



**V Международная междисциплинарная научно-практическая конференция**

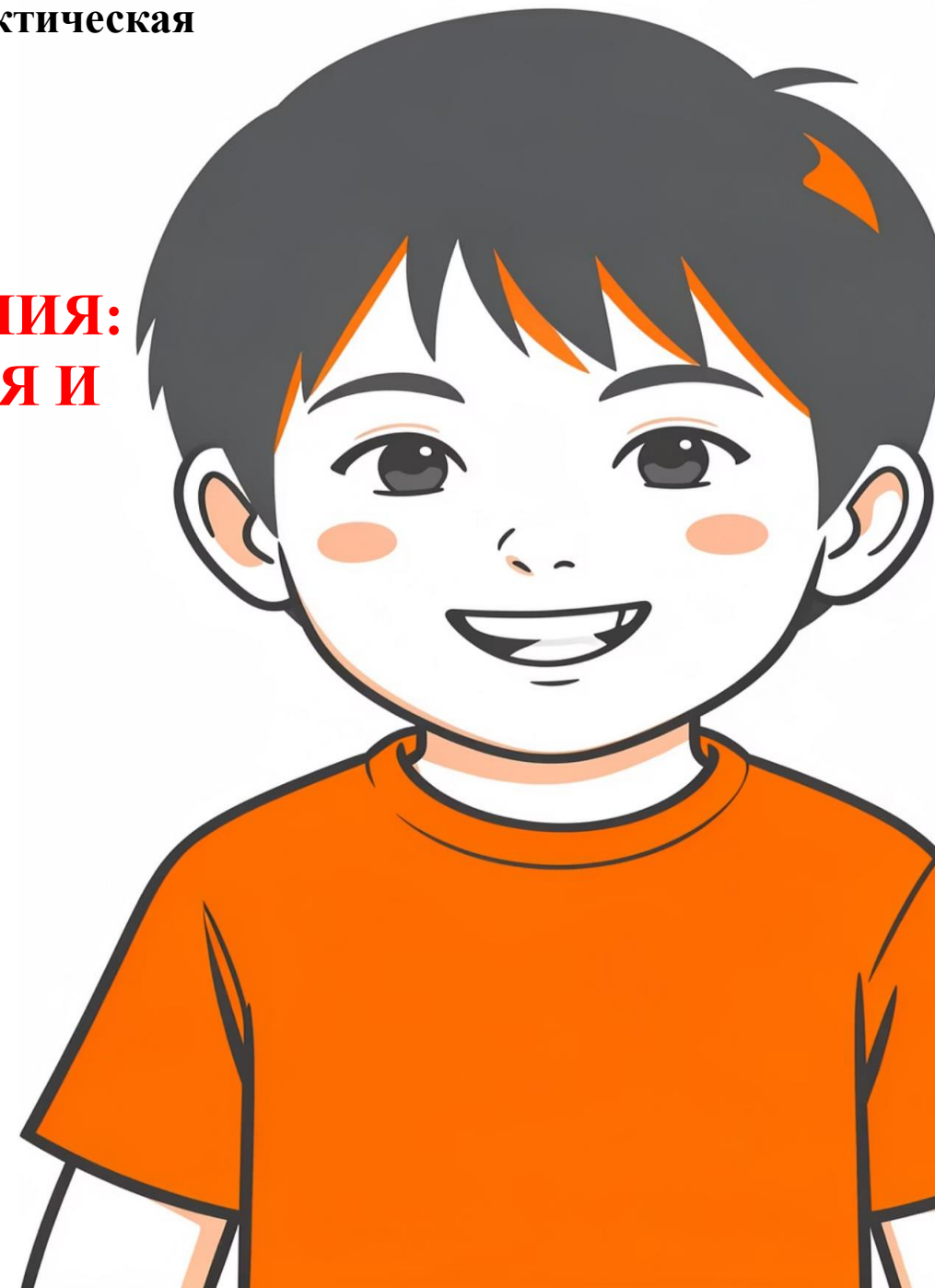
**АРТ-ТЕРАПИЯ. ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ И ПРИКЛАДНЫЕ НАУЧНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ: АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ, ДОСТИЖЕНИЯ И ИННОВАЦИИ**

**Тема: “Арт-терапия в работе с детьми, подростками и семьями”**

*Докладчики: Алмагамбетова А.А., Ассистент кафедры психиатрии и наркологии.*

**Мақатова Б.Р.** Врач-интерн, 6 курс, факультет Терапия

**Алдажар А.К.** Врач резидент психиатр



# Актуальность и цели

Рост эмоциональных и поведенческих трудностей, тревожности и семейных конфликтов делает актуальным поиск мягких и эффективных методов психологической помощи. Арт-терапия, основанная на художественной деятельности, позволяет выразить внутренние переживания символически, снижая сопротивление и облегчая самораскрытие.

## Цель:

Изучить особенности и возможности применения арт-терапии для развития эмоциональной сферы, улучшения коммуникации и гармонизации межличностных отношений у детей, подростков и семей.



# Корни арт-терапии: когда слова не помогают

Арт-терапия возникла из признания фундаментального ограничения вербальной психотерапии. Существуют переживания, которые невозможно полностью выразить словами — особенно травма, детские чувства, глубокий стыд и неконтролируемая ярость. Визуальное изображение стало альтернативным языком души[8],[9].



## Маргарет Наумбург

Рисунок как сон на бумаге — зашифрованное послание бессознательного. Красота неважна, важен прорыв сквозь защиту.

*Терапевт — переводчик:* образ → слова → инсайт

Арт-терапия как обход логики и цензуры

## Эдит Крамер

Процесс творения лечит сам по себе. Делание перерабатывает внутренний хаос через руки.

«Иногда лечит не понимание, а делание»

Символ может остаться без слов — и это нормально. Исцеление в действии



# Теоретические основы арт-терапии

Арт-терапия — междисциплинарное направление на стыке психологии, психотерапии, педагогики и искусства.

Художественная деятельность выступает языком психики, позволяя выразить бессознательные переживания символически [5],[11].

## Спонтанность

Опора на естественное самовыражение.

## Образность

Выражение через визуальные формы.

## Эмоциональный опыт

Работа с чувствами и переживаниями.



# Арт-терапия в детской психологии

Арт-терапия органично включается в естественную деятельность ребёнка, соответствуя возрастным особенностям развития. Игра и изобразительная деятельность — ведущие формы активности, через которые ребёнок осваивает социальный опыт и регулирует эмоции[13].

**Методы:**

## 1. Рисуночная терапия

(«Моя семья», «Моё настроение», «Страх», «Я в школе») — помогает ребёнку выразить то, что трудно сказать словами.

## 2. Сказкотерапия

Придумывание, дорисовывание или инсценировка сказок — мягкая работа с переживаниями и конфликтами.

## 3. Лепка (глина, пластилин, тесто)

Хорошо снижает напряжение, развивает саморегуляцию.

## 4. Коллажи

Простая форма выражения чувств, особенно для застенчивых детей.

## 5. Игровая арт-терапия

Сочетание рисунка, игры и движения[8],[10].



## Положительный эффект арт-терапии у детей

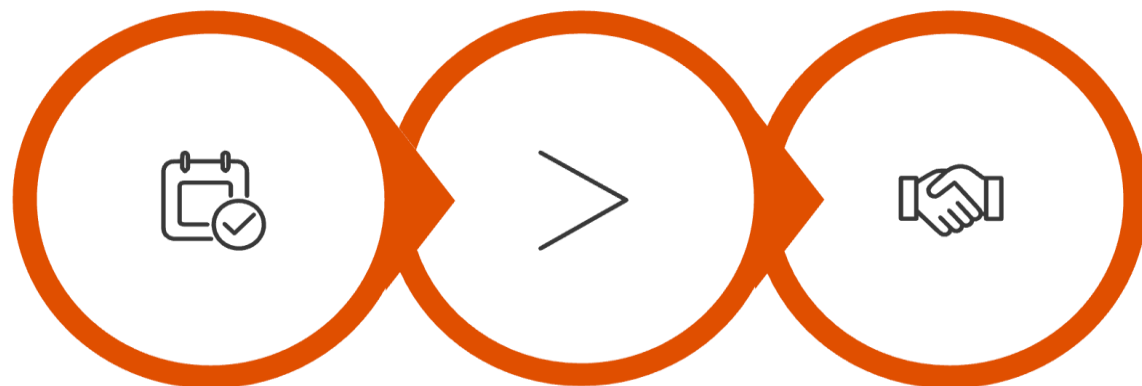


**Сидорова Н.В Положительный эффект арт-терапии у детей: снижение стресса, развитие воображения, повышение самооценки и улучшение общения.**

# Объекты и методы исследования

Для обзора использовались методы теоретического анализа научных публикаций, сравнительный анализ подходов отечественных и зарубежных авторов, а также обобщение практического опыта применения арт-терапии.

Систематический поиск проводился в базах данных *Pubmed, Cochrane, Cyberleninka, Elibrary.ru*. Изучено 15 научных статей за 2020-2026 гг.

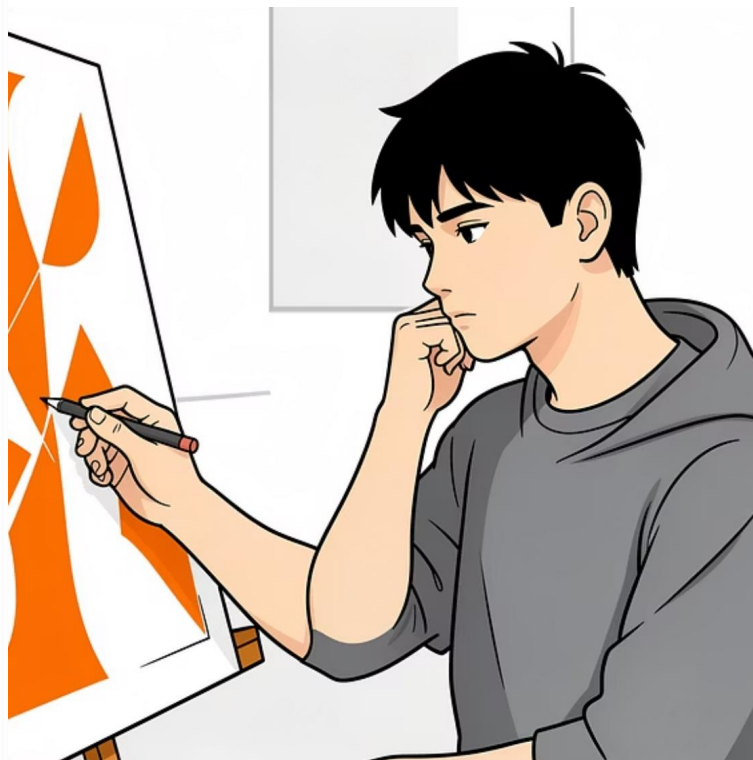


# Эффективность арт-терапии



## Дети

Выражение страхов, агрессии, тревоги через рисунок, лепку, коллаж.  
Снижение тревожности, агрессивности, улучшение самооценки[8].



## Подростки

Формирование идентичности, развитие саморефлексии, снижение внутреннего напряжения.  
Повышение самооценки[3].



## Семьи

Диагностика отношений, улучшение коммуникации, восстановление эмоциональной близости.  
Формирование доверия, снижение конфликтности[14].

# Арт-терапия для детей с тревожностью и агрессией



У детей с повышенной тревожностью арт-терапия снижает эмоциональное напряжение, формирует чувство безопасности. Использование мягких материалов (краски, пластилин, песок) оказывает сенсорный и релаксационный эффект[10].

Для детей с агрессивным поведением арт-терапия позволяет безопасно выразить подавленные чувства, трансформируя деструктивные импульсы в символическую форму, что способствует саморегуляции[8].

# Арт-терапия для подростков

Подростковый возраст — период кризиса идентичности и внутренних конфликтов. Арт-терапия становится пространством для самопознания и экспериментов с образом «Я».



1

## Автопортреты

Исследование своего образа и самовосприятия.

2

## Метафорические изображения

Выражение переживаний и ценностей.

3

## Коллажи

Формирование жизненных ориентиров и целей.

Регулярные занятия повышают самооценку и развивают рефлексивные способности[3].

## Методы:

- **Проективный рисунок**

(«Я настоящий / Я будущий», «Мой внутренний мир», «Мои границы»).

- **Метафорические карты (МАК)**

Отлично заходят подросткам — помогают говорить о сложном без давления.

- **Коллаж идентичности**

Кто я? Что для меня важно? Куда я иду?

- **Арт-дневники**

Комбинация рисунков, текста, символов.

- **Музыка и визуализация**

Рисование под музыку, создание плейлистов настроения [3],[5].

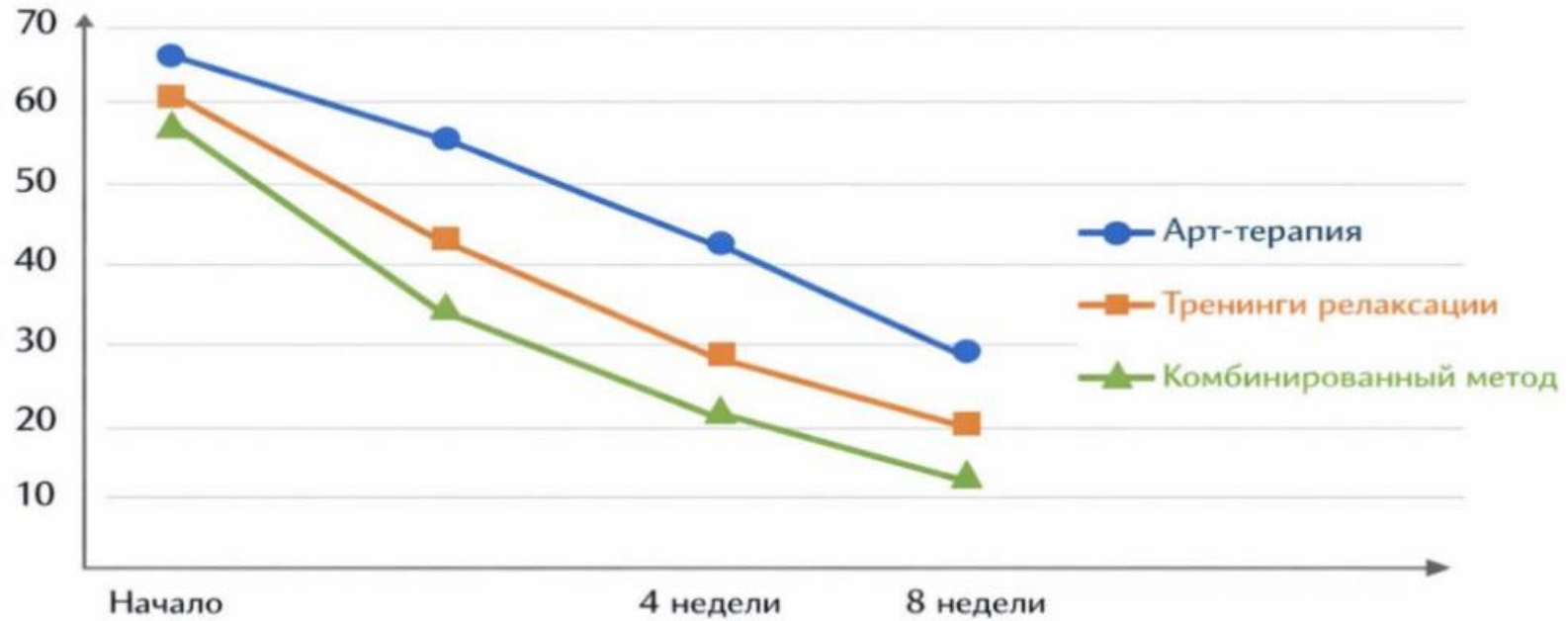


# Семейная арт-терапия

Совместная творческая деятельность выявляет скрытые конфликты, распределение ролей и эмоциональную дистанцию. Арт-терапия выполняет диагностическую и коррекционную функции.

В процессе обсуждения созданных работ формируются новые способы коммуникации и эмоционального взаимодействия, восстанавливается эмоциональная близость [14].





**Влияние арт-терапии на психоэмоциональное состояние  
табл.Михайленко Р:**

## Методы:

### Совместный рисунок семьи

Кто где, кто рядом, кто отдельно — много диагностической информации.

### Семейный коллаж

«Наша семья сейчас» и «Наша семья мечты».

### Генограмма с элементами арт-терапии

История семьи через символы и образы.

### Лепка семейной системы

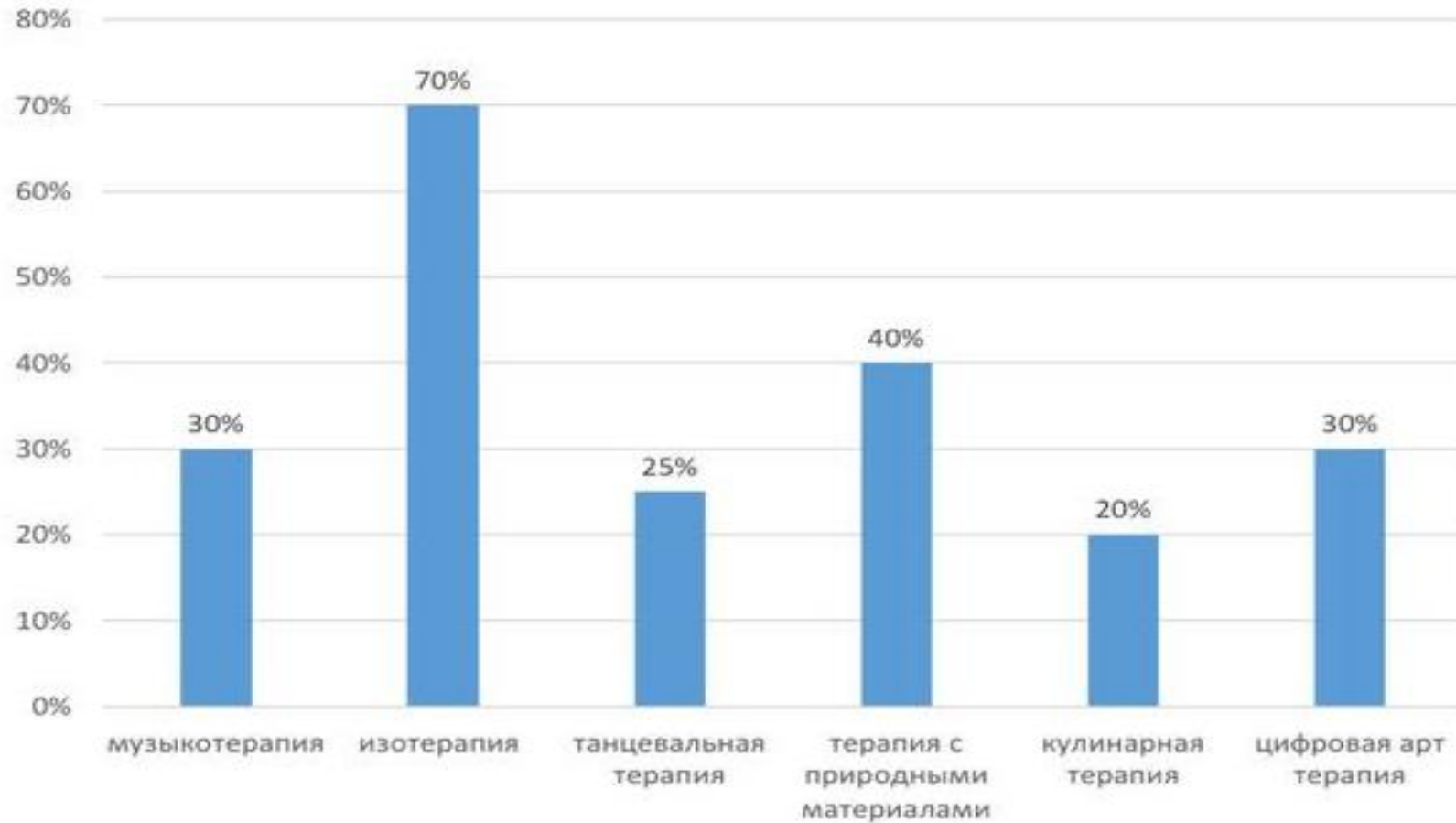
Каждый член семьи создаёт фигуру себя и других.

### Ресурсные рисунки

«Что нас объединяет», «Наши сильные стороны»  
[3],[4].



Таблица-1



**По автору Коваленко Г. указано влияние видов арт-терапий на жизнь в процентом соотношении.**

# Заключение

Арт-терапия — универсальный и гибкий метод психологической помощи, успешно применяемый в работе с детьми, подростками и семьями. Её ценность в безопасном выражении эмоций, активизации внутренних ресурсов и улучшении межличностных отношений.

## Универсальность

Адаптация к разным возрастным и социальным группам.

## Эффективность

Безопасное выражение эмоций и личностные изменения.

## Перспективы

Разработка стандартизированных программ и эмпирическая проверка.



## Список литературы:

1. Киселева М.В., Копытин А.И. Арт-терапия в психологической помощи детям и подросткам // Психологическая наука и образование. – 2020. – Т. 25, № 3. – С. 72–81.
2. Karkou V., Aithal S., Zubala A. Effectiveness of art therapy interventions for children and adolescents: a systematic review // *Frontiers in Psychology*. – 2020. – Vol. 11. – P. 1–15.
3. Сидорова Н.В., Беляева О.В. Возможности арт-терапии в работе с семьями, воспитывающими детей с ОВЗ // Семейная психология и семейная терапия. – 2021. – № 2. – С. 34–43.
4. Hu J., Zhang J., Wang Y. Art therapy for emotional and behavioral problems in children: meta-analysis // *Children and Youth Services Review*. – 2021. – Vol. 121. – P. 105–117.
5. Копытин А.И., Лебедева Л.Д. Семейно-ориентированная арт-терапия: современные подходы // Консультативная психология и психотерапия. – 2022. – Т. 30, № 1. – С. 90–104.
6. Slayton S., D'Archer J., Kaplan F. Outcome studies on art therapy with children and adolescents: updated review // *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*. – 2022. – Vol. 39(2). – P. 67–78.
7. Проскурякова Л.А., Аргентова Л.В. Арт-терапия в коррекции тревожности у детей старшего дошкольного возраста // *Международный научно-исследовательский журнал*. – 2023. – № 7(145). – С. 112–116.

- 8.Lizunova G.Yu., Taskina I.A. Art therapy for adolescents with trauma experience // *Siberian Journal of Psychology*. – 2023. – № 89. – P. 58–69.
- 9.Schweizer C., Knorth E.J., Spreen M. Art therapy with children and adolescents with psychosocial problems: practice-based evidence // *Arts in Psychotherapy*. – 2023. – Vol. 82. – P. 101–110.
- 10.Zhang B., Wang J., Abdullah A. The effects of art therapy interventions on anxiety in children and adolescents: a meta-analysis // *Journal of Affective Disorders*. – 2024. – Vol. 345. – P. 120–129.
- 11.Олейник Н.О., Шуржунова Д.Б. Цифровая арт-терапия в работе с детьми и подростками с эмоциональными расстройствами // *Вестник практической психологии образования*. – 2024. – № 4. – С. 41–49.
- 12.Boehm K., Cramer H. Creative arts therapies for children and adolescents: current evidence and future directions // *Child and Adolescent Mental Health*. – 2024. – Vol. 29(1). – P. 3–11.
- 13.Moo J.T.N. Family-centered creative arts therapies for children with autism and their families // *Family Relations*. – 2025. – Vol. 74(1). – P. 88–102.
- 14.Wei S., Lai A.H.Y., Ho H.W.H. Effectiveness of art therapy for children and adolescents with autism spectrum disorder // *Autism*. – 2025. – Vol. 29(2). – P. 356–368.
- 15.Zhou S., Li H., Yang Y. Effects of art therapy on psychological outcomes among children and adolescents: systematic review and meta-analysis // *BMC Complementary Medicine and Therapies*. – 2025. – Vol. 25. – P. 1–12.

**Спасибо за внимание!**

