А.

ГАЮЧАЯ МОЦ МАСТАЦТВА

Навуковы кіраўнік ст. выкл. Ратынская Н. В.

Кафедра беларускай і рускай моў

Беларускі дзяржаўны медыцынскі ўніверсітэт, г. Мінск

Арт-тэрапія (лац. *ars* – мастацтва, грэч. *therapeia* – лячэнне) уяўляе сабой методыку лячэння пры дапамозе мастацкай творчасці. Існуюць розныя віды арт-тэрапіі: музыкатэрапія, танцавальная тэрапія, бібліятэрапія, гульнявая тэрапія, фотатэрапія, маскатэрапія, пясочная тэрапія, праца з глінай, відэатэрапія, колератэрапія, тэатральныя пастаноўка (непрафесійная). Методыка арт-тэрапіі можа выкарыстоўвацца як індывідуальна, так і групавымі заняткамі па некалькі чалавек для прафілактыкі і карэкцыі парушэнняў фізічнага і эмацыянальнага здароўя, пры рабоце з групамі рызыкі, з залежнымі людзьмі, з людзьмі, якія перанеслі шокавую траўму ці прымалі ўдзел у ваенных дзеяннях, з дзецьмі, якія маюць псіхічныя адхіленні.

Арт-тэрапія дазваляе чалавеку пазнаваць сябе і навакольны свет. У мастацкай творчасці чалавек увасабляе свае эмоцыі, пачуцці, надзеі, страхі, сумненні і канфлікты. Гэты метада дазваляе прапрацаваць тыя думкі і пачуцці, якія чалавек прывык душыць, і дапамагчы знайсці сацыяльна прымальны выхад як пазітыўным, так і негатыўным пачуццям, вучыць расслабляцца і пазбаўляцца ад негатыўных думак. Адбываецца гэта на несвядомым узроўні.

Прыёмы арт-тэрапіі абапіраюцца на ідэю аб тым, што любы чалавек, як падрыхтаваны, так і не падрыхтаваны, здольны пераўтварыць свае ўнутраныя канфлікты ў візуальныя формы. Арт-тэрапія не ставіць сваёй мэтай зрабіць чалавека мастаком або акцёрам. Яна накіравана, у першую чаргу, на вырашэнне псіхалагічных праблем.