



آموزش هنر درمانی

برای هنر درمانگران و روانشناسان

اساتید دانشکده‌های هنر و روانشناسی
هنرمندان، مدرسین هنرستان‌های هنری
مربیان هنر در مدارس و مهدکودک‌ها و...

داود ملک‌زاده

روانشناس، محقق و هنر درمانگر

www.ketab.ir

ویرایش و بازنگری:
دکتر فاطمه حیدری



سرشناسه	ممان‌زاده، داوود، ۱۳۴۵ -
عنوان و نام پندآور	آموزش هنر درمانی برای هنر درمانگران و روانشناسان ... داوود ممان‌زاده، ویرایش و بازنگری فاطمه حیدری.
مشخصات نشر	تهران: نشر مهاجر، ۱۴۰۲.
مشخصات ظاهری	۱۵۰ ص.
شابک	978-964-225-298-5
وضعیت فهرست نویسی	فیا
یادداشت	کتابنامه
موضوع	هنر درمانی Art therapy روان‌درمانی Psychotherapy روان‌درمانگران -- روان‌شناسی Psychotherapists -- Psychology حیدری، فاطمه Heidari, Fateme RC۴۰۹ ۶۹۶/۸۹۹۶۵۴ ۹۵۴۰۵۱۴ فیا
شماره افزوده	
شماره افزوده	
رده بندی کنگره	
رده بندی دیویی	
شماره کتابشناسی ملی	
اطلاعات رکورد کتابشناسی	
تاریخ درخواست	۱۴۰۲/۱۲/۱۷
تاریخ پاسخ‌گویی	
کد پیگیری	9556869

نوبت چاپ اول ۱۳۹۵

تیراژ ۱۰۰۰

قیمت



ناشر

مهاجر

داود ماه زاده

گرافیک دیزاین

دکتر فاطمه حیدری

داود ماه زاده

نویسنده

ویرایش و بازنگری

www.ketab.ir

نقش مهم دانش وینش درملگر ۶۹	نقاشی و گسترش دامنه توجه ۳۴
استانداردهای علمی و اخلاقی ۶۶	نقاشی و درمان ۲۸
۶۳	هنر و خلاقیت ۲۴
بخش سوم . هنر درمانگر ۵۰	نقاشی و درمان ۳۱
روانکاو و هنر ۵۰	هنر و خلاقیت ۲۴
هنر درمانی، تحولی در روان درمانی ۴۸	
۴۵	
بخش دوم . هنر درمانی ۴۵	
نقاشی و گسترش دامنه توجه ۳۴	
نقاشی و درمان ۲۸	
هنر و خلاقیت ۲۴	
بخش اول . هنر و درمان ۱۷	
هنر چیست؟ ۱۷	
مقدمه ۱۰	
پیشگفتار ۷	
فهرست مطالب	



انتخاب استراتژی و سبک مناسب درمان ۱۲۶
ارزیابی و تحلیل نهایی ۱۲۳

بخش ششم . تحلیل و استراتژی درمان
نمایش درمانی ۱۰۷
موسیقی درمانی ۹۷
قصه درمانی ۱۱۱
۱۰۱

حرکت درمانی و درمان ۹۷
هنرهای تجسمی و درمان ۹۷

بخش پنجم . پروتکل های هنر درمانی
تجزیه و تحلیل نهایی اثر ۹۲
ملاک های تفسیر بالینی و ارزیابی ۷۹
اهمیت درک و تفسیر صحیح نمادها ۷۵

بخش چهارم . تفسیر بالینی هنر

بخش هفتم . سبک های هنر درمانی
هنر درمانی کودکان و نوجوانان ۱۳۷
هنر درمانی بزرگسالان ۱۴۳
هنر درمانی گروهی ۱۴۷
هنر درمانی خانواده ۱۵۰

بخش هشتم . حوزه های بالینی هنر درمانی
افسردگی ADD ۱۵۶
اضطراب، تروما و PTSD ۱۵۶
اسکیزوفرنی ۱۶۳
پر خاشگری و تکانشگری ۱۶۶
اختلالات توجه و ADHD ۱۷۰
اوتیسم ASD ۱۵۶
معنولیت های ذهنی و فیزیکی ۱۷۶
درد های مزمن ۱۷۸
سرطان ۱۷۹
آلزایمر ۱۸۱

منابع ۱۸۶

www.ketab.ir



پیشگفتار جناب آقای دکتر مهران آقا محمد پور

فوق تخصص مغز، اعصاب و بیماری‌های عضلانی کودکان و نوجوانان
موسس و مدیر مرکز فوق تخصصی مغز و اعصاب و روان مهر

« به نام و یاد آن که با هنر خویش جهان هستی را معنا بخشید

زیبایی‌های جهان را پدید آورد و هنر زیستن را به ما آموخت »

هنر درحقیقت کوششی برای بیان فصیح، شیوا و توأم با زیبایی و احساس خلاقیت است که می‌تواند حکایت‌های ناگفته و پیام‌های نانوشته را از قرن‌های دور بازگو کند. هنر و زیبایی دوستی، جزء جدایی ناپذیر وجود آدمی است که بر سراسر حیات او اثر می‌گذارد.

هنر وسیله‌ای برای بیان عواطف و احساسات کودکان است به طوری که با مشاهده و بررسی آثار هنری آنان می‌توان مسائل و مشکلاتی را که درگیر آن هستند را کشف و در پیدا کردن راه حل مناسب به آنان یاری کرد. به عبارت دیگر می‌توان گفت: «هنر یکی از عوامل تعادل بخش شخصیت است».



هنر می‌تواند روحیه زیبایی‌شناسی را در انسان تقویت کرده و شکوفایی روح خلاق را به ارمغان آورد. علاوه بر این می‌توان با گنجاندن فعالیت‌های هنری در برنامه درسی دانش‌آموزان، موفقیت آنان را به خصوص در ریاضیات، خواندن و نوشتن افزایش داد. همچنین تلفیق هنر با آموزش می‌تواند در اموری چون خوب شنیدن و گوش دادن، خوب صحبت کردن، افزایش تمرکز حواس، یادگیری و به خاطر سپردن مطالب و توسعه ادراک کودکان کمک کند.

متخصصان تعلیم و تربیت بر این باورند که بیان هنرمندانه می‌تواند نقش مهمی در رشد، تکامل و تربیت کودکان ایفا کند. دنیای هنر مانند دنیای بازی، این امکان را به کودک می‌دهد که با تجربه و تحکیم خاطرات خویش و با استفاده از تجربیات به دست آمده‌اش، توانایی شناخت حقیقت را به دست آورد. هنر به کودک امکان می‌دهد که ارزش‌های تازه‌ای را فراهم آورده و با طرح آگاهانه مسائلی که در ارتباط با دیگران برایش مطرح می‌شود مفاهیم تازه‌ای را گردآوری و کشف کند.

هنر می‌تواند زمینه‌های رشد در جنبه‌های مختلف روانی، عاطفی، اجتماعی و معنوی را فراهم سازد. هر فعالیت هنری بر اساس ویژگی‌های خاص و محتوایی خود می‌تواند نقش متفاوتی در تربیت داشته باشد. برای مثال، نمایش می‌تواند تأثیرات تربیتی بر فرد بگذارد که برخی از این تأثیرات ممکن است در دیگر هنرها همچون نقاشی یا خوشنویسی وجود نداشته باشد یا مثلاً نقاشی تأثیراتی دارد که ممکن است نمایش آن اثرات خاص را نداشته باشد.

هنر درمانی نوع خاصی از درمان است که در آن لازم است درمانگر با دقت و تأمل، ارزیابی، برنامه‌ریزی چارچوب درمانی، تعامل با کودک، شیوه‌های خاص و انتخاب استراتژی‌های درمانی پردازد. در طول یادگیری این کتاب، درمانگر تمامی این مهارت‌های اولیه را خواهد آموخت.

کتاب حاضر به نحو شایسته‌ای این نیاز را برآورده می‌کند چرا که توسط فردی به رشته تحریر درآمده است که وظیفه خطیر تربیت کودکان را با سوابقی درخشان به عهده داشته است. جناب آقای ماه زاده دقیقاً مانند هر درمانگر خبره‌ای نیازها و چالش‌هایی را که هر کودک در ابتدای آموزش با آن ممکن است مواجه شود را پیش‌بینی و برای هر یک از آن‌ها راه حل‌های موثری را ارائه می‌نماید و این تدبیر حسن دیگر این کتاب است که شاید در میان کتاب‌های دیگر آموزش هنر درمانی کمیاب باشد.

دکتر مهران آقا محمدپور

دی ماه ۱۳۹۵



پیشگفتار سرکار خانم دکتر فاطمه حیدری

روانشناس، استاد و عضو هیأت علمی دانشگاه آزاد اسلامی

« به نام او که زیبا است و زیبایی را دوست دارد »

هنر تداعی زیبایی و جمال است و انسان ذاتاً زیباپسند است و همین امر او را قادر ساخته تا در طول قرون گذشته ارتباط مطلوب و موثری را با هنر و زیستن با هنر برقرار سازد. انسان برای درک دقیق وجود خویشتن، محیط، دیگر انسان‌ها، پدیده‌ها و چالش‌های زندگی از حواس و ورودی‌های بسیاری استفاده می‌کند. یکی از فرایندهای مهمی که می‌تواند تعداد محرک‌های دریافتی و پاسخ دهی به آن‌ها را تعدیل سازد خلاقیت و هنر است.

هنر رابطه بسیار نزدیکی با روان‌پسند پاداش دهی مغز دارد و فرایندی است که با ادراک، فرهنگ و معنای فلسفی زندگی انسان در ارتباط است. این تاثیرگذاری و ارتباط موثر با جسم و روان آدمی، توجه بسیاری از دانشمندان را به خود جلب کرده و منجر شده تا شاخه هنر درمانی از درخت عظیم دانش روان‌شناسی و نوروسایکولوژی رشد و نمو کند. مقوله‌ای که می‌توان از آن برای بیان ضمیر ناخودآگاه و ایجاد احساسات مشترک عظیم انسانی سود جست.

از اوایل قرن نوزدهم میلادی اندیشمندان بزرگی به این امر مهم پرداخته و آن را مورد بررسی قرار دادند همچون هنریش ولفلین با کتاب خود به نام «روان‌شناسی هنر و معماری»، رودولف ارنهیم با کتاب «به سوی روان‌شناسی هنر» و یایلهلم ورینگر با پرداختن به هنر اکسپرسیونیستی، همگی سهم بزرگی در پیدایش جنبش هنر درمانی داشته‌اند.

جان دیویی نیز با اثر معروف خود به نام «هنر به مثابه تجربه» تاثیر ژرف و عمیقی بر زمینه‌های آموزش مقاطع تحصیلی و توجه به هنر گذاشت و پس از آن یونگ نیز اعلام داشت که هنر نقش مثبتی بر درمان و کیفیت زندگی روزمره انسان دارد تا حدی که محتویات ضمیر ناخودآگاه جمعی می‌تواند با کمک و از طریق هنر به همه زبان‌ها و برای تمامی نوع بشر آشکار شده و فراگیر گردد. و سرانجام در دهه ۱۹۷۰ بحث روان‌شناسی هنر به طور جدی وارد دانشگاه‌ها گردید و علاقه‌مندانی چون هوسرل، ویتگن اشتاین و دریدا به فعالیت در این زمینه پرداختند.

تجربه نشان داده است که تکنیک‌های هنر درمانی با انجام فرایندهایی چون هنرهای تجسمی و نقاشی، تاج و مجسمه سازی، نمایش‌های دراماتیک و عروسکی، موسیقی و آواز، حرکات موزون، شعر و ادبیات و دیگر سبک‌ها این قدرت را دارد که به وجود آدمی آرامشی ذاتی و حقیقی ببخشد. انواع مطالعات و تحقیقات فیزیولوژی و علوم اعصاب نیز نشان داده‌اند که در حین انجام فعالیت‌های هنری ضربان قلب، فشار خون و تنفس به میزان قابل توجهی کاهش یافته و تعدیل می‌گردد. همچنین هماهنگی بین چشم، مغز و دست ایجاد می‌شود که در نهایت موجب آرامش و پالایش روانی فرد می‌گردد.

با توجه به موارد فوق، کمبود چنین اثری منسجم در عرصه هنر درمانی خود نمایی می‌کرد. مطالب این کتاب در هشت فصل ارائه گردیده و علاوه بر توصیف هنر درمانی به بیان جایگاه این روش در روان‌شناسی به عنوان یک درمان مکمل غیر دارویی، مسائل مربوط به این روش و پروتکل‌های درمانی برای هنر درمانگران، عرصه‌های مداخله این روش و نکات کلیدی گوناگون عملی در این زمینه پرداخته است. نویسنده تلاش کرده تا اثر حاضر به مطالب کلیدی سبک‌های هنر درمانی و نکات تجربی بپردازد تا درمانگران عزیز بتوانند گام به گام با روش مبتنی بر هنر و درمان آگاهی یابند و پس از آن با تجربه و شناخت اصول اولیه، راه برای تحقیقات وسیع‌تر در این زمینه هموارتر گردد.

امید آن که این اثر، قدم هر چند کوچکی در جهت پیشبرد هنر درمانی غیر دارویی بوده و کمک شایانی به جامعه روان‌شناسی و درمان عرضه دارد و در نهایت مورد توجه اساتید، روانشناسان، دانشجویان، مربیان، هنرمندان و دیگر علاقه‌مندان این عرصه قرار گیرد.

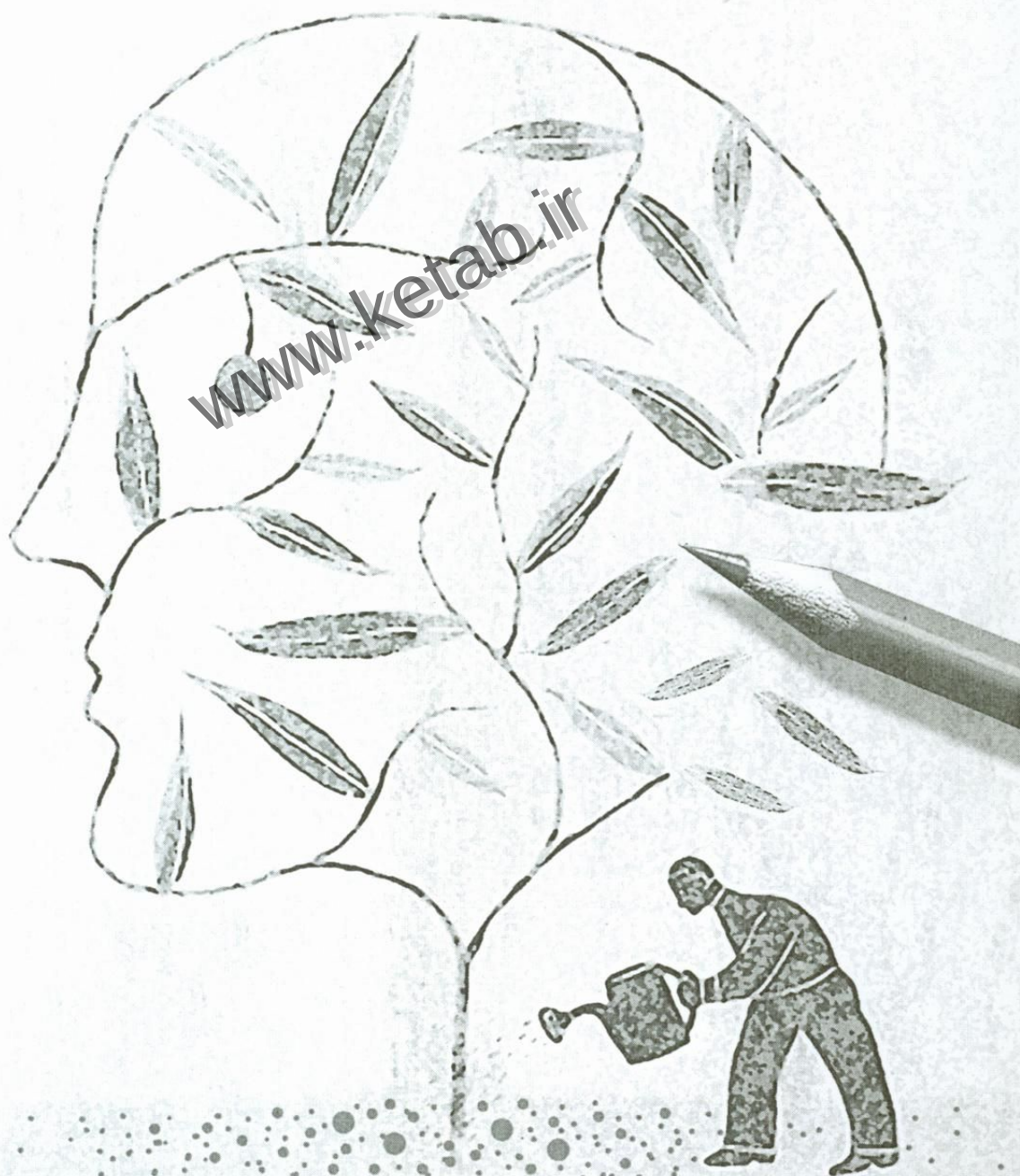
دکتر فاطمه حیدری

تابستان ۱۳۹۵



مقدمه

در جهان بینی علمی هر انسانی دنیایی است شگفت و منحصر به فرد که مثل و مانندی ندارد و نخواهد داشت. چرا که عوامل تشکیل دهنده شخصیت، آنچنان متغیر و متفاوت هستند که هرگز امکان ندارد دو نفر یافت شوند که شبیه به هم بوده و یا تفکر و باورهای یکسانی داشته باشند. تفاوت‌های عمده انسان‌ها با یکدیگر گذشته از شکل ظاهری، بیشتر در نوع ادراک، آگاهی، شعور، باورها و تصورات ذهنی است. اگر از دو نفر خواسته شود یک سیب را توصیف کنند، مطمئناً تفاوت‌های عمده‌ای در نوع بیان، انتخاب کلمات، احساسات، تفسیر و تعبیر و غیره بین آن دو وجود خواهد داشت که این اختلاف ممکن است چنان شدید باشد که هر توصیف، شنونده را به دو تفسیر کاملاً متفاوت و یا به دو برداشت متضاد مثبت یا منفی برساند.



گروهی از روانشناسان و روان درمانگران، عمده فعالیت اصلی روش تحقیقات درمانی خود را بر تفسیر و تغییر در باورها و عقایدی متمرکز می‌کنند که باعث رنج و بیماری روانی فرد شده و زندگی وی را مختل می‌سازد. ایشان دریافته‌اند که ایجاد تغییر در نوع تفکر و باورهای بیمار می‌تواند با روش‌های متفاوتی از القانات مثبت صورت گیرد که در نهایت موجب دگرگونی در نوع کیفیت، کمیت و بهبودی زندگی جسمی و روانی وی گردد. در واقع هدف تمام روان درمانی‌ها و درمان‌های بالینی، تغییر در تصویر متجسم شده‌ای است که فرد از خویش خویش آفریده است. تغییر در عقاید و باورها می‌تواند باعث تغییر در دیدگاه‌ها و طرز نگرش فرد نسبت به زندگی و در نتیجه درک سعادت و خوشنودی از خود و اجتماع گردد. هر انسانی بر مبنای تصورات و آرزوها و تخیلات خود دنیایی می‌آفریند که به طور متناوب به آن می‌اندیشد.

انسان واقعیت گریز است و تمایل ناخودآگاه و دائمی او به سوی ارضاء نیازهایی است که از زمان کودکی تا حال سرکوب شده‌اند. واقعیت، وقوع حوادث و پدیده‌هایی است که در حال شدن هستند، ولی میل درونی بشر متمرکز بر هر آن چیزی است که می‌خواهد بشود، ولی نشده است و نیست. به همین خاطر تصور خوشبختی، همیشه عقب‌تر از وقوع واقعی آن در ذهن متجسم می‌شود. بنابر این برای انسان دشوار است به جای آن که اعتقادات خود را بر امیدی واهی بنا کند، آن‌ها را بر مشاهدات واقعی زندگی استوار سازد چرا که آرزوهای ما گرایش تقریباً مقاومت ناپذیری ایجاد می‌کنند تا آن‌ها را باور کنیم.

به همین دلیل هنر درمانی کمک می‌کند تا افراد متوجه منحصر به فرد بودن خود از طریق بیان اثر هنری شوند. هدف یک هنر درمانگر این نیست که بیماران را به خلق آثار بزرگ هنری دعوت کند، بلکه آنان را تشویق می‌کند که همان گونه که هستند افکار و احساسات خود را بیان کنند.

درمانگر کمک می‌کند تا بیمار اطلاعات بیفتنی به مورد

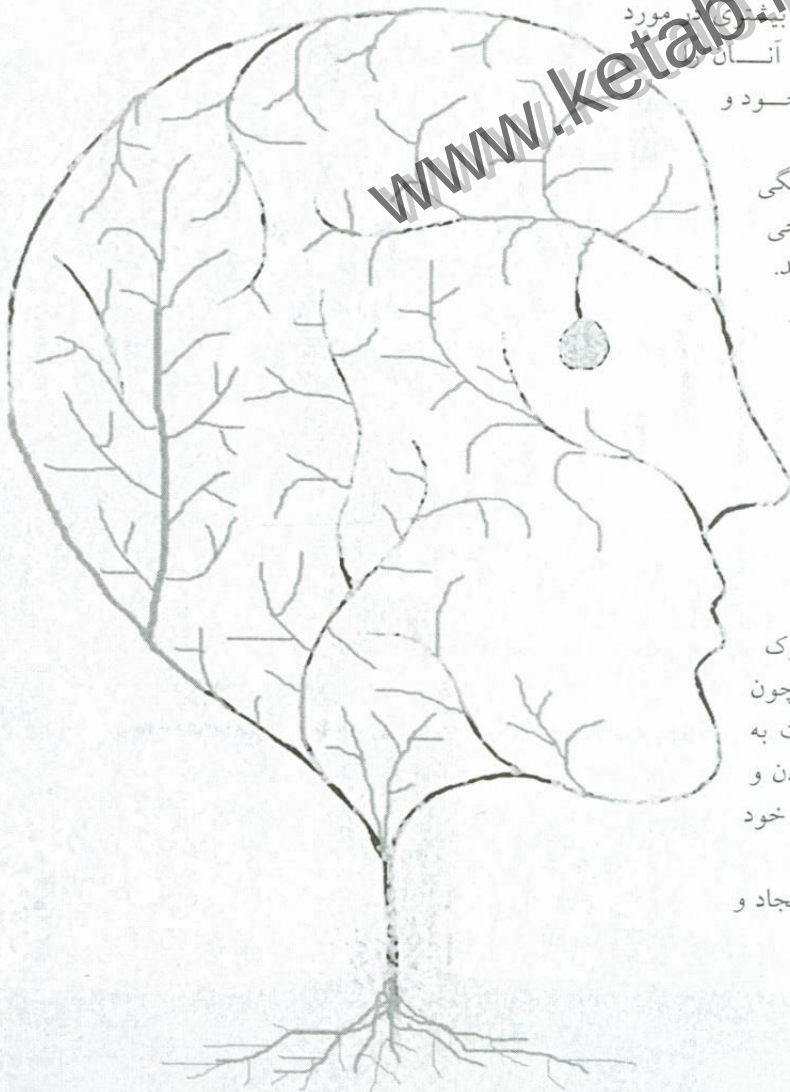
خود و کمک به خود بدست آورد. وی آنان را تشویق به درک منحصر به فرد بودن خود و معتبر بودن احساسات خود می‌کند.

هنر درمانی به افراد یاری می‌دهد تا چگونگی بیماری خود را کشف کرده و درک صحیحی از وضعیت زندگی خود بدست آورند. کمک به درک آن‌ها از مشکلات و رفتار خود و تشویق آنان به این ادراک واقعی، هدف اصلی درمانگر هنر است.

به همین دلیل نظریه خود شکوفایی مازلو^۱ (۱۹۶۸) و رویکرد مراجع محور راجرز^۲ (۱۹۵۱) تا حد زیادی نزدیک با رویکرد تحول هنرهای خلاق و تنظیم آن در فرایند هنر درمانی است.

رویکرد فرد محور، افراد را برای درک صحیح از خود و تغییر منابع گسترده‌ای چون اعتماد به نفس، رفتار و نگرش نسبت به خود، زندگی و دیگران و برای معنا دادن و تحقق رشد و ایجاد احساسی عمیق از خود یاری می‌کند.

استفاده از هنر به عنوان یک راه برای ایجاد و



شکل دادن به احساسات، افکار و احساسات انسان می‌تواند چیزهای نامشهود خارج از خود را به یک شیء ملموس که می‌تواند درک درستی از احساسات، افکار و احساسات درونی بشر باشد ایجاد کند. اهمیت توانایی بیان و توضیح هرچیز غیر قابل بیان و غیر قابل توضیح در درون انسان که وجهی فراتر از زبان شفاهی یا کتبی است (یونگ، ۱۹۶۴).

این کتاب با هدف عالی عشق به کودکان و انسان‌ها و با نیت کمک به رشد و تحول خلاق آنان نگاشته شده و در آن از منابع متعدد معتبری استفاده شده که گویای تجربیات دیگر روانشناسان، نروسایکولوژیست‌ها و هنر درمانگران در تمام دنیا است. ما برآنیم که بتوانیم از هنر در کار درمان بالینی کودکان و بزرگسالان سود جسته و پنجره جدیدی برای دنیای دشوار آنان باز کنیم تا شاید حتی برای دوره‌ای کوتاه از زندگی دشوارشان و یا برای همیشه، از دایره تنگ بیماری و اختلالات خارج شوند. پنجره‌ای که بتواند ۴ استاندارد جهانی درمان و آموزش خلاق را به ارمغان آورده و آن را به اجرا گذارد:

۱. کمک به شناسایی ابتکار عمل، تعامل و پشتکار
۲. کمک به ارائه خلاقیت و تخیل
۳. کمک به شناسایی و حل مشکلات
۴. آشنایی با موقعیت‌های جدید و بهبود مشکلات جسم و روان

* کمک به شناسایی ابتکار عمل، تعامل و پشتکار

ابتکار عمل نوعی خود انگیزی و عمل خلاقانه است که معمولاً بر خلاف یادگیری‌های روزمره و وظایف عادی است که فرد قبلاً آموخته است. کودک با آغاز فعالیت‌های حسی و ادراکی و حرکتی، قوانین و عملکردهایی را می‌آموزد که در فرهنگ خانواده یا مراکز آموزشی و دریافت کرده است. حتی اگر هیچ آموزش کلاسیکی برای آن‌ها وجود نداشته باشد، آنان با نیروی غریزی و ذاتی خود دست به عمل می‌زنند و با تشویق و آموزش آگاهانه، این عمل‌ها ابتدا به صورت کپی برداری و تکرار عمل مشاهده شده درآمده ولی بعد از آن به صورت جداگانه و فردی، آغاز به ابتکار عمل و خلاقیت فعالانه بیشتری می‌کنند. **ابتکار عمل** شامل طیف وسیعی از اعمال و فعالیت‌هایی است که تبدیل به اعمال ابتکاری جدیدی خواهند شد که قبلاً به وسیله فرد تجربه نشده‌اند و یا نوع انجام عمل آن به کلی متفاوت از اعمال قبلی خواهد بود. ابتکار عمل، فعل خلاق است که در فرایند هنر درمانی پس از دوره‌ای کوتاه شروع به رشد می‌کند.

تعامل شامل انواع ارتباطات ادراکی و عاطفی با افراد خانواده، همسالان و دیگران است. اولین تعامل کودک در ماه‌های جنینی در رحم مادر صورت می‌گیرد. حتی قبل از آن که سیستم عصبی مرکزی و مغز رشد کافی یافته باشند، این تعامل درونی به وسیله نوعی ادراک عاطفی - حسی بین مادر و کودک بوجود می‌آید. سپس در سال‌های بعد، کودک بر حسب نیاز حیاتی خود به طور دائم به این تعامل ادامه داده و نیازمند آن است. تعاملاتی همچون لبخند زدن، تکان دادن دست و پا، صدا درآوردن یا گریه کردن، نمونه‌های اولیه شکل‌گیری ارتباط فرد با جهان جدید است. ارتباطات بعدی، طبق جداول رشدی، شامل پدر، افراد خانواده، همسالان و بزرگسالان خواهد بود که در آینده تبدیل به تعاملات اجتماعی پیچیده‌تر خواهند شد. اعتقاد ما بر این است که پس از طی دوره‌های هنر درمانی، تعامل فرد با دیگران به طرز شگفت‌انگیزی شروع به تغییر و بهبود می‌کند.

پشتکار به معنای داشتن انگیزش و علاقه مندی به ادامه یک فعالیت است. در ابتدا نوزاد با نیازهای اولیه برای برآورده ساختن آن‌ها پشتکار را می‌آموزد. او می‌آموزد که چگونه برای ادامه خوردن غذا نیاز به مکیدن مداوم شیشه یا سینه مادر دارد و از این عمل دست نمی‌کشد مگر آنکه نیازش برطرف گردد. پشتکارهای بعدی ابتدا از انجام و تکرار و خسته شدن وظایف روزمره آغاز می‌شوند. مثلاً تلاش در یک بازی ساده و صرف دقایق زیادی برای کشف و تجربه. در مراحل بالاتر و پیچیده‌تر و در سنین بالاتر فرد می‌آموزد که برای کسب نیازهای خود نیاز به پشتکار و صبر بیشتری دارد. در فرایند هنر درمانی، فرد با تکرار عمل لذت بخش هنر و ساخت یک ایده یا احساس در یک روش مشاهده‌ای می‌آموزد که برای نتایج بهتر می‌بایست پشتکار بیشتری داشته باشد.

* کمک به ارائه خلاقیت و تخیل

تخیل و خلاقیت چیست؟ تخیل شامل تصورات ادراکی فراتر از آنچه مشاهده و حس می‌شود است که در ذهن شکل گرفته و در صورت امکان مناسب، به اشکال مختلف مانند نقاشی، گفتگو، داستان، آواز، بازی، مکانیک، معماری، ریاضی، مهندسی و علم بیان می‌شود. تخیل نوعی خیال پردازی غیرمعمول است که مخصوصاً در کودکان تا سن ۷ سالگی به اوج خود می‌رسد و پس از ورود به مدرسه آرام آرام تا سن ۸ سالگی، اگر شرایط مناسب شکوفایی و آموزش وجود نداشته باشد به شدت کاهش یافته یا برای سال‌ها و حتی تا آخر عمر خاموش می‌گردد. این خیال پردازی‌ها ممکن است انواع فرافکنی‌های حسی، عاطفی، ادراکی و منطقی باشند و یا فراتر از نیازهای روزمره شکل گیرند. همه افراد در هر شرایطی صاحب تخیلات قوی هستند که بدون آموزش و یادگیری و ایجاد فرصت‌های مناسب نمی‌توانند رشد کافی بیابند و حتی ممکن است برای همیشه به طور بالقوه در درون فرد خاموش شوند اما با انجام فعالیت‌های هنری، این تخیل با هر عمل جدید رشد می‌یابد.

اولین تخیلات کودک با خنده‌های بی‌دلیل، حرکات صورت و تغییر چهره، عکس‌العمل‌های بدنی و حسی به طور ناخودآگاه در ادراک وی شکل می‌گیرند. در مراحل بعدی رشد، این خیال پردازی‌ها گسترده‌تر شده و تبدیل به بازی‌های خیالی، گفتگو با خود، تخیل اشخاص غیر واقعی و یا اشیاء در محیط شده و در مراحل پیچیده‌تر تبدیل به خلق تصاویر، کلمات، داستان، اشعار، بازی‌ها و فعالیت‌های دیگر می‌گردد.

خلاقیت نوع ساخت و ایجاد اشیاء، فعالیت‌ها، کلمات، احساسات و ادراکات جدیدی است که پیش از آن نه آموخته شده و نه مشاهده شده، بلکه فرد با استفاده از داده‌های قبلی ادراکی خود، دست به ترکیب و خلق اشکال غیرمعمول و جدید می‌زند که به یک عادی وجود ندارند. هنر درمانی به افراد کمک می‌کند تا خلاقیت و توانایی بالقوه خلق و ایجاد موضوعات، فعالیت‌ها، اعمال، رفتار، عواطف و ادراکات توسعه یافته را در غالب آنچه که دوست دارند ولی وجود ندارد را بدست آورند. در مراحل بالاتر درمان، این فعالیت پیچیده‌تر شده و تبدیل به ریسک‌پذیری بالاتر در تمام امور و وظایف شده و نهایتاً به بهبودی و درمان را نیز به ارمغان می‌آورد.

* کمک به شناسایی و حل مشکلات

حل مشکلات شامل کلیه محرک‌های درونی و بیرونی است که فرد را دچار چالش کرده و او را برآن می‌دارد که از این چالش‌ها با موفقیت پیروز شود. در سنین بالاتر کودک با مواجه شدن با چالش‌های بزرگتر، اگر نتواند آن مشکلات را حل کند، بعدها تبدیل به اختلالات مختلف روانی و فیزیکی می‌شود. بنابر این، نقش آموزش و آشنایی کودک برای حل مشکلات به وسیله هنر در دوره‌های سنی مختلف بسیار حیاتی است.

* آشنایی با موقعیت‌های جدید و بهبود مشکلات جسم و روان

موقعیت‌های جدید شامل تعاملات، محیط زیست متفاوت، اشیاء و حوادث تجربه نشده و تمام رویدادهایی است که فرد هنوز با آن‌ها مواجه نشده و نسبت به آن‌ها آگاهی و آمادگی ندارد. موقعیت‌های جدیدی مانند حوادث طبیعی، رعد و برق، زلزله، آتش سوزی، بیماری و درد که اگر کودک نسبت به آن‌ها دانش و ادراک کافی نداشته باشد، باعث مشکلات متعددی خواهد شد (NSDE، ۲۰۱۴). بنابر این یکی از مهم‌ترین اهداف هنر درمانی، کمک به بهبود و درمان و دست‌یابی به سلامت جسم و روان انسان است. به همین دلیل، از فعالیت خلاق در کار هنر درمانی، روان درمانی و مشاوره استفاده می‌شود و این نه تنها به خاطر این است که افکار و احساسات به نوع دیگری ارائه می‌شوند، بلکه به دلیل توانایی ذاتی خود عمل و فرایند هنری نیز هست. به خاطر کمک به انسان‌ها در تمام سنین و برای کشف احساسات، اعتقادات، استعدادها، خود شکوفایی، کاهش استرس یا اختلالات روانی، حل و فصل مشکلات و درگیری‌ها و افزایش احساسی از خوب بودن و تعادل در زندگی. امید است این کتاب قدم مثبت و هرچند کوچکی در جهت اعتلای این اهداف انسانی برداشته باشد.