

艺术疗法

超越言语的交流

孟沛欣 著

中央美术学院规划教材



化学工业出版社
米立方出版机构

艺术疗法

——超越言语的交流

孟沛欣著

中央美术学院规划教材



化学工业出版社
米立方出版机构
·北京·

图书在版编目 (CIP) 数据

艺术疗法——超越言语的交流 / 孟沛欣著. —北京: 化学工业出版社, 2009.1

ISBN 978-7-122-04352-8

I. 艺… II. 孟… III. 心理学-心理治疗-艺术疗法 IV. R749.055

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第200652号

责任编辑: 李 征 邹 丹

装帧设计: 天空视觉

责任校对: 吴 静

封面设计: 王 弋

出版发行: 化学工业出版社·米立方出版机构 (北京市东城区青年湖南街13号 邮政编码100011)

印 装: 化学工业出版社印刷厂

787mm×1092mm 1/16 印张14% 字数280千字 2009年2月北京第1版第1次印刷

购书咨询: 010-64518888 (传真: 010-64519686) 售后服务: 010-64518899

网 址: <http://www.cip.com.cn>

凡购买本书, 如有缺损质量问题, 本社销售中心负责调换。

定 价: 68.00元

版权所有 违者必究



自序



我写这本专著是出于一种使命感。

在完成了博士论文《精神分裂症患者的绘画艺术评定与绘画艺术疗法干预》之后，我的主要兴趣和精力都转移到了临床实践方面。在工作中让我始终难忘的，是在那一例例错综复杂的案例中，当来访者亲身参与到绘画过程时，所收获的一份心理成长。他们那历时久远的心灵困惑在与艺术近距离的“心灵触摸”之后升华为一种豁然开朗的境界。正当我沉浸于用艺术建构心灵世界的妙用而浑然忘我时，一个声音渐渐从内心深处升起，那就是要用一个完整的体系将艺术治疗的理论和实践方面的知识呈现出来。这个声音越来越清晰，直到我决定以专著的形式将我对艺术治疗理论与实践方面的探索梳理出来。我发现，这个声音有的来自于来访者，他们想了解为什么自己并不谙熟艺术，却在艺术中获益，长久的困惑在艺术创作中豁然开朗；有的来自于作为治疗师的同行们，他们在用言语走了一大段迂回曲折的路径之后，来访者早已疲惫，而治疗仍然显得冗长无效；还有的来自于美术教师或者艺术家，他们在美术教学或艺术创作时曾无意间触动了心灵深处的某种力量，并发现这种力量具有治疗性，那么，如何再次将这种力量引发出来，用于心灵的成长……诸如此类的问题，一时间让我产生一种责任感。

尽管有热望的推动和研究经验的累积，但我知道要对此做出全面的回答绝非易事。要对艺术疗法做一个全面的历史回顾与现状分析就已经相当困难了，更不要说对来访者的临床诊治过程进行全方位的描述了。我知道，要将他们梳理清晰，表述明了，我又得埋头在如山的文献资料堆里了，这在当时曾让我怯步，为此迟疑了一段时日。

事实上，当我完成这部书的写作之后，我所感受到的更多的是遗憾。这是因为，当基本的理论框架建立之后，更多的操作性问题就会浮现出来。我的读者或许是职业心理咨询师和治疗师，或许是美术教师和艺术家，或许是对艺术情有独钟的青少年和他们的家长，对于这种种要求不同的读者如何将他们的需要统一在一本书中？再者，艺术疗法理论方面的总结就远远超过一本书的荷载量，而临床实践部分的个案分析又要图文并茂，颇占篇幅，无论以横向的问题种类来展现，

还是以纵向的发展性问题类型分类，最终都会在书的结构上显得顾此失彼。直到与出版社达成一个组织“丛书”的意向之后，我的种种担忧才释然。作为艺术疗法丛书的第一部专著，只要我尽力全面照顾读者需要，首先将艺术疗法这门学科的基本知识框架建构起来，就成了这本专著唯一能够做到的了。

为此，我将这本专著划分为十个章节，讨论理论与实践方面的基本内容。

第一章主要介绍了艺术疗法及相关概念的定义。试图通过界定概念，呈现出艺术疗法的可操作性，以方便读者后面的阅读与研究。

第二章主要列举了艺术疗法的生理学依据。艺术疗法之所以独具所长，其基石是有关大脑功能侧化的相关研究成果。正是因为这种功能侧化，以及右脑在信息处理中所占据的特殊位置，艺术疗法才能在有关情绪、创伤处理及深度心理探索中显现出其他疗法都不可比拟的优势。

第三章突出表述的是艺术疗法的优势。有关艺术疗法的优势，各家有各自的独到见解，最具代表性的解释有六种。除此之外，艺术疗法的操作场地方面的要求也包括进来，其意义在于，恰当的场地选择有利于艺术疗法的实施。

在第四章中，艺术疗法的应用领域是一个主要的话题。在中国，艺术疗法似乎是一种新鲜的事物，而事实上在西方已经发展成一个成熟的职业，并有机构负责颁发上岗证书。本章总结了艺术疗法在各个领域中应用的理论与实践情况。

第五章是有关于不同取向的艺术疗法的理论探索。一位治疗师要想使艺术具有治疗性，就必须掌握相当熟练的艺术审美与艺术创作能力。但是对于更多的治疗师来说，如何借助他们已有的治疗理论，与艺术疗法有机地结合，似乎是一个更具实效的，能够达到事半功倍的效果的选择。更何况，对于理论研究者来说，那些一路走来的不同理论取向的先驱们也是汇聚了各种流派之所长之后，才发展出个人的治疗风格的。本章详述了十大主要流派的艺术治疗，将丰富的治疗机理陈述出来，一位临床治疗师会在这里找到适合自己的操作性的理论支持，一个理论研究者也可借此对各个流派的不同优势做出分析。

第六章的内容着重探讨了绘画艺术疗法的局限性，其局限性不仅体现在以艺术为介质的心理评定中，还体现在临床中的弱点。若以心理治疗学科的研究范式进行评定，艺术的过程与结果在以量化的方式做分析时必定会面临困难。研究者们可以根据个人研究的现状与界限，适当引用对艺术的量化成分，希望他们能在此找到感兴趣的内容。

在第七章中，主要介绍的是国际上流行的绘画艺术评定方法。通过对绘画艺术评定的优势和现状的分析，同时介绍了几种评定的操作规范。评定在临床中是不可缺少的内容，直接影响到诊断和以诊断为基础的后续治疗。是否能透过绘画艺术评定做出正确的分析与诊断，是一个治疗师能否顺利走过所有疗程的关键。

在第八章绘画艺术疗法的临床技术中，除了总结国际认可的操作性理念与技

术之外，还以大量的篇幅详述了诸多可行性治疗技术，所有技术都是以完成心理发展，促进心理成长为目的，这部分内容对于美术教师、特殊学校教师、团体带领者、医院背景的康复师都是最好的参考资料。每个技术都用简单详细的方式表述，读者可根据自己所针对的个案或相应问题做出选择。

第九章是针对如何建立绘画治疗室的问题展开讨论。绘画治疗室既要有心理治疗室的一般环境，还要具备绘画治疗室的特殊要求。这个要求无论是软性的还是硬性的，都要符合规范，否则，艺术治疗的魅力将无以释放。一些机构的艺术治疗室因未能与普通的画室或者咨询室相区别，使得在艺术治疗过程中富含着的治疗因子全部都浪费了。

最后一章是个案研究，共摘取了五个个案，试图为读者呈现在不同理论背景下，特别是经典分析派的个案分析情况，同时，也将本书作者在临床实践中实施的绘画艺术干预结果一并呈献给读者。

目前，随着人们对生活质量的要求不断提高，对心理咨询与治疗服务的需求也越来越大，咨询质量与治疗的有效性逐渐受到来访者的关注，人们越来越不满足于仅仅与治疗师进行言语层面的交流，他们感到，一次真正意义上的心理辅导，应该在心理发展上进行深度的探析。更有一些关注个人心理生活的来访者，急切地渴望有一种了解自我、改善自我的简便易行的方法，因此，以艺术为介质的心理治疗会成为他们的极佳选择。

鉴于出版篇幅及其他客观条件的限制，我仅能将有限的资讯呈献给读者。但我本人希望，在今后的研究工作中逐渐完善三个方面的工作：一是以典型个案为线索的治疗分析；二是以儿童绘画为主要研究对象的个案研究；三是以绘画作品为线索的个案研究。

在此感谢各位帮助过我的同行，我愿与他们在未来的研究中共同努力；感谢我的来访者愿意为我提供代表他们心路历程的绘画作品，从而使这本书更丰富；感谢热情地为本书处理繁杂的文字及图片资料的朋友；感谢我所在的中央美术学院曾经帮助和鼓励过我的同事们。

孟沛欣

2008年11月

引言

艺术自古以来与人类发展有着紧密的联系。

艺术是人类精神成长的表征。人类借助艺术手段逃离了历次的精神困境，并在其过程中使得人类自身生存的信念受到鼓励，使得人类的精神得以升华。每当步入文明发展的关键时期，人类都借助艺术手段表达累积的智慧、生存的困惑和对未来的憧憬，同时将文明进程中那些不忍目睹的曲折、迷惑不解的处境和难以掌控的未来记录下来。

在文明的初期，人类对许多自然的事情都茫然不知所措。那些原始洞穴壁画中出现的两维的图像或象形文字，正是人类逃离身体与精神困境的智慧痕迹。这些遗留下来的文明碎片是人类探索自然奥秘和战胜自身弱点的生命的记录，是保持群体联系并维系和发展族群关系的介质，亦是人类将最有利于生存的宝贵信息呈现出来的视觉见证。从中可以看出，人类在面对身体的疾病和心灵的恐慌时尝试过种种自然的和超自然的方法，这个应对的过程显示出卓越的智慧。随着文明进程的推进，人类认识到艺术对于自身发展的价值。他们学会了以更加丰富的艺术形式表达自我、验证自我和鼓励自我。



原始洞穴壁画



线条在现代表现主义绘画中以夸张的方式呈现出来 人物造型在现代表现主义绘画中也发生了变形

然而，到了后现代文明的今日，迅猛发展的科学技术、多元存在的价值取向、日趋迷离的人与自然的关系，使人类的精神再一次陷入深层的迷惘。源自人类本性的表现自我、倾诉心灵之声的自然手段被扭曲、被剥夺、被压制，乃至被误用。对于每个个体来说，心有所想而口不能言是现代人的各种精神压抑与心理冲突的缘由。身处于这个时代的人们，最需要的是寻找一种与生俱来、鲜活有效的方式，这种方式触及心灵的柔软之处，安慰人们焦灼的心理体验，点燃人们本性中所具有的灵性，揭示心理问题的症结所在，重塑一种充满平安与喜乐的生命状态。

这时，艺术以其古老的形式和独特的魅力，胜任这一功用。正当各种心理治疗技术百花齐放之时，以艺术为介质的心理治疗呈现出她独特的魅力。艺术本身和艺术创作过程中所具有的表达、宣泄、修复和重建等心理功效，为心理治疗理论研究者与实践者心驰神往，艺术疗法对于言语疗法的补充作用也是每个临床治疗师所不能忽视的。他们或许接受过传统治疗技术的严格训练，但艺术过程对于各种微细心理变化的揭示与洞悉，仍然使治疗师心醉神迷，它激励着治疗师在此领域做出更加深刻而系统的探讨。



色彩在现代表现主义绘画中渲染得相当浓烈



目录



理论篇

第一章 什么是艺术治疗 1

- 艺术治疗简述 1
- 定义艺术治疗的不同角度 2
- 以绘画艺术为介质的心理治疗的定义 3
- 与艺术教育相区别的艺术治疗 5

第二章 艺术疗法的生理学理论依据 9

- 大脑功能侧化 9
- 左脑取向的认知模式与右脑取向的认知模式 10
- 大脑功能侧化与绘画艺术能力 11
- 大脑功能侧化与心理功能 12
- 大脑功能侧化与情绪 12
- 大脑功能侧化是艺术疗法的理论依据 14

第三章 绘画艺术疗法的优势 17

- 绘画艺术疗法的独特性 18
- 绘画艺术疗法的实施场地与适用对象 20

第四章 绘画艺术疗法的应用领域 23

- 诸多学科对艺术与康复关系的理论支持 24
- 艺术与康复关系的心理学研究 28
- 绘画艺术疗法在临床操作方面的可行性 32
- 绘画艺术疗法在心理治疗中的临床应用 33

第五章 不同理论取向的绘画艺术疗法 37

- 精神分析取向的艺术疗法 37
- 客体关系取向的艺术疗法 40
- 现象学和存在主义取向的艺术治疗 48
- 格式塔理论取向的艺术疗法 53

人本主义来访者中心取向的艺术治疗	56
表现性艺术疗法	59
艺术作为疗法的心理治疗	64
教育与发展取向的艺术疗法	69
家庭系统治疗取向的绘画艺术疗法	79
团体治疗取向的绘画艺术疗法	81

第六章 绘画艺术疗法的局限性	87
绘画艺术疗法在评定中存在的问题	88
绘画艺术疗法在临床中的问题	90

实践篇

第七章 绘画艺术评定	93
绘画艺术评定	93
绘画艺术评定的优势	94
绘画艺术评定的发展特征	94
国际常用的绘画艺术评定测验	96
第八章 绘画艺术疗法的临床治疗技术	109
西方对绘画艺术疗法临床技术的研究	110
绘画艺术疗法在临床上具有的高度整合能力	110
绘画艺术疗法的临床治疗技术呈现诸多优势	111
绘画艺术治疗法的临床技术分类	112
常用的临床治疗技术	119

第九章 绘画艺术治疗室的建立	151
绘画治疗室中如何看待来访者的艺术能力	151
成为绘画艺术治疗师的职业素质	151
如何建立绘画治疗工作室	152

第十章 以绘画艺术为介质的心理治疗来访者研究	159
经典弗洛伊德精神分析派的绘画分析	159
荣格分析派的绘画分析	166
以客体关系理论为基础的艺术治疗	173
人本主义的绘画团体——透过绘画的自我探索	187
一次团体绘画治疗的量化研究——住院精神分裂症患者的艺术干预	202

附录一 精神分裂症患者团体绘画干预	211
附录二 艺术疗法的国际组织与专业期刊	213
注释	217

第一章 什么是艺术治疗

艺术治疗简述

对于研究人类身体病痛与心灵之魔抗争历程的人们来说，视觉艺术是沉淀在浩瀚的智慧之海中最直接和最耐人寻味的一部分，它牵引着研究者们探索与考证人类战胜身心困境的出路与方法。在心理治疗领域中，这个独特的一隅被称为艺术疗法或艺术治疗（art therapy）。那么，究竟如何来定义艺术治疗？从广义上来讲，当艺术活动用于心理建设的领域时，包括各种各样的以开发创造性为目标的活动，如音乐、舞蹈、戏剧、绘画、雕塑、制陶、戏剧、诗歌等，以这些主题为内容的艺术活动除了其本身所具有的宣泄情绪、疏解压力的功效外，还可以起到调节精神紧张，改善心理环境的作用。所有这些艺术活动都可以使参与者建构一种全新的心理世界，并使受到心理困扰的个体从困境中解脱出来；从狭义上来讲，这是指以绘画艺术（fine arts）为主的视觉艺术形式在心理治疗领域中充当介质时的作用过程。首先，以视觉艺术（visual art）形式为主的心理治疗绕开言语的部分，在非言语（non-verbal）或前语言（pre-linguistic）的界限内产生功效，其功效的独特性是其他以言语为主的心理治疗所不能比拟的。其次，单就绘画艺术为介质的艺术治疗本身来说，即可以成为一个系统庞大的独立的体系，这个体系不仅涉及到与艺术治疗有关的诸多概念的区别，还涉及到独具此疗法特色的理论体系和临床操作规程。



在人类的艺术遗产中，我们经常会看到那些风格古朴、造型雄浑的艺术品，它们既是人与自然之间互动的智慧结晶，也是人类自我建构于自我表现的结果。而在现代生活中，艺术的这一功用正日益遭到破坏和限制

定义艺术治疗的不同角度

诚然，艺术作为疗法（art as therapy）在其应用方式和疗效程度上都要远远超过艺术作为活动（art as activity）带来的有限效果。正如艺术治疗先驱埃迪特·克雷默（Edith Kramer, 1979, 1993）所坚持的那样，艺术治疗所具有的最大力量在于艺术本身所具有的治疗功效，这个力量不是源自心理分析的概念，也不是源自其他现有的心理治疗理论，它源于艺术的本质。

但对艺术治疗下一个精准的定义，则需从艺术本质、审美能力、心理治疗理论及绘画与心理的关系等诸多层面加以阐述，笔者经过长期的理论与实践的探索，愈发感到对艺术治疗给出一个恰如其分的定义是一个相当棘手的问题。正如马尔基奥迪（Malchiodi, 2003）^[1]所指出的那样，很难给绘画艺术治疗或艺术疗法（art therapy）做出精准的定义。

纵观了整个艺术治疗的萌芽、发展、成熟及拓展的历程，参考了许多临床医师和理论研究者的文献之后，作者看到，不同背景的治疗师对于艺术治疗的界定是不同的，由于治疗师的学业背景从艺术家、心理治疗师，到教育者、康复师及精神科医师不等，加之艺术创作本身的属性所具有的复杂性和多变性，所以，总的来看，艺术治疗已经形成一种多元发展的趋势。比如，有的治疗师认为艺术在心理治疗中最突出的功能是一种象征性的沟通能力；借助象征性完成的心理治疗就是艺术心理治疗（art psychotherapy）；过程本身就具有心理治疗的功效，不管是画线条、涂色彩、随意涂鸦或剪纸拼贴，还是其他有的治疗师强调艺术在表现方面的作用，将艺术治疗视为有助于将思维与情感言语化（verbalization）的方式，于是将艺术创作作为心理治疗的辅助工具；而有的治疗师则相信，艺术本身即是一种疗法，他们看重创造性的活动对心灵产生的奇异作用，认为艺术形式和创造过程都具有神奇的康复功能。

还有的治疗理论家对艺术治疗的定义提出质疑，如卡普兰（Kaplan, 2000）认为若把艺术与言语性的心理治疗盲目地结合在一起就会冒某种风险，艺术创作本身带给心理健康的益处有可能会丧失。因为那样的话，既没有给传统的言语性心理治疗疗程足够的时间，也没能借助完备的设施来完成艺术作品的创作。因而，卡普兰（Kaplan, 2000）建议使用“艺术推动的言语治疗”（art-facilitated verbal therapy）一词取代平时所谓的“艺术心理治疗”（art psychotherapy），用艺术推动的言语心理治疗是在言语心理治疗的基础上辅以艺术活动而进行的心理治疗。这种疗法认为通过艺术活动可以使言语沟通的心理治疗更加完善，试图将言语治疗与艺术疗法两者的优点结合起来，以提高言语性治疗的效果。因此，在他看来，运用艺术的心理治疗师无需接受专业化的艺术训练，只需要以言语性活动为主，艺术创作活动为辅，通过言语的讨论和干预来加强整个治疗的疗效性。

查阅文献，还可以看到诸多与艺术治疗相关的术语，如：表现性分析（expressive analysis）、临床艺术疗法（clinical art therapy）、心理美学（psycho-aesthetics）、表现性疗法（expressive therapy）、图解格式塔（graphic gestalt）等等。与艺术疗法有关的概念还有，艺术作为疗法（art as therapy），艺术心理治疗（art psychotherapy），表现性艺术治疗（expressive art therapy），等等。

从本书作者的专业研究界限来考虑，作者自从完成了以绘画为介质的心理治疗方面的博



以艺术为介质的心理治疗



表现性艺术治疗

士论文研究起，主要从事视觉艺术疗理论与实践的探索，加之身处视觉艺术专业院校所，拥有相当丰富的视觉艺术资讯，故本书的研究内容只限于在绘画艺术为主的艺术形式内，书中提到的艺术治疗多指有艺术为介质的心理治疗。另外，在本书中，艺术疗法与艺术治疗同指一个定义，皆来自英文的art therapy一词。

以绘画艺术为介质的心理治疗的定义

对艺术治疗下定义需要考虑诸多因素。在艺术治疗领域处于权威地位的两个协会曾尝试着对艺术疗法做出描述，这番描述至今仍然对我们有启迪的作用。

美国艺术治疗协会（American Art Therapy Association, 1997, AATA）对艺术治疗所做出的界定是：

艺术治疗是指通过运用绘画介质或材料、艺术创作的意象、创造性的艺术活动和患者对

作品的反馈，来呈现个体的发展、能力、人格、兴趣、关注和冲突的一项服务性职业。这种以绘画艺术为介质的治疗实践是以人类发展的理论和心理的理论知识如，教育、心理动力、认知、人际关系等为基础，并辅以其他的评估诊断标准和辅助治疗手段，主要解决来访者的情绪冲突，提升他们的自我意识，提高社交技巧和管理行为的能力，解决心理困惑和减少焦虑，辅助来访者取得适应生活的能力，提高自尊水平。

英国艺术治疗师协会（British Association of Art Therapists, BAAT）则认为：

艺术治疗包括创作者、作品和治疗师这三者之间的互动和交流过程，其中，治疗师以足够的时间陪伴来访者，对其给予积极的关注，并清晰地界定两方面的治疗关系，同时以此方式为患者提供艺术媒体、创作环境和治疗师本人等三个核心要素。治疗师本人作为治疗过程中必不可少的要素，这一点是最为重要的。治疗过程的目的是发展出一种象征性的语言，触及到不为来访者所知的感受，并将它们创造性地整合到人格里，直至发生治疗性的变化。治疗师的焦点不是集中于对艺术品和艺术创作的审美特性上，而是注重艺术过程及其从中反映出的关系模式，即将所有治疗要素卷入治疗过程。治疗师通过澄清病人的知觉，借助他们与治疗师分享治疗体验的过程，增加来访者自省能力，促进改变的可能性（Standing Committee for Art Therapies Professions, 1989）。

然而，仅仅对艺术治疗做出如此的定义是不能令临床治疗师感到满意的，因为他们需要明确地界定的一个最基本的内容，除了什么“是”艺术治疗之外，还要了解什么“不是”艺术治疗。不了解艺术治疗机理，就有可能将许多卷入艺术活动的心理疗法理解为“艺术疗法”，比如，为躯体障碍的患者或心境不佳的来访者提供艺术材料，其活动过程很可能是教育性的或者娱乐性的，而不是治疗性的。再比如，以填补闲暇时间为目的而进行的活动就不能称为艺术疗法，即便是在精神病康复的背景下，如果艺术活动的基本目的是提供社会学习的环境或创造娱乐氛围，也算不上是艺术治疗，对有些患者来说，活动本身很可能起到某种治疗作用，但在严格的意义上还不能称为艺术治疗。乌尔曼（Ulman）曾说，“艺术治疗的核心，应该与‘艺术’和‘治疗’都有关”，所以，艺术治疗的关键点落在“治疗”上。



图为乌尔曼，她率先将绘画引入心理评估

如果把这两个机构的定义综合一下，结合以绘画艺术为介质的心理治疗的相关文献的不同的侧重点，就可以对艺术治疗的基本机制做出概括，并从以下几个方面做出定义。

（1）艺术治疗以心理学和艺术理论为基础，包括：精神分析理论、心理发展阶段理论、格式塔心理学理论及视知觉思维理论；

（2）艺术治疗以多种艺术活动为媒介，包括：绘画、雕刻、制陶、黏土、拼贴、音乐、舞蹈、诗歌、戏剧等；

（3）艺术治疗的过程建立在治疗师、患者和艺术作品等多层关系的互动基础



普通的画室注重艺术作品



艺术治疗室注重透过艺术过程的心理成长

上，如治疗师与患者的信赖关系，患者对作品及创作过程的洞察，治疗师对作品及创作过程的评估与分析；

（4）艺术治疗的目标是：解决情绪冲突、减少焦虑和抑郁、洞悉心理问题、揭示人际关系系统和整合人格等；

（5）艺术治疗借助绘画或其他艺术形式的创作过程及艺术作品中富含的心理信息促进患者的心理成长，或给生活状态带来改变。

与艺术教育相区别的艺术治疗

艺术教育与艺术治疗这两个概念经常被混淆，但是它们却有着本质区别。

首先，艺术治疗工作室从形式上看与艺术教育的课堂很相像，两者运用的艺术材料一样，绘画创作的组织过程都从开放性过渡到结构性，甚至教师与治疗师使用的语言也是一样

的友好与温暖，富于启迪性。然而，艺术治疗与艺术教育最为关键的区别是看不见的——它发生在参与者，即治疗师与来访者的心理结构内部。

其次，艺术治疗师在对作品做出评估时所关心的是创作者的行为。无论来访者使用了何种材料，表现了怎样的主题，治疗师都会透过来访者与自己的互动过程尽可能多地了解对方的心理资讯；还通过这些线索评估来访者的发展水平、心理困惑的症结并对此制定出相应的应对策略。比如，一位从事家庭系统治疗的治疗师所感兴趣的是个体及家庭的心理动力模型，家庭成员很可能在他们的艺术作品中用象征符号表现出关系模型，他们的创作行为将投射出家庭成员之间心理的动力模型，这种家庭艺术活动看上去与休闲活动太相像了，但治疗师借此观察的是家庭系统的心理动力模型和家庭成员之间的互动关系。团体艺术活动也一样，看起来像是一堂美术课，但团体带领者观察团体创作的目的是要关注个体与其他团体成员之间的关系。

艺术治疗与艺术教育虽然有重叠的部分，但是它们绝对不是完全重合的。

一方面，在艺术治疗中，教育性的元素是相当普遍的，因为治疗过程也是帮助来访者发展创造性的过程，重要的是，治疗师的角色是首要的，而作为艺术教师的角色应该属于次一级的。换句话说，即使一位治疗师在教授绘画技术，其目的也不是为了技术本身，而是借助技术帮助来访者掌握一种精细的表达情感的工具，借助技术取得更高层次的升华的力量，或者借助技术提升自尊水平。技术熟练的治疗师非常了解特定心理发展阶段中所呈现出来的艺术特征，并能够运用这些特征对心理发展受阻的状况做出诊断，从而帮助来访者克服困境。

另外，艺术教育富含着各种治疗性的元素。最优秀的艺术教育者在教育的过程中会注重学生全方位的人格成长。他们借助绘画教学过程使学生获得多方面的收益，如驾驭材料的能力、表达情感的能力、解决问题的能力等。毫无疑问，艺术教育过程推进了学生的社会交往能力和情绪管理能力，因为创作过程与心理建设过程是并行的，如，艺术过程是一种使紧张与压抑的心境得到深度放松的有效方式；艺术创作的发散性思维使人摆脱羁绊享受自由；艺术是另一种视觉形式的语言，它将受到禁锢的情感疏导出来；艺术作品可以为“不可见的”心理过程赋予“看得见的”生动的形式；艺术将人们难以用语言表达的或者羞于启齿的思想情感表现出来。

艺术治疗涵盖了多学科理论对于心理的探索，特别是与诸多的心理治疗理论与技术有着多种联系，因此，当临床治疗师将“艺术”作为一种“治疗”提供给患者的时候，需要掌握相当丰富的专业知识和技能。即便是一位多才多艺的艺术教育者或敏感的艺术家，未经过专业训练也不能成为一位称职的艺术治疗的临床治疗师（clinician）。众所周知，掌握心理学与心理治疗的理论和技术需要花很多年的时间，对于视觉艺术有些许的了解也需要几年到几十年的投入，更不用说将艺术与各种心理疗法融合在一起应用于各种病症和群体，则是一个需要毕生去追求的事业。



艺术创作过程具有巨大的心理意义，对于发展中儿童来说尤为如此。艺术创作之前的构思、创作过程中的身心灵的整体卷入，和艺术创作过程之后的分析与修改，都蕴含着极其丰富的心理成长资源。一个美术教育者，要透过艺术创作过程对作品背后的心理成长线索保持一颗敏感的心。一副造型成熟的作品后面，或许隐藏着一颗受压制的焦虑的心；看上去幼稚可笑的线条与用色后面或许是无限的创造性与一个高自尊的心灵。对于艺术治疗师来说，不仅要具备一定的艺术创作经验和良好的审美趣味，还要有足够的心理治疗理论基础与实践经验，只有具备了这样深厚的专业功底，治疗师在面对来访者的一幅富含着心理意义的作品时，才能帮助来访者发觉其成长因素