

**Міністерство освіти і науки України  
КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД  
«ХАРКІВСЬКА ГУМАНІТАРНО-ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ»  
ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ**

**АРТ-ТЕРАПІЯ У СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНІЙ РОБОТІ**

Навчально-методичний посібник  
для підготовки здобувачів вищої освіти спеціальності  
231 Соціальна робота

Укладачі: В. В. Анголенко, Н. М. Печериця

Харків

2024

**УДК 376.7:37.013.82:7(075.8)**

**Укладачі :**

**Анголенко В. В.**, кандидатка педагогічних наук, доцентка, викладачка кафедри соціальної роботи Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради.

**Печериця Н. М.**, кандидатка педагогічних наук, викладачка кафедри соціальної роботи Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради.

**Рецензенти:**

**Рассказова О. І.** – докторка педагогічних наук, професор, професор кафедри соціальної роботи Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради;

**Мальчева Є. М.** – членкиня Міжнародної федерації Арт-терапії і самореалізації особистості, психологиня, соціальна педагогиня Зорянської ЗЗСО.

**Арт-терапія у соціально-педагогічній роботі:** навч.-метод. посібник для здобувачів вищої освіти спеціальності 231 Соціальна робота/ уклад.: В. В. Анголенко, Н. М. Печериця. – Харків, 2024. – 124 с.

У навчально-методичному посібнику репрезентовано теоретичні та практичні основи арт-терапевтичної діяльності у соціальній сфері. Зміст навчально-методичного посібника відповідає освітньо-професійній програмі підготовки фахівців галузі знань 23 Соціальна робота та вимогам Державного галузевого стандарту освіти для спеціальності 231 «Соціальна робота».

Цей посібник стане корисним джерелом інформації для педагогів, соціальних працівників, психологів та інших фахівців, які цікавляться використанням арт-терапевтичних методів роботи з різними віковими групами з метою підтримки їхнього соціального та емоційного розвитку. У посібнику розкрито історичні аспекти становлення арт-терапії як методу соціально-педагогічної діяльності, особливості використання різноманітних арт-терапевтичних технік в роботі соціального працівника з різними категоріями населення.

Видання розраховане на здобувачів вищої освіти, науково-педагогічних працівників, працівників соціальної сфери, соціальних педагогів.

**УДК 376.7:37.013.82:7(075.8)**

Рекомендовано до друку науково-методичною радою академії Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради  
Протокол № 6 від 11.06.2024 року

© ХГПА 2024  
© Анголенко В. В.,  
© Печериця Н. М.

## ЗМІСТ

Передмова	4
<b>Змістовний модуль I. Теоретико-методологічні засади арт-терапії</b>	5
<b>Лекція до теми 1. Теоретичні основи арт-терапевтичної діяльності</b>	5
<b>Лекція до теми 2. Історія становлення арт-терапії як методу соціально-педагогічної діяльності</b>	11
<b>Лекція до теми 3. Основні аспекти арт-терапій у соціально-педагогічній роботі</b>	22
<b>Семінарське заняття до теми 3. Особливості використання основних терапій в роботі соціального працівника</b>	28
<b>Семінарське заняття до теми 4. Діагностико-терапевтичні можливості різних видів мистецтва</b>	29
<b>Лекція до теми 5. Особливості арт-терапевтичної роботи з різними категоріями населення</b>	30
<b>Семінарське заняття до теми 5. Використання різних видів арт-терапії в роботі з різними категоріями населення</b>	43
<b>Практичне заняття до теми 5. Практичні аспекти застосування різних видів арт-терапії в роботі з різними категоріями населення</b>	44
<b>Змістовий модуль II. Практичні аспекти застосування різних видів арт-терапії у соціально-педагогічній роботі</b>	45
<b>Практичне заняття до теми 6. Пісочна терапія, скульптурування, ліплення, паперотерапія у роботі з різними віковими групами</b>	45
<b>Практичне заняття до теми 7. Особливості використання казкотерапії та ігрової терапії</b>	46
<b>Семінарське заняття до теми 8. Ізотерапія, кольоротерапія та фототерапія в соціально-педагогічній роботі з різними віковими групами</b>	47
<b>Практичне заняття до теми 8. Особливості підготовки та застосування ізотерапії, кольоротерапії та фототерапії в соціально-педагогічній роботі</b>	48
<b>Лекція до теми 9. Арт-терапевтичні техніки для розвитку соціально-емоційної стійкості різних вікових груп</b>	49
<b>Семінарське заняття до теми 9. Формування життєстійкості різними видами арт-терапевтичних технік</b>	55
<b>Семінарське заняття до теми 10. Різноманітні арт-терапевтичні підходи в соціальній роботі з метою лікування, реабілітації та профілактики</b>	56
<b>Практичне заняття до теми 10. Використання арт-терапевтичних підходів у соціальній роботі з метою лікування, реабілітації та профілактики</b>	57
<b>МЕТОДИЧНІ НАСТАНОВИ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ</b>	59
<b>ДОДАТКИ</b>	65
<b>СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ</b>	121

## ПЕРЕДМОВА

Виклики сьогодення ставлять перед соціальною роботою нові завдання, пов'язані зі зменшенням психоемоційної напруги, подоланням кризових ситуацій, травматичних подій, формуванням життєстійкості у різних категорій населення тощо. В таких умовах одним з ефективних інструментів фахівця соціальної сфери стає арт-терапія. Вона використовує різні види мистецтва для покращення психоемоційного стану людини та є ефективним інструментом для роботи з різними категоріями населення, включаючи дітей, дорослих, людей похилого віку, осіб з інвалідністю та інші категорії.

Мета навчально-методичного посібника полягає у наданні практичних інструментів та методів для використання арт-терапії в роботі фахівця соціальної сфери з різними віковими категоріями.

У посібнику розкриті теоретичні основи арт-терапії – основні поняття, принципи, методи, особливості, види; практичні аспекти – різноманітні техніки та методи арт-терапії, які можуть використовуватися в роботі з різними категоріями осіб. Посібник містить лекційний матеріал, плани семінарських та практичних занять і завдання до них, запитання до самоконтролю, методичні настанови до самостійної роботи здобувачів освіти, що надаються практичні поради щодо організації та проведення арт-терапевтичних технік самостійно, додатки, що містяться глосарій, силабус, кейс-техніки та інші матеріали, які можуть бути корисними для фахівців соціальної сфери та список літератури.

Навчально-методичний посібник може бути корисний для здобувачів освіти спеціальності 231 «Соціальна робота», науково-педагогічних працівників, фахівців соціальної сфери, соціальних педагогів, соціальних робітників тощо.

Цей навчально-методичний посібник покликаний допомогти соціальним працівникам опанувати методи арт-терапії та використовувати їх у практичній діяльності.

## **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ АРТ-ТЕРАПІЇ**

### **Тема 1. Теоретичні основи арт-терапевтичної діяльності**

Мета: ознайомити здобувачів освіти з сутністю, характерними особливостями та термінологічним полем арт-терапії.

Вид: лекція вступна, навчальна.

План:

1. Арт-терапія у професійній підготовці фахівця соціальної сфери.
2. Сутність арт-терапії.
3. Характерні особливості та переваги арт-терапевтичної діяльності.
4. Термінологічне поле арт-терапії.

Рекомендована література: 1, 8, 13, 24.

Перебіг заняття:

#### **1. Арт-терапія у професійній підготовці фахівця соціальної сфери.**

Сучасне українське суспільство зазнає динамічних змін, які супроводжуються складними соціально-економічними проблемами та військовими подіями. Це робить необхідною висококваліфіковану підготовку соціальних працівників, здатних не лише надавати підтримку людям, що опинилися у складній чи кризовій життєвій ситуації, але й допомагати їм подолати стереотипну поведінку, активізувати внутрішні ресурси та адаптуватися до нових умов.

Арт-терапія стає все більш визнаним та використовуваним методом у соціальній роботі. Цей метод використовує різні форми мистецтва, такі як малювання, музика, танці, театр, письмо та інші, щоб допомогти людям у вирішенні емоційних, психологічних та соціальних проблем.

Арт-терапія виступає цінним інструментом, який може допомогти майбутнім фахівцям соціальної сфери у професійній діяльності.

Комплекс арт-терапевтичних методів та прийомів, що використовує фахівець соціальної сприяє:

1. Зміні стереотипної поведінки: арт-терапія дає можливість досліджувати та опрацьовувати глибинні емоції, травми та негативні установки, сприяючи формуванню нових, більш сприятливих про соціальних моделей поведінки.
2. Активізації внутрішніх ресурсів особистості: творчі процеси під час арт-терапії допомагають виявити та розкрити внутрішні ресурси, таланти та потенціал, що може стати опорою у складних чи кризових життєвих ситуаціях.
3. Підвищення адаптаційних можливостей: розвиваючи креативність, гнучкість та навички самовираження, арт-терапія сприяє кращій адаптації людей до змін та нових викликів.

Гнучкість арт-терапії робить цей метод цінним у роботі соціальних працівників тому, що: дозволяє працювати з різними групами клієнтів, має широкий спектр методів та технік, створює безпечний простір для самовираження, дозволяє досліджувати та опрацьовувати складні емоції та травми, сприяє особистісному саморозвитку, підвищує мотивацію та залученість клієнта, дозволяє працювати з широким колом клієнтів, допомагає у роботі з людьми, які мають труднощі з вербальним самовираженням тощо.

Включення арт-терапії в процес професійної підготовки фахівців соціальної сфери дозволить їм більш ефективно допомагати людям, які потребують допомоги.

Інтеграція арт-терапії у підготовку фахівців соціальної сфери може значно розширити їх можливості у наданні допомоги людям, які опинилися у складних чи кризових життєвих обставинах. Це дозволить їм не лише розв'язувати актуальні проблеми клієнтів, але й сприяти їх соціальній адаптації та покращенню соціального благополуччя.

## **2. Сутність арт-терапії.**

У сучасному суспільстві все більше зростає інтерес до методу арт-терапії, що дає можливість використовувати його з метою терапевтичного

впливу та при вирішенні діагностичних, корекційних, психопрофілактичних завдань тощо.

Арт-терапія (лікування мистецтвом є назвою), часто застосовується, особливо в практиці, як назва всього напрямку. Але англійською означає одночасно і мистецтво, й живопис. Тому, як правило, під арт-терапією розуміють, так звані, візуальні види мистецтва (живопис, малюнок, ліплення, грим, боді-арт, мозаїки, різного виду інсталяції з предметів, колажі, ляльки тощо, тобто те, що можна побачити). Серед інших назв для цього напрямку психотерапії – креативна терапія як терапія творчістю, експресивна терапія як терапія творчою експресією (в цій назві робиться акцент на власне творче самовираження як основну терапевтичну особливість арт-терапії), терапія творчим самовираженням (найбільш змістовно точна назва), а також інтермодальна арт-терапія, тобто терапія різними напрямками мистецтва тощо.

Термін арт-терапія став використовуватися в нашій країні порівняно недавно, і в перекладі з англійської означає – лікування, засноване на заняттях художньою творчістю, хоча як засіб лікування душі пластичні мистецтва були відомі задовго до виникнення поняття про терапевтичні методи. Кращі зразки архітектури, культових споруд, релігійного живопису та скульптури були завжди спрямовані на оздоровлення душі, народження світлих почуттів, позбавлення деструктивних імпульсів і станів.

Термін арт-терапія (надалі АТ) запровадив художник Адріан Хілл у 1938 році. В роботі з хворими він помітив, що заняття творчістю сприяють тому, що вони мають змогу відволіктися від переживань і тривоги, а також допомагають ефективно боротися з хворобами. Спочатку арт-терапія виникла в контексті теоретичних ідей З. Фрейда і К. Юнга, а надалі набувала ширшої концептуальної бази, включаючи гуманістичні моделі розвитку особистості К. Роджерса і А. Маслоу. На думку Юнга, мистецтво, особливо арт-терапія, що використовує мистецтво, значною мірою полегшує процес

індивідуалізації саморозвитку особистості на основі встановлення зрілого балансу між несвідомим і свідомим – Я.

За М. Лібманом, арт-терапія – це використання засобів мистецтва для передачі почуттів та інших проявів психіки людини з метою зміни структури її світовідчуття.

В енциклопедії соціальної роботи зазначено, що арт-терапія – це способи та технології реабілітації людей засобами мистецтва і образотворчої діяльності. Останнім часом арт-терапія все ширше застосовується в соціальній сфері.

Арт-терапія володіє очевидними перевагами перед іншими формами психотерапевтичної роботи:

1. Арт-терапія є засобом переважно невербального спілкування. Це робить її особливо цінною для тих, хто недостатньо добре володіє мовою, відчуває труднощі в словесному описі своїх переживань.

2. Арт-терапія є засобом вільного самовираження і самопізнання. Вона має – інсайт-орієнтований характер, надає атмосферу довір'я, високої терпимості та уваги до внутрішнього світу дитини.

3. Арт-терапія заснована на мобілізації творчого потенціалу дитини, внутрішніх механізмів саморегуляції та зцілення.

### **3. Характерні особливості та переваги арт-терапевтичної діяльності.**

Арт-терапія застосовується в багатьох сферах життя людини. Найбільше вона поширена в області:

1. Освіти (педагогіка, розвиток, конфлікти, емоційні порушення, страхи – мова образів).

2. Медицини (психіатрія, соматичні захворювання, погіршення якості життя, психосоматика, геронтологія).

3. Соціальній сфері (інтернати, групові та міжгрупові конфлікти, військові дії, правопорушники, люди, що втратили житло, вагітні жінки).

Особливості АТ:

1. Надає додатковий ресурс в найскладніших випадках.



2. Працює з образами та через образи.
3. Тріадність (клієнт – творчий продукт – терапевт).

На заняттях клієнт з терапевтом працюють саме через творчий продукт клієнта. Форми арт-терапії: індивідуальна, групова та сімейна.

#### Переваги АТ:

1. Арт-терапія не має обмежень у використанні, тому що кожна людина (незалежно від свого віку, культурного досвіду, соціального становища) може брати участь в арт-терапевтичній роботі.
2. Арт-терапія не вимагає здібностей до образотворчої діяльності чи художніх навичок.
3. Арт-терапія як засіб невербального спілкування особливо цінна для клієнтів, яким важко описати словами свої переживання, або, навпаки, хто надмірно використовує вербальне спілкування.
4. Творча діяльність як могутній засіб зближення людей стає своєрідним «мостом» між спеціалістом та клієнтом або клієнтом та іншими людьми.
5. Арт-терапія – унікальна можливість для дослідження особистості, власних несвідомих процесів.
6. Арт-терапія як засіб вільного самовираження та самопізнання має інсайт-орієнтований характер; передбачає атмосферу довіри, високої толерантності, уваги до внутрішнього світу людини. Взаємодія з мистецтвом дає людині можливість відчувати свободу вирішувати, що створити.
7. Продукти творчості – об'єктивні свідчення настроїв та думок людини, що дозволяє використовувати їх для ретроспективної, динамічної оцінки стану, здійснення досліджень та аналізу.
8. Арт-терапія дає високий позитивний емоційний заряд, формує активну життєву позицію, впевненість у своїх силах, автономність і особисті межі.
9. Арт-терапія як метод заснований на мобілізації творчого потенціалу людини, внутрішніх механізмів саморегуляції та зцілення відповідає

фундаментальній потребі людини в самоактуалізації, тобто розкритті нових можливостей і ствердження свого індивідуально-неповторного способу буття у світі.

В Україні арт-терапія застосовується в роботі з багатьма категоріями населення з широким спектром проблем: соматичні стаціонари та психосоматичні відділення; у роботі з дітьми та дорослими з інвалідністю (інклюзією); при різних видах залежності; в роботі з дітьми та дорослими, які зазнали насильства або мають інший травматичний досвід; під час корекційних занять у дітей з порушеннями поведінки; як засіб налагодження комунікацій та управління груповою динамікою в робочому колективі, класі, в організаціях для створення команди, подолання наслідків емоційного вигорання працівників; під час сімейної терапії; в період вагітності; в роботі з біженцями та переселенцями; під час реабілітації та психосоціального відновлення в період воєнних дій тощо.

#### **4. Термінологічне поле арт-терапії.**

До одних з основних термінологічних понять з арт-терапії відносять такі:

1. Арт-продукт – кінцевий результат арт-процесу (малюнок, скульптура, музичний твір або інший вид мистецтва).
2. Арт-терапевт – це фахівець, який використовує мистецтво як терапевтичний інструмент.
3. Арт-терапевтичний простір – це спеціально організоване середовище, вільне від суджень, де клієнти можуть досліджувати себе через арт-матеріали та творчий процес.
4. Групова арт-терапія – це форма арт-терапії, де люди працюють разом у групі, щоб досліджувати свої думки, почуття та досвід через мистецтво.
5. Відображаючий діалог – це метод, який використовує арт-терапевт, щоб допомогти клієнту зрозуміти та дослідити значення своїх творів мистецтва.

6. Інтерпретація – це процес надання значення твору мистецтва. В арт-терапії інтерпретація використовується для того, щоб допомогти клієнту зрозуміти свій внутрішній світ.
7. Інтервенція – це дії, які робить арт-терапевт, щоб допомогти клієнту у його творчому процесі та особистому розвитку.
8. Рефлексія – це процес роздумів над своїми думками, почуттями та досвідом. В арт-терапії рефлексія використовується для того, щоб допомогти клієнту зрозуміти, як його арт-творчість пов'язана з його життям.
9. Розвиток особистості – це процес, який веде до більшого усвідомлення себе, прийняття себе та самореалізації.
10. Самооцінка – це оцінка своїх здібностей, цінностей та досягнень. В арт-терапії самооцінка використовується для того, щоб допомогти клієнту.
11. Трансперсональна арт-терапія – це форма арт-терапії, яка фокусується на духовному розвитку та трансцендентних переживаннях.

#### **Запитання для самоконтролю:**

1. Розкрийте суть поняття «арт-терапія»?
2. Назвіть основні переваги арт-терапії?
3. Окресліть спектр використання арт-терапії?

## **Тема 2. Історія становлення арт-терапії як методу соціально-педагогічної діяльності**

Мета: ознайомити здобувачів освіти з історією становлення арт-терапії як методу соціально-педагогічної діяльності.

Вид: лекція навчальна.

План:

1. Історія розвитку арт-терапії.
2. Основні принципи у використанні арт-терапії.
3. Основні функції та галузі використання арт-терапії.
4. Види арт-терапії.

Рекомендована література: 6, 11, 14, 17.

Перебіг заняття:

### **1. Історія розвитку арт-терапії.**

До основних витоків арт-терапії відносять: кореневі витoki арт-терапії можна знайти в прадавніх культурах, де мистецтво використовувалося для ритуальних, цілющих та духовних практик; романтизм (19 століття) підкреслив цінність емоцій та уяви, що дало поштовх до дослідження терапевтичного потенціалу мистецтва; експресіонізм (початок 20 століття) зосередився на вираженні внутрішнього світу людини, що стало основою для арт-терапії як методу психотерапії.

Становлення арт-терапії як професійної діяльності відбувалося таким чином:

1930-ті роки: Адріан Хілл використовує малювання з хворими на туберкульоз, що вважається одним з перших задокументованих випадків використання арт-терапії.

1940-ті роки: Маргарет Наумбург розробляє метод психодинамічної арт-терапії, досліджуючи його вплив на дітей з поведінковими проблемами.

1950-ті роки: Едмунд Фельденкрайз використовує рух та скульптуру для покращення сенсомоторної інтеграції та психоемоційного стану.

1960-ті роки: Арт-терапія набуває все більшого визнання та поширення, з'являються перші професійні асоціації арт-терапевтів. Уже в середині 60-х років формуються професійні спілки арт-терапевтів, складається система освіти. В різних спільнотах усі ці процеси набувають неоднорідної форми: різні вимоги до спеціалістів, різні стандарти професійної майстерності. Однак у всьому світі арт-терапія поступово інтегрується в систему медичного страхування, освіти та стає обов'язковою частиною соціальних заходів профілактичного й реабілітаційного характеру. Хоча далеко не у всіх країнах арт-терапія існує як окрема спеціальність, сфера використання арт-терапевтичних технологій досить широка.

1970-ті–сьогодні: Розвиток арт-терапії як динамічної та різноманітної сфери, що включає різні методи та підходи. У 70–80-х роках відбувається активний розвиток арт-терапії: приймають етичний кодекс арт-терапевтів, організують різноманітні друковані видання, конференції для спеціалістів. В 90-х у мережі Інтернет з'являються сайти й електронні бібліотеки, електронні видання присвячені арт-терапії. В сучасній арт-терапії можна виділити два основні напрями. Представники першого використовують вже готові твори (картини, музику тощо) професійних митців. Позитивним моментом, безумовно, є найвищий рівень творів і, відповідно, високий рівень переживань, закодованих у них. Крім того, знімається страх робити щось самому без спеціального навчання. Представники другого напрямку використовують самостійну творчість клієнтів або учасників груп. Позитивним моментом є саме власна творчість. Відомо, що сама можливість художнього самовираження для дітей та молоді завжди пов'язана з покращенням їхнього психічного здоров'я та розвитком особистості. «Педагогічний» напрямок арт-терапії в ряді робіт названий «емоційним вихованням», «емоційною освітою» або «арт-педагогікою».

В Україні арт-терапія розпочала свій інтенсивний розвиток у період заснування Української арт-терапевтичної асоціації (надалі УАТА) у 2007 році, почали проводитися наукові дослідження та конференції з арт-терапії, розширення сфери застосування арт-терапії: психотерапія, психокорекція, реабілітація, освіта, соціальна робота. Найбільш розвинуті арт-терапія за допомогою образотворчого мистецтва й танцювально-рухового підходу. В теорії, так і в практиці залишається багато білих плям та дискусійних питань. Однак, мабуть, не слід очікувати від цього напрямку терапії чіткості та однозначності. Мистецтво, творчість, фантазія завжди, у всі часи були простором таємничості та незбагненності. Цікаво, що на відміну від Західної Європи та Америки, в Україні арт-терапія більше цікавить не лікарів, а педагогів та психологів-практиків, що спричинило поширення цього методу в освіті та соціальній сфері.

## **2. Основні принципи у використанні арт-терапії.**

Арт-терапія заснована на принципі відображення психічного стану людини в тих зорових образах, які постають перед ним під час танцю, малювання, співу, гри.

Дотримуйтеся основні принципів арт-терапії:

1. Не задавайте питаннями, як, чому, навіщо. Просто беріть і робіть. Важливим є сам процес будь-якої творчості, він завжди допомагає людині досягти якого-небудь результату. Він не буває поганим або неправильним, він являє собою відображення вашого внутрішнього світу.

2. Не соромтеся. Часто люди відчують ніяковість, варто їм тільки подумати про самих вправах арт-терапії. А вже сама можливість того, що їм доведеться малювати, ввергає їх в жах. Спробуйте подолати цей психологічний бар'єр, проникнутися атмосферою творчості, відчутти себе вільно і розцінити арт-терапію як своєрідну гру. Насолоджуйтеся кожним рухом олівця або пензля по папері.

3. Оцініть, подумайте про свої результати. Не дивіться на красу свого твору. Поміркуйте про нього – це один з головних етапів арт-терапії. Ваше творіння – це ваше джерело знань про самого себе. Воно відображає ваші проблеми та способи їх вирішення. Завдяки роздумам над продуктом власної діяльності людина може знайти шлях, який приведе його до вірних думок і допоможе знайти необхідні рішення.

4. Ефект «інсайту» займає найважливіше місце в системі принципів арт-терапії. Прозріння – нагорода за всі ваші праці, завдяки йому ви краще дізнаєтеся своєї внутрішній світ, заново познайомитеся з самим собою і зробите певні висновки. Принципи арт-терапії дозволяють людині максимально грамотно і відповідально підійти до методики лікування за допомогою мистецтва. Дотримуйтеся їм, прислухайтеся до себе і тоді однозначно помітите позитивні результати.

## **3. Основні функції та галузі використання арт-терапії.**

Виділяють дві функції арт-терапії:

1. Діагностична. Малюнок є особливим документом, який містить багато інформації про свого автора. Малюнок завжди символічний, відображає наявний стан автора, навіть якщо той намагався це приховати від інших та самого себе. Кожен малюнок містить величезну кількість діагностичного матеріалу, але не може бути основою для постановки діагнозу.

2. Терапевтична. Зцілення особистості за допомогою мистецтва, повернення до психологічної цілісності. Ми виходимо з розуміння «здоров'я» як цілісності, на відміну від «здоров'я» як протилежності хвороби. Арт-терапія використовується у формі групової та індивідуальної роботи.

Галузі її застосування дуже широкі: в психіатричних клініках лікувальна робота з психіатричними хворими; лікувально-реабілітаційна допомога пацієнтам у соматичних стаціонарах, реабілітаційних центрах; у роботі з хворими, що страждають онкологічними та іншими захворюваннями з високою ймовірністю летального результату (наприклад, хворими на ВІЛ/СНІД); у психосоматичних відділеннях; у геріатрії та психогеріатрії з пацієнтами похилого віку з соматичною або психіатричною патологією; в реабілітації та адаптації інвалідів (порушення комунікативних навичок, проблеми, пов'язані з соціальною ізоляцією, втратою працездатності, перспективою смерті, втратою смислу життя тощо); є досвід застосування арт-терапевтичних технологій у роботі з хімічними залежностями; в роботі з дітьми та підлітками; в сімейній психотерапії тощо.

Практика використання арт-терапевтичних технологій в освітніх закладах широко обговорюється в роботах російських авторів, показана доцільність її застосування як ефективного засобу допомоги дітям, що відстають у навчанні, дітям із неблагополучних сімей.

Арт-терапевтичні технології ефективні при порушеннях адаптації в новому колективі, з метою психологічної допомоги молодшим школярам, які мають труднощі в навчанні, в роботі з підлітковими «бунтами», при емоційному виснаженні педагогів та психологів. Доведені переваги арт-

терапевтичної роботи з дітьми та дорослими, які зазнали насильства або мають інший травматичний досвід.

У соціальній сфері арт-терапія використовується для допомоги населенню в умовах військових дій, у роботі з правопорушниками, безробітними та іншими соціально незахищеними шарами населення, вагітними та їхніми сім'ями. Існує досвід використання арт-технологій для «медіації» в конфліктних ситуаціях в організаційній та соціально-політичній психології.

#### **4. Види арт-терапії.**

На сьогодні найбільше розповсюджені такі напрямки. Арт-терапія. Цей напрямок поєднує використання в терапевтичній практиці візуальних мистецтв: малюнка, живопису, монотипій, мозаїк, колажів, гриму, боді-арту, масок, ліплення, ляльок, маріонеток, інсталяцій, фотографій тощо. Арт-терапія найбільш розроблений напрямок із величезною кількістю технік, прийомів, методик. Саме з малюнка почалася історія арт-терапії як психотерапевтичного методу.

Перевагами арт-терапії, крім відсутності протипоказань, є відносна простота в застосуванні, багатство матеріалів, можливість використання в поєднанні з будь-якими іншими психотерапевтичними методами та медичними засобами.

До найбільш поширених та доступних засобів арт-терапії відносяться:

Музикотерапія більшістю спеціалістів включається в арт-терапію. Як один із найдавніших архаїчних видів творчості напрямок надзвичайно багатий за силою впливу, широтою можливостей, існуючого емпіричного матеріалу. Танцювальну терапію часто виділяють у самостійний психотерапевтичний напрямок або ж відносять до тілесноорієнтованого. Це теж давній спосіб зцілення, як і музика.

Танцювально-рухова терапія є методом терапії, що використовує як інструмент виразний рух і танець. Танець допомагає процесу особистісної інтеграції та росту. Основним принципом танцювальної терапії є



взаємовідношення між рухом та емоцією, тобто включенням тіла до процесу терапії. Танець – це зовнішній прояв внутрішнього (до самих глибинних шарів) стану людини, природний спосіб виразити невимовне. Тіло людини створене для руху, це природно, як і дихання, адже в природі все рухається. Рух дає енергію, дозволяє вийти за межі повсякденного сприйняття, врівноважує, зцілює, породжує психічну енергію, необхідну у різних життєвих ситуаціях. Танень існував у всіх культурах, майже завжди він мав ритуальний характер: за допомогою танцю лікували від хвороб і травм, допомагали при пологах, виховували дітей, готували до життя та смерті; танець супроводжував будь-які важливі моменти в житті індивіда і всього соціуму. В древніх культурах ритуальний танець був синтезом духовного розвитку, способом пробудження енергії, її стимулювання та спрямування як у зовнішній світ, так і у внутрішній, до глибших рівнів свідомості. Танець як спосіб зцілення був надзвичайно розвинутий в Ассирії, Вавилоні, Древньому Єгипті. Танцювальні рухи використовуються в усіх «бойових мистецтвах». В Індії танець завжди був і залишається способом спілкування. Танець, рух під музику (на відміну від, наприклад, малювання) супроводжують людину все життя. Незаперечною перевагою танцю є його «природність» для кожної людини, безпека, спільність культур та прийнятність. Особливо ефективна танцювально-рухова терапія як засіб внутрішньої гармонізації, імпрровізаційності, зняття різноманітних тілесних і психологічних блоків. Кожен танцювальний жест і рух несуть у собі символічний зміст.

Драматерапія є одним з напрямків, що найбільш інтенсивно розвиваються в наш час. Причиною широкого використання та ефективності драматерапії є постійна депривація в сучасному світі ігрової потреби дорослих та дітей, втрата могутньої народної ігрової культури. Одним із засновників драматерапії є безумовно Я. Морено, який створив у 30–40-х роках ХХ століття «Театр спонтанності» у Відні, «Терапевтичний театр» у Нью-Йорку. Відмінність від психодрами полягає в тому, що в драматерапії,

як правило, немає протагоніста й не драматизується проблема. Отже, це не боляче, а крім того учасники мають більшу свободу творчості, ролі менш жорстко задані. Метод не простий, потребує додаткової спеціальної підготовки терапевта, необхідності застосовувати й музику, й танець, і грим, і малювання, й тексти тощо. Сьогодні існує багато видів драматерапії (власне драматизації, терапевтичний театр, драматерапевтичні групи підтримки, драматизація сновидінь, середньовічний театр і комедія дель-арте тощо). Драматерапія є прекрасним методом роботи з групою. При використанні драматерапії відбувається (крім розвитку креативності) розширення свідомості, діапазону поведінкових стратегій, відпрацьовування нових, більш креативних способів взаємодії зі світом.

Казкотерапія в останні роки виділяється в самостійний напрямок. Казкотерапія заснована на використанні казки як архетипічної метафори з метою психодіагностики (проективна діагностика, що описує цілісну картину світу особистості, її проблемні та ресурсні елементи), психокорекції (розвиток креативності особистості як розширення спектра альтернативних рішень), психотерапії та психологічного консультування (зцілення за допомогою казки). Виділяють такі види казкотерапії: аналіз й інтерпретація обраної або створеної казки; використання архетипу казки; створення казок (бібліотерапія); медитативні казки; драматерапія казки чи окремого мотиву казки; малювання казки; казкова подорож.

Переваги казкотерапії: метафоричність (найбільш доступна для сприйняття), відсутність дидактичності (не викликає опору), глибинний зміст казки (закодований у колективному несвідомому досвіді людства), архетипічність (багатогранність, спільність та багаторівневість збереженої інформації), максимальна психологічна захищеність (справедливість завжди торжествує, добро перемагає), екзистенційність (відносність добра та зла, мінливість, лихо та випробування роблять героя сильнішим, мудрішим, невизначеність місця та часу, «ненаходимість» , первинний час), магічний ореол (чарівництво, чудо, «як у казці»), відсутність ментальних обмежень,

іраціональність, ресурсність). Казки поділяються за походженням (сакральні, або міфологічні, народні, авторські), за змістом (антропоморфні, побутові, чарівні), за завданнями (дидактичні, психокорекційні, терапевтичні). Казкотерапія являє інтегральний метод арт-терапії, природно включає практично всі інші напрямки – малюнок, живопис, драматизацію, музику, танець, бібліотерапію, грим, ляльки тощо

Бібліотерапія напрямок заснований на літературному самовираженні через творче «письмо», твір. Часто мають на увазі лікувальний вплив на психіку хворої людини читання книг. Термін з'явився у 20-ті роки минулого століття в США. Сучасна бібліотерапія (на відміну від традиційних її форм) переважно не читання літератури, а самостійна творчість.

Кольоротерапія заснована на дії кольору на нервову систему людини. Існує два напрямки кольоротерапії: безпосередній вплив на мозок людини та створення необхідного кольорового лікувального середовища навколо хворого. Колір пов'язаний із матеріальним (фізичним або фізіологічним) через емоції. Кольоротерапія використовує міждисциплінарну мову, що впливає з устанавленого ще античними вченими зв'язку між кольором, фарбою й емоціями, а також із константності відношення між почуттями й кольором. Багато спеціалістів вважає, що механізми деяких хвороб обумовлені порушенням колірної гармонії організму людини: передозуванням чи нестачею певних кольорів. Якщо відновити колірну гармонію повернути необхідний колір, очистити його від сторонніх домішок, зробити яскравим і соковитим, можна відновити порушену рівновагу всього організму та вилікувати людину. Принципи кольоротерапії використовувалися ще у Древньому Єгипті, але найбільшого розповсюдження вони дістали у кінці XIX століття. Кольоротерапія використовує знання законів фізичної хімії, біофізики та психофізіології людини, що дозволяє встановити закони поширення й поглинання випромінювань, які збуджують рецептори шкіри та сітківки ока, викликаючи цим різні біохімічні процеси в організмі та змінюючи всю нейроендокринну

систему. Закономірності психофізіології людини дають можливість зв'язати почуттєве кольоросприйняття організму в цілому з окремими його складовими. Спостереження електрофізіології виявили виникнення при різних емоційних станах різних коливань потенціалів шкіри. Спільне протікання шкірно-гальванічної та зіничної реакцій дає можливість розглядати їх як частину загального вегетативного рефлексу. Біологічне значення останнього пов'язане з вегетативним забезпеченням адекватного кольоросприйняття організмом за рахунок мобілізації адаптаційно-трофічних механізмів філогенетичної пам'яті людини. Терапію кольором людство використовує з давніх часів, однак до кінця механізм впливу кольору на людину не з'ясований. Емпіричні факти свідчать, якщо середовище відзначається бідною кольоровою гамою, виникають симптоми астенізації в дорослих та затримка інтелектуального розвитку в дітей. Тому й сьогодні, як і багато тисячоліть тому, «магія кольору» заворожує людей своєю таємничістю й загадковістю. Пісочну терапію можна розглядати як аналог предметної скульптури й роботи з об'єктами в арт-терапії.

Пісочна терапія включає створення різноманітних форм із піску, вибір і аранжування мініатюрних предметів і фігурок, що нагадує одну з форм сучасного мистецтва – предметну скульптуру. Останнім часом пісочна терапія, яка розвивається як окремий метод терапії, привертає до себе увагу арт-терапевтів. Використання цього методу в арт-терапевтичній практиці може бути продуктивним, оскільки обидва методи пов'язані зі створенням візуальних образів і базуються на цілому ряді загальних принципів – не директивність підходу, використання відстрочених інтерпретацій, визнання значимості тристоронньої взаємодії клієнта, психотерапевта й художнього образу. Хоча традиційно пісочна психотерапія використовувалася в індивідуальній роботі й спочатку була пов'язана із психодинамічним підходом (зокрема, з юнгіанським аналізом), є спроби її застосування в сімейній психотерапії. Пісочна психотерапія вибудовувалася протягом останніх 70-ти років і була в основному задіяна в психоаналітичному

процесі. Основним атрибутом цього психотерапевтичного напрямку є піднос розміром 50x70x7 см блакитного кольору (це символізує небо й воду), заповнений піском. На полиці біля підносу з піском або в ящику поряд із ним знаходяться різноманітні предмети: іграшки, прикраси, біжутерія тощо, які використовуються при вибудовуванні пісочної композиції. Робота в пісочній терапії може проводитись як із застосуванням іграшок та різноманітних предметів, так і лише з піском, якому надають найрізноманітніших форм. На відміну від традиційного психоаналізу, роботи в пісочній психотерапії не інтерпретуються. Важливо, що навіть тоді, коли композиція з піску розбирається – вона аналізується пацієнтом, тобто залишається спогад про створений образ, аналогічно тому, як це відбувається в арт-терапії. Але на відміну від арт-терапії, де матеріали (папір, глина, фарба) вдруге не використовуються, в пісочній психотерапії важливо відстежувати, які предмети пацієнт використовує в інших роботах, на наступних психотерапевтичних сесіях. Створення композиції з піску не вимагає особливих умінь. Роботи можуть бути як дуже простими, так і дуже складними, єдиний критерій успішності роботи її аутентичність – неповторність, динаміка, тобто все те, що викликає позитивні емоції та є унікальним продуктом творчості.

Це лише деякі з найпоширеніших видів арт-терапії. Існує багато інших, які можуть бути використані для досягнення різних цілей.

Важливо зазначити, що арт-терапія не є універсальним методом. Її ефективність залежить від багатьох факторів, таких як вид арт-терапії, кваліфікація арт-терапевта, особисті особливості клієнта та його проблеми.

#### **Запитання для самоперевірки:**

1. Розкрийте основні принципи у використанні арт-терапії?
2. Охарактеризуйте основні функції арт-терапії?
3. Назвіть основні види арт-терапії?

### **Тема 3. Основні аспекти арт-терапії у соціально-педагогічній роботі**

Мета: ознайомити здобувачів освіти з особливостями терапевтичної роботи, основними видами терапії в роботі соціального працівника та форми арт-терапевтичної роботи.

Вид: лекція навчальна.

План:

1. Особливості арт-терапевтичної роботи.
2. Основні терапії в роботі соціального працівника.
3. Форми арт-терапевтичної роботи: індивідуальна, групова.

Рекомендована література: 4, 5, 10, 20.

Перебіг заняття:

#### **1. Особливості арт-терапевтичної роботи.**

Арт-терапія – метод зцілення за допомогою творчості, що застосовується у психотерапії, психосоматичних клініках та в соціальній сфері. Говорячи про арт-терапію, найчастіше мають на увазі терапію художньою творчістю. Хоча в наш час інтенсивно розвиваються й інші напрямки арт-терапії (танцювально-рухова, піскова терапія, музикотерапія тощо). В арт-терапевтичному процесі засобом терапії є різні форми взаємодії клієнта з образотворчими матеріалами: фарбами, папером, пастеллю, глиною, за допомогою яких клієнт створює візуальні образи та художні об'єкти. На відміну від вербальної терапії, в арт-терапії вербальна експресія використовується як допоміжний засіб комунікації і самовираження клієнта.

Символічна мова образотворчого мистецтва – найбільш адекватна для вираження змісту несвідомого. Арт-терапія пов'язана з розкриттям творчих здібностей та сутнісного потенціалу людини, мобілізацією внутрішніх механізмів саморегуляції та зцілення. Це інструмент для дослідження і гармонізації тих сторін внутрішнього світу людини, для вираження яких слова не підходять.

Арт-терапія – це засіб вільного самовираження і самопізнання. Художня творчість допомагає зрозуміти й оцінити свої почуття, спогади, образи

майбутнього, знайти час для відновлення життєвих сил і способ спілкування із собою. Спираючись на трансцендентні властивості символів і власний творчий потенціал, людина здатна досягти самоцілення. Символічні образи являють собою способи вирішення внутрішньопсихічних конфліктів.

У результаті арт-терапевтичної роботи з'являються додаткові можливості для внутрішньособистісної комунікації, перехід членів групи на глибші рівні взаємодії з виявом внутрішніх (зокрема неусвідомлюваних) механізмів організації поведінки, відбувається звільнення від упродовжених домінуючою культурою й ідеологією поведінки й освоєння тих ролей, що більше відповідають їхній глибинній природі, потребам і напрямкам розвитку.

У ході роботи за рахунок активізації уяви членів групи шляхом спрямованої візуалізації відбувається спонтанний перехід у драматичну реальність, розвивається міфотворчість групи та формується міфопоетична модель світу.

Також до особливостей арт-терапевтичної роботи можна віднести:

1. Використання мистецтва (арт-терапія використовує різні види мистецтва (образотворче, музичне, танцювальне, театральне, письмове) для вираження емоцій, думок та переживань; дає можливість клієнту обійти вербальні бар'єри та полегшує доступ до глибинних переживань).

2. Креативність (арт-терапія стимулює креативність клієнта, що може допомогти йому знайти нові шляхи розв'язання проблем та самовираження).

3. Невербальна комунікація (арт-терапія використовує невербальні методи комунікації, що може бути корисним для клієнтів, яким складно говорити про свої проблеми).

4. Метафоричність (арт-терапія використовує метафори, що може допомогти клієнту по-новому поглянути на свої проблеми та знайти нові рішення).

5. Тілесно-орієнтований підхід (деякі види арт-терапії (танцювально-рухова терапія, арт-терапія піском) мають тілесно-орієнтований підхід; дає

можливість клієнту дослідити свої тілесні відчуття, які можуть бути пов'язані з його емоціями та переживаннями).

6. Доступність (арт-терапія може використовуватися з людьми різного віку, з різними проблемами та з різним рівнем підготовки).

7. Безпека (арт-терапія є безпечним методом психотерапії, якщо вона проводиться кваліфікованим фахівцем; дає можливість клієнту відчувати себе в безпеці та досліджувати свої проблеми без ризику для себе).

## **2. Основні терапії в роботі соціального працівника.**

Використання методів арт-терапії активно займає свою нішу у професійній діяльності соціальних працівників. З кожним роком збільшується кількість державних і приватних установ, які запозичують позитивний зарубіжний досвід «лікування мистецтвом» та вводять до переліку методів роботи соціальних працівників арт-терапію. Відповідно постає необхідність визначити роль методів арт-терапії у професійній діяльності соціальних працівників, для чого проаналізуємо основні напрямки використання соціальними працівниками методів арт-терапії.

Спектр проблем, при вирішенні яких можуть бути використані техніки арт-терапії, достатньо широкий: внутрішньо- і міжособистісні конфлікти, кризові стани, в тому числі екзистенційні та вікові кризи, травми, втрати, невротичні та психосоматичні розлади, в консультуванні та терапії дітей і підлітків, для розвитку особистості, при проблемах у сімейних та дитячо-батьківських відносинах, життєвих, вікових кризах, при психологічних травмах, під час педагогічної корекції, у роботі з обдарованими дітьми, для естетичного виховання особистості. Цей перелік можна продовжувати, адже методи арт-терапії є універсальними та гнучкими методами психотерапії, які можна використовувати у більшості життєвих ситуацій, навіть у випадках активної дії механізмів психологічного захисту.

Аналіз наукової літератури та арт-терапевтичної практики дає підстави стверджувати, що нині методи арт-терапії найчастіше використовуються соціальними працівниками з такими категоріями клієнтів як: подружні пари,



люди з особливостями розвитку, діти, підлітки, люди з проблемами психічного здоров'я, наркозалежні та сім'ї наркозалежних, ВІЛ-інфіковані тощо.

Методи арт-терапії займають важливе місце у професійній діяльності соціальних працівників і відіграють провідну роль у наданні якісної та зорієнтованої на сучасні вимоги допомоги різним групам клієнтів. Використання методів арт-терапії дозволяє соціальним працівникам враховувати індивідуальні особливості особистості, життєві обставини в яких вона перебуває та забезпечувати максимально ефективний процес впливу на особистість в процесі роботи з нею.

### **3. Форми арт-терапевтичної роботи: індивідуальна, групова.**

Розглядають різні форми арт-терапії при роботі з дітьми, підлітками та дорослими. Проте більш розповсюдженими є два основні варіанти арт-терапевтичної роботи – індивідуальної та групової арт-терапії. Кожна з них, у свою чергу, має різновиди.

Індивідуальна арт-терапія. Індивідуальну арт-терапію можна використовувати для широкого кола клієнтів. Так, деякі клієнти (олігофрени, люди похилого віку з порушеннями пам'яті та ін.) у ряді випадків можуть досить успішно займатися з арт-терапевтом як індивідуально, так і в групі: маючи порушену здатність до вербальної комунікації, вони нерідко виражають свої переживання в образотворчій формі. Навіть якщо деякі з них і не можуть створювати художні образи, проста маніпуляція і гра з матеріалами часом виявляється дуже важливим фактором їхньої активізації, тренування сенсомоторних навичок, мислення, пам'яті. Особливу цінність арт-терапевтична робота має для дітей і дорослих, які мають певні труднощі у вербалізації своїх переживань, наприклад, через мовні порушення, мало контактність, а також складність цих переживань та «невимовність» (в осіб з посттравматичним стресовим розладом). Необхідною умовою для початку індивідуальної роботи є встановлення психотерапевтичного контакту. Він відбувається вже при перших зустрічах, коли в пацієнта й арт-терапевта

виникають реакції один на одного, що визначають атмосферу їхньої подальшої спільної роботи. При цьому детально обговорюються мета, характер і умови роботи. Складається психотерапевтичний контракт, що «захищає» клієнта і самого фахівця, причому не тільки юридично, але і психологічно, формуючи певну міру відповідальності обох сторін за прийняті ними зобов'язання. Зокрема, фахівець бере на себе відповідальність за використання конкретного виду роботи, забезпечення для неї належних умов і оснащення, регулярності сесій. Пацієнт зобов'язується відвідувати арт-терапевта у встановлений час, оплачувати його послуги.

На самому початку арт-терапевт пояснює клієнту, у чому буде полягати їхня спільна робота, що клієнт може і чого не може робити. Як правило, підкреслюється, що ця робота не припускає спеціальних художніх здібностей чи навичок і не ставить своєю метою створення «високомистецьких творів», наголошується на вільному самовираженні клієнта за допомогою будь-яких матеріалів і засобів, що мають у його розпорядженні. Пояснюється, що «вільне самовираження» буде необхідно для того, щоб допомогти клієнту подолати прояви його хвороби, вирішити «внутрішні» (пов'язані із самопочуттям і настроєм) чи «зовнішні» (пов'язані з взаєминами з навколишніми) проблеми, поліпшити його загальний стан і т.п.

Арт-терапевт враховує схильність клієнта до індивідуального, властивого йому темпу діяльності. Далеко не всі клієнти здатні відразу включитися в образотворчу роботу. Іноді повинно пройти кілька сесій, перш ніж клієнт зможе перебороти свій страх і стереотипи звичної поведінки, яка проявляється в сприйманні арт-терапевтичної роботи як невартої дорослої людини «дитячої гри» або, навпаки, як щось, що дуже нагадує «художню діяльність» з необхідним для неї створенням «правильних» чи «красивих» малюнків. І та й інша тенденція виявляються в клієнтів досить часто на початку роботи.

Поступово, в міру того, як формуються психотерапевтичні відносини, у клієнта виникає відчуття захищеності, внутрішнього комфорту, а атмосфера

арт-терапевтичного кабінету сприймається їм як особлива, відмінна від тієї, що його як правило оточує. Клієнт починає працювати більш природно з захопленням. У процесі роботи виникають найрізноманітніші асоціації, почуття і спогади. Можуть проявлятися сильні переживання, у тому числі негативного характеру, такі як почуття гніву, провини, втрати та т.п.

Весь цей час арт-терапевт знаходиться поруч із клієнтом. Він намагається не заважати його роботі зауваженнями чи коментарями та прагне не перешкоджати прояву сильних, у тому числі й негативних емоцій. Арт-терапевт, час від часу ставлячи різні питання, прагне не пояснювати, але «пояснювати» все, що робить клієнт. Тим самим він звертає увагу на прихований зміст його власних дій. Встановлюється закономірний зв'язок між характером образотворчої діяльності клієнта, досвідом його дитинства, актуальними взаєминами з навколишніми та проблемами на даному етапі життя.

Іноді арт-терапевтичний процес може проходити з деякими труднощами. Часом клієнт може виявлятися розгубленим, коли не знає, з чого почати роботу. Він перебирає і досліджує різні образотворчі матеріали, якийсь час не знаходячи для себе необхідних. У певні моменти він може не виявляти бажання що-небудь створювати. Іноді, створивши за певний проміжок часу кілька робіт, він припиняє подальшу діяльність і відчуває потребу звернутися до того, з чого він почав, чи переглянути послідовно всі свої малюнки. Також він може намагатися знищити свої роботи – як закінчені, так і незакінчені.

Індивідуальна арт-терапевтична робота може продовжуватися досить довго. У багатьох випадках – кілька місяців чи навіть років. Підставами для завершення індивідуальної роботи, поряд із зовнішніми факторами, є зміни в стані та характері образотворчої діяльності клієнта, що відбивають позитивну динаміку арт-терапевтичного процесу.

Групова арт-терапія. Групові форми арт-терапевтичної роботи зараз використовуються дуже широко, причому не тільки в охороні здоров'я, але й в освіті, соціальній сфері.

М. Лібманн наголошує, що групова арт-терапія: дозволяє розвивати ціннісні соціальні навички; пов'язана з наданням взаємної підтримки членами групи та дозволяє розв'язувати загальні проблеми; дає можливість спостерігати результати своїх дій і їхній вплив на навколишніх; дозволяє опанувати нові ролі, а також спостерігати, як рольова поведінка впливає на взаємини з навколишніми; підвищує самооцінку і призводить до зміцнення особистої ідентичності; розвиває навички прийняття рішень.

Відмінності групової арт-терапії від індивідуальної полягають у тому, що вона: припускає особливу «демократичну» атмосферу, пов'язану з рівністю прав і відповідальністю учасників групи, менший ступінь їхньої залежності від арт-терапевта; у багатьох випадках вимагає певних комунікативних навичок і здатності адаптуватися до групових норм.

Основна мета групової арт-терапії полягає у визначенні змін в стані та соціальному поведженні учасників групи. Існує кілька варіантів групової арт-терапії, що розрізняються між собою, головним чином, за ступенем групової взаємодії та структурованості: студійна відкрита група (переважно неструктурована); аналітична закрита група (різний ступінь структурованості); тематично орієнтована група (різний ступінь відкритості та структурованості).

### **Запитання для самоперевірки:**

1. Розкрийте особливості арт-терапевтичної роботи?
2. Окресліть основні терапії в роботі соціального працівника?
3. Назвіть основні форми арт-терапевтичної роботи?

### **Семінарське заняття до теми 3.**

Тема: Особливості використання основних терапій в роботі соціального працівника.

Мета: систематизувати та узагальнити знання щодо особливостей використання основних терапій в роботі соціального працівника

Вид: семінарське заняття

План:

1. Арт-терапії з різними художніми матеріалами.
2. Діагностичні можливості арт-терапії.
3. Особливості використання основних терапій в роботі соціального працівника.
4. Особливості в підготовки та проведенні індивідуальної арт-терапії.
5. Особливості в підготовки та проведенні групової арт-терапії.
6. Суть та оснащення арт-терапевтичного кабінету.

Рекомендована література: 6, 15, 18, 22.

Перебіг заняття:

- I. Організаційний етап (оголошення теми, мети, плану заняття).
- II. Основна частина
  1. Виступи студентів з доповідями.
  2. Обговорення запитань.
- III. Підсумок семінарського заняття. Оцінювання.

**Запитання для самоконтролю:**

1. Розкрийте діагностичні можливості арт-терапії?
2. Які основні види арт-терапій використовує соціальний працівник?
3. Розкрийте особливості використання індивідуальної та групової арт-терапії?

#### **Семінарське заняття до теми 4.**

Тема: Діагностико-терапевтичні можливості різних видів мистецтва

Мета: систематизувати та узагальнити знання щодо діагностико-терапевтичних можливостей різних видів мистецтва.

План:

1. Основні арт-терапії з різними видами мистецтва в соціальній роботі.
2. Діагностичні можливості арт-терапії.
3. Терапевтичні можливості арт-терапії.
4. Корекційні можливості арт-терапії.

Рекомендована література: 3, 9, 16, 23.

Перебіг заняття:

I. Організаційний етап (оголошення теми, мети, плану заняття).

II. Основна частина

1. Виступи студентів з доповідями.
2. Обговорення запитань.

III. Підсумок семінарського заняття. Оцінювання.

**Запитання для самоконтролю:**

1. Розкрийте діагностичні можливості арт-терапії?
2. В чому полягають терапевтичні можливості арт-терапії?
3. Охарактеризуйте корекційні можливості арт-терапії?

## **Тема 5. Особливості арт-терапевтичної роботи з різними категоріями населення**

Мета: ознайомити здобувачів освіти з особливостями арт-терапевтичної роботи з різними категоріями населення.

Вид: лекція навчальна.

План:

1. Особливості використання арт-терапії з дітьми різного віку (дошкільники, школярі, підлітки).
2. Сімейна терапія як різновид соціотерапевтичної допомоги.

Рекомендована література: 7, 11, 12, 19,25.

Перебіг заняття:

### **1. Особливості використання арт-терапії з дітьми різного віку.**

Застосування методів арт-терапії для різних вікових груп має свою специфіку. Для кожного вікового періоду існують свої методи, а також універсальні методи, які можна застосовувати для більшості вікових груп.

Арт-терапія для дошкільного віку. Для маленьких дітей будь-яке заняття творчістю – це завжди весело, приємно та корисно для розвитку як дрібної моторики, так і вищих психічних функцій, але арт-терапія – це не

тільки все те що назвали. Методи арт-терапії допоможуть вирішити багато психологічних проблем дошкільника: знизити рівень тривожності, агресивності, імпульсивності, допоможуть гармонізувати психічний стан, зняти психосоматичну напругу, підняти рівень самооцінки, подолати дитячі страхи та інші труднощі. Методи арт-терапії часто застосовують в корекції міжособистісних стосунків у дитячому колективі, сім'ї та ін. В процесі арт-терапії відбувається зцілення психіки і паралельно дитина знайомиться з навколишнім світом, формує позитивне ставлення до нього.

Техніки арт-терапії працюють на не вербальному рівні, тому їх добре застосовувати з дітьми, які погано говорять. Це актуально для діагностики, та при корекції. Окремо варто сказати про роботу з емоційним компонентом психіки при заняттях арт-терапією. Заняття дозволяють малюкам виражати свої емоції, почуття використовуючи малювання, ліплення, ігри з різними видами піску та іншими матеріалами.

У дошкільному віці застосовують групові та індивідуальні форми арт-терапії відповідно поставлених завдань.

Переваги використання арт-терапії з дошкільниками: простота застосування технік; високий інтерес у дітей до процесу арт-терапії; висока ефективність терапії; відсутність протипоказань до застосування (крім важких психічних порушень таких як розлади свідомості, маніакальне збудження).

Методи арт-терапії з дошкільниками сприяють: розвитку дрібної моторики; зняттю психосоматичної напруги; розвитку мовлення та фантазії; зниженню рівня тривожності, агресивності, імпульсивності; сприяють гармонізації особистості; підвищенню самооцінки тощо.

Методи арт-терапії з дітьми дошкільного віку:

1. Ізо-терапія;
2. Пісочна терапія (Sand-Play);
3. Пісочна анімація (Sand-Art);
4. Ігрова терапія;

5. Казкотерапія;
6. Музична терапія;
7. Кольоро-терапія;
8. Танцювальна терапія;
9. Лялько-терапія.

Для ефективності роботи, сеанси арт-терапії повинні мати системний характер, бути регулярними.

Арт-терапія для дітей шкільного віку. Методи арт-терапії широко застосовують в роботі з молодшими школярами. Це і допомога в адаптації до школи, корекція взаємин в колективі та сім'ї, корекція страхів і рівня самооцінки та інших психологічних проблем. Арт-терапевтичні техніки також допомагають в діагностиці особистісних особливостей школярів, характеру їх проблем, допомагають визначити положення в класі, потенціал кожної дитини.

Дуже часто діти не говорять про проблему навмисно, а деякі методи арт-терапії, дозволяють обходити захисні механізми та непомітно для дитини показувати існуючі проблеми.

Багато дітей не здатні словами висловити свій емоційний стан, переживання, а ось за допомогою технік арт-терапії легко, в цьому безперечна перевага даного методу.

У шкільному віці застосовують групові та індивідуальні форми арт-терапії у залежності від поставлених завдань, але частіше – групові форми роботи.

Методи арт-терапії з дітьми шкільного віку:

1. Ізо-терапія;
2. Казкотерапія;
3. Музична терапія;
4. Танцювальна терапія;
5. Пісочна терапія (Sand-Play);
6. Пісочна анімація (Sand-Art);
7. Кінезіо-терапія;



8. Лялько-терапія;
9. Драма-терапія.

Арт-терапія для підлітків. Підлітковий вік є важким перехідним періодом, тому доцільно застосовувати не нав'язливі методи арт-терапії для гармонізації психосоматичного стану підлітків. Актуальними методами роботи є: драма-терапія, ізо-терапія, пісочна терапія і всі інші види з якими підлітку цікаво працювати.

Для ефективності роботи, сеанси арт-терапії повинні мати системний характер, та бути регулярними.

Застосування методів арт-терапії для різних вікових груп має свої особливості. Важливо використання універсальних і спеціальних методів актуальних для певного вікового періоду.

Арт-терапія допоможе зняти психічну напругу і стрес, подолати тривожність і страхи, агресію та імпульсивність, а також гармонізувати внутрішній стан людини в різних вікових періодах.

Сімейна терапія як теорія соціальної роботи.

2. Напрями сімейної терапії (структурна сімейна терапія, стратегічний, когнітивно-біхевіористський, екзистенційний підхід).
3. Теоретичні положення. Етапи процесу сімейної терапії.
4. Техніки сімейної терапії.

## **2. Сімейна терапія як різновид соціотерапевтичної допомоги.**

Частина теорій соціальної роботи ґрунтується на наукових поняттях і концепціях з різних галузей знань (психології, соціології, психіатрії, педагогіки) і є синтезом різноманітних теорій і підходів. Поява цих теорій зумовлена прагненням практиків соціальної роботи зрозуміти особистість клієнта у взаємозв'язку зі світом, що його оточує. Такі підходи стають дедалі популярнішими серед соціальних працівників, оскільки дають змогу використати традиційні знання з різних наук і застосувати інноваційні прийоми і техніки роботи.

До найпоширеніших комплексних теорій належать: кризове втручання, зосереджена на завданні теорія, сімейна терапія, психосоціальна терапія та соціально-педагогічна теорія.

Сформувалася сімейна терапія як теорія соціальної роботи на початку 50-х років ХХ ст. її особливістю є гнучкий терапевтичний підхід у розв'язанні різноманітних проблем дорослих і дітей. Мета терапії полягає в допомозі сім'ї подолати проблеми, у сприянні її здоровому розвитку через зміну стосунків людини, яка має проблему, зі значущими для неї особами з найближчого сімейного та соціального оточення.

Сімейна терапія – підхід, заснований на переконанні, що пояснення і розв'язання проблем людини залежать від розуміння її взаємовідносин зі значущими іншими у її минулому і сьогоденні.

Цей підхід до розв'язання проблем постав із розуміння того, що природа людських проблем є радше міжособистісною, ніж особистісною, тому втручання слід спрямовувати на стосунки між людьми. Такі твердження суперечили традиційним поглядам на проблеми індивіда як на результат особистих порушень, що потребують сфокусованої на ньому терапії. Основу такої терапії становили психодинамічні втручання, у процесі використання й аналізу яких викристалізувалася сімейна терапія як окремий напрям соціальної роботи. Передумовою її був аналіз результатів психотерапії, здійснюваної в режимі індивідуального підходу. Як правило, успішна індивідуальна терапія з часом втрачала свою дію, про що свідчили рецидиви проблем клієнта після повернення його додому. Причиною цього було те, що терапевтам не вдавалося розв'язати сімейні проблеми, особливо у стосунках між батьками та дітьми. В інших випадках індивідуальна терапія мала успіх, однак виникали проблеми в іншого члена родини. Це позбавляло консультантів ілюзій щодо ефективності індивідуального підходу у психотерапії.

Сімейна терапія є широким психотерапевтичним рухом, що охоплює чимало шкіл і традицій. Спочатку вона сформувалася як самостійний підхід,

віддалений від соціальної роботи, психіатрії та клінічної психології. Нині представники цих дисциплін вбачають у ній суттєву протипагу психоаналізу, гуманістичній, орієнтованій на клієнта і біхевіористській терапії. До формування її потенціалу доклали зусиль багато теоретиків і практиків, однак найпомітнішим є внесок британського антрополога Грегорі Бейтсона (1904-1981), з ініціативи якого симпатки сімейної терапії об'єдналися у 50-ті роки ХХ ст. у групу Пало Альто, а трохи згодом заснували Інститут психіатричних досліджень. Його стараннями було обґрунтовано такі концепції: подвійного зв'язку, яка розкривала взаємозв'язок між ситуацією, процесами у сім'ї та поведінковими відхиленнями (наприклад, батьки на різних рівнях комунікації дають дитині взаємовиключні приписи); комунікації як процесу, що відбувається на кількох рівнях (вербальна та невербальна комунікація, ієрархічні рівні промовців); доцільності застосування теорії систем і кібернетики, що дало змогу на концептуальному рівні побачити сім'ю, особливості її організації та процесів, що в ній відбуваються, з використанням таких понять, як «межі системи», «стабільність системи» («гомеостаз»), «зміна системи», «складність системи».

Сімейні терапевти використовували на той час обмежувальні, парадоксальні втручання, а також втручання, спрямовані на те, щоб клієнти перестали робити одне й те саме, по-новому побачили ситуацію. Ці втручання стосувалися сфокусованих поведінкових проблем і проблем у стосунках.

Використання сімейної терапії у соціальній роботі пов'язують з ім'ям американської дослідниці Вірджинії Сатір (1916-1988), яка у своїй книзі «Спільна сімейна терапія» (1964) обґрунтувала альтернативні методи психотерапевтичної роботи з індивідами та сім'ями. Будучи прихильницею спонтанного й парадоксального спілкування в роботі з сім'ями, В. Сатір спиралася у своїх міркуваннях і практичній діяльності на теорію комунікації та загальну теорію систем.

Напрями сімейної терапії. На сучасному етапі сімейна терапія охоплює такі напрями, як структурна сімейна терапія, стратегічний, когнітивно-біхевіористський, екзистенційний підхід.

Структурна сімейна терапія. Започаткована вона у Нью-Йоркській школі для хлопчиків-правопорушників наприкінці 50-х у 60-ті роки ХХ ст. Сальвадором Мінухіним і його колегами. Вони вирішили використати у своїй роботі потенціал сім'ї, оскільки вихованці школи не реагували на психоаналітичну індивідуальну терапію. У сучасному світі структурна сімейна терапія є найпоширенішим напрямом сімейної терапії. Успішно працює і нині створений С. Мінухіним Сімейний центр у Нью-Йорку.

Структурна терапія ґрунтується на ідеї, відповідно до якої проблематична сімейна організаційна структура не дає змоги сім'ї долати стреси як у своїх межах, так і поза ними, а також адаптуватися до змін. Її представники зосереджують свої зусилля на реструктуризації сім'ї, етапами якої є: приєднання; планування; здійснення зміни через виклик, кинутий симптому, структурі сім'ї, світосприйняттю і сімейній реальності; пере визначення ситуації; зміна меж; порушення рівноваги. Після цього сім'я починає використовувати приховані ресурси та модифікує свою структуру. Найчастіше застосовують такий підхід у роботі з сім'ями, які одночасно переживають багато труднощів, у яких ростуть підлітки-правопорушники, а також із сім'ями, чії діти скаржаться на психосоматичні проблеми.

Стратегічний напрям у сімейній терапії. Представники його, працюючи з проблемними сім'ями, головним завданням вважають зміну ролі батьків у патологічних трикутниках (батько – мати – дитина), здійснюють імпаурмент (наснаження) батьків у проблемних ситуаціях (наприклад, залишення дому дітьми старшого підліткового віку), допомагають сім'ям у виробленні протидії жорстокості та насильству, використовують у певних ситуаціях парадоксальні інтервенції (втручання, що кидає виклик стереотипній взаємодії членів родини), відповідно до проблематичних симптомів витлумачують ситуації. Особливо ефективний він у роботі з дитячими

поведінковими проблемами, проблемами підлітків, які втікають з дому, у протидії сексуальному насильству, подоланні подружніх проблем.

Когнітивно-біхевіористський напрям сімейної терапії. За твердженнями його прихильників, незадовільні стосунки батьків і дітей спричинені примусовим характером взаємодії, нечіткими її правилами, слабким підкріпленням соціально коректної поведінки, а також негативними уявленнями, думками кожної зі сторін про іншу. Подібні ознаки властиві проблематичним подружнім стосункам (слабке взаємне підкріплення, примусові цикли взаємодії, негативне емоційне визнання розбіжностей, нерозвинуті навички подолання проблем спілкування, а також негативні уявлення одне про одного).

Когнітивно-біхевіористські втручання, що мають на меті поліпшення поведінки дітей, передбачають використання системи винагород для підтримання схвальних вчинків, а також сприяння батькам в опануванні ефективних методів цілеспрямованого, адекватного меті впливу на своїх дітей. У спрямованій на зміну поведінки терапевтичній роботі з підлітками та подружніми парами довели свою продуктивність умовні угоди, які передбачають певні дії за відповідну поведінку («якщо ти готуєш вечерю, я помию тарілки», «якщо я купую продукти, то можу вийти в місто погуляти з друзями»).

Для розвитку комунікативних навичок підлітків і дорослих, їх умінь долати проблеми використовують спеціальні тренінги. Поглибленню інтегрованості подружніх пар сприяють терапевтичні втручання з метою формування у клієнтів спокійного ставлення до розбіжностей, адаптації до незмінних аспектів у стосунках, толерантного сприйняття чужих вчинків, вияву своїх емоцій і дій.

Екзистенційний напрям сімейної терапії. Для тих, хто поділяє екзистенційну теорію, сім'я є системою, в якій усі компоненти (індивіди) мають однакове значення. Тому, щоб змінити ціле, необхідно змінити всі

його компоненти. У зв'язку з цим слід переконати кожного індивіда у неправомірності певного способу функціонування сім'ї.

На практиці такий підхід реалізується в тому, що клієнт описує події у своїй сім'ї, надаючи їм певного значення. Консультант, намагаючись змінити ситуацію в сім'ї, у розмові з клієнтом спростовує зміст, яким той наділяє описані події. Такі дії соціального працівника мають на меті шляхом спростування змісту описаних клієнтом подій заперечити їх форму, оскільки клієнт переконаний, що у його сумнівах щодо правомірності способу функціонування сім'ї почне народжуватися кращий її устрій.

Для консультантів, які використовують екзистенційний підхід, важливо кинути виклик, зламати устої сім'ї. Цього досягають за допомогою діалогу. Почувши фразу від одного члена сім'ї, консультант ставить питання іншому члену сім'ї на іншу тему, маючи на меті переключення уваги. Такі проблеми, як убивство, страхи, спокуса вони обговорюють упереміш із банальними фразами, розповідями про випадки із життя інших людей, жартами, натяками, вмовляннями, обуреннями, намагаючись порушити старі зв'язки у системі та об'єднати членів родини на новій основі. Згідно з екзистенційною формулою консультант не повинен керувати створенням нових структур і не відповідає за те, що вони не створюються.

Теоретичні положення. Етапи процесу сімейної терапії. Спільними для всіх напрямів сімейної терапії є такі теоретичні положення:

1. Необхідно змінювати дисфункціональний гомеостаз (стабільний стан) сім'ї. Однак методи досягнення змін представники різних напрямів обирають залежно від своїх теоретичних поглядів.

2. Слід більше вивчати стереотипи поведінки та переконання, а не почуття й емоції, що дає змогу створити у процесі втручання можливості для формування нових стереотипів.

3. Соціальний працівник (консультант) повинен уявляти себе частиною сімейної системи, намагатися реагувати на обставини так, наче він є членом сім'ї, прийняв її норми та правила. Це дасть йому змогу продуктивно

використати професійну та емоційну силу свого «Я», парадоксальні твердження.

Процес сімейної терапії охоплює такі етапи:

1. Планування (передбачає визначення того, кого саме з членів сім'ї або значущих інших доцільно запрошувати на зустріч, а також з'ясування порядку та умов роботи);

2. Оцінювання (передбачає, з одного боку, формалізацію стосунків між консультантом і сім'єю шляхом укладання угоди, а з іншого, – налагодження довірливих взаємин, тобто терапевтичного робочого альянсу, а також аналіз проблем сім'ї);

3. Втручання (визначення очікуваного результату від застосування сімейної терапії, домовленості, яким чином досягатиметься мета втручання, проведення консультаційних зустрічей, в процесі яких фахівцям доводиться долати опір клієнтів);

4. Розірвання або укладання повторної угоди (підготовка клієнтів до завершення терапії, обговорення зривів у поведінці та підтримки зміненої поведінки в майбутньому).

Першим кроком сімейної терапії є приєднання соціального працівника до системи (сім'ї, групи, організації тощо). Цього досягають у процесі спілкування, встановлення діалогу. Не зациклюючись на негативних характеристиках окремих членів сім'ї чи проблемах її функціонування, консультант підтримує все позитивне у кожному з них, стає джерелом їх самоповаги. Наслідком таких його дій є запобігання можливим збуренням у сім'ї.

Далі фахівець допомагає клієнтам змінити своє сприйняття проблеми та реакцію на неї. Його виклик сім'ї може бути прямим і непрямим, відкритим та прихованим, простим і парадоксальним. Головне для нього змінити чи переформулювати уявлення сім'ї про проблему, підштовхнути її членів до пошуків альтернативної поведінки й альтернативних реакцій.

Приєднуючись до сім'ї, фахівець стає учасником системи та головним агентом змін. Він визначає спочатку проблему сім'ї, складає схему стосунків у ній. Приєднавшись до сім'ї, він одночасно стежить за тим, що в ній відбувається, обирає місце у різних підсистемах цієї системи, піддаючи сумніву розмежування ролей і функцій. За такої стратегії використовують прийоми розмежування, порушення рівноваги й навчання взаємодоповненості.

Щоб переконати сім'ю в можливості розширити, модифікувати її уявлення про реальність, використовують такі техніки:

1) інсценування (консультант просить членів сім'ї відтворити на словах для нього певні схеми взаємодії; у цей час він вживається в сімейну реальність і реорганізовує дані, змінюючи їхнє значення, вводить нові елементи, пропонує альтернативні способи дій відповідно до терапевтичної системи);

2) фокусування (відібравши елементи, що мають терапевтичне значення, соціальний працівник організовує взаємодію членів сім'ї навколо певної теми, яка надає цим елементам нового значення);

3) посилення напруги (соціальний працівник непомітно провокує зіткнення членів сім'ї, що посилює терапевтичний вплив).

Техніки сімейної терапії створюють нову терапевтичну реальність, яка кидає виклик проблематичній реальності сім'ї, симптому її «хвороби» і становищу його носія. Однак серед учених, фахівців побутують різні погляди стосовно доцільності використання її у певних ситуаціях. Вітчизняні вчені здебільшого доводять її правомірність як чинника подолання емоційних розладів у сім'ях психічно хворих методом реконструкції сімейних стосунків. Вони вважають сімейну терапію одним з інноваційних методів соціальної роботи, групової психотерапії, яка під силу тільки спеціально підготовленим фахівцям.

Значно ширшим бачить проблемне поле сімейної терапії сучасний британський фахівець Філіпа Селіман, доводячи її ефективність як у роботі з



групами клієнтів (підлітковий вік, люди похилого віку, прийомні батьки тощо), певними випадками (фактами сексуального, фізичного насилля, захворювання на СНІД, невідвідування школи), так і з широкою проблематикою, коли в сім'ї «не склалися стосунки».

Традиційно сімейна терапія є груповою, але може бути й індивідуальною. Наприклад, під час роботи із 45-річним чоловіком, який потерпав від постійного головного болю, що не мав медичного пояснення, від невпевненості в собі, невлаштованості особистого життя, консультант разом із ним змалював його генограму (батьки та сестра вже померли), спробувавши відтворити ситуацію в його сім'ї. Сімейна терапія полягала в тому, щоб допомогти дорослому чоловіку кинути виклик прищепленим йому в дитинстві стереотипам, переглянути власні переконання, не ображаючи пам'яті батьків.

Сімейна терапія поширена в багатьох країнах. У Швеції, наприклад, її використовують клініки, які працюють з підлітками, що перебувають на початкових етапах зловживання наркотичними речовинами. їх персонал здійснює переважно індивідуальні втручання до того, як молода людина стає залежною від цих речовин. Одночасно з необхідною у критичних ситуаціях медичною допомогою вони надають психологічну і соціальну допомогу, до якої з перших кроків залучають сім'ю. Паралельно здійснюється робота на груповому і суспільному рівнях. Принциповим є консультування батьків, вчителів, осіб, які контактують з дитиною в її повсякденному житті.

В Україні фахівці у роботі з сім'ями також почали використовувати сімейну терапію. Наприклад, у деяких наркологічних диспансерах спеціально підготовлені сімейні терапевти працюють із сім'ями, у яких є проблеми вживання психоактивних речовин, допомагаючи їм побачити слабкі місця у внутрішньо сімейній взаємодії, налагодити сімейні стосунки та завдяки цьому зміцнювати добровільну відмову від вживання наркотичних речовин.

Використання цієї теорії пов'язане і з певними обмеженнями. Одне з них полягає в тому, що підготовка фахівців із сімейної терапії є складним і

тривалим процесом, який охоплює засвоєння теоретичних знань, набуття практичних навичок під наглядом супервізора. На перших порах майбутній консультант спостерігає за роботою досвідчених колег, отримуючи необхідні пояснення щодо особливостей взаємодії фахівця і клієнта. Пізніше він пробує під опікою наставника працювати з сім'єю. Обов'язком і правом наставника є звернення уваги на огріхи, навіть втручання у взаємодію, якщо його менш досвідчений колега втрачає контроль над ситуацією. Адже те, що відбувається, не завжди добре сприймається клієнтами.

Складність у використанні сімейної терапії також пов'язана з неоднозначним визначенням таких феноменів, як «ссім'я», «родина», розумінням їхніх меж і функцій.

Використання сімейної терапії спричинює певні моральні проблеми, адже «виклик» устоям і щоденній практиці сім'ї інколи вступає в суперечність із гуманістичними та комунікаційними теоріями, які закликають поважати переконання і цінності клієнта.

Прихильників сімейної терапії інколи критикують за їх прагнення займатися лише «легкими» випадками, емоційною корекцією стосунків, тоді як у реальному житті існує безліч ситуацій, що потребують складних, організаційно і матеріально затратних заходів.

Сімейна терапія набуває дедалі більшого поширення в економічно розвинутих країнах, середній клас яких, задовольнивши свої матеріальні потреби, не може реалізувати багато інших. Це нерідко створює напруженість, розлади, а то й гостріші проблеми в сім'ях. їм доводиться звертатися до соціальних служб по консультації, поради щодо налагодження сімейних стосунків, виховання дітей тощо. Традиційно сімейними проблемами є народження дитини з функціональними обмеженнями, бідність, старість, девіантна поведінка дітей, у подоланні яких не обійтися без використання сімейної терапії.

### **Запитання для самоконтролю:**

1. Розкрийте особливості використання арт-терапії з дітьми дошкільного віку?
2. Охарактеризуйте основні види використання арт-терапевтичних технік у роботі з підлітками?
3. Розкрийте особливості сімейної терапії?

### **Семінарське заняття до теми 5.**

Мета: закріпити знання здобувачів освіти щодо використання різних видів арт-терапії в роботі з різними категоріями населення.

Тема: Використання різних видів арт-терапії в роботі з різними категоріями населення

#### План:

1. Системний підхід як методологічні засади арт-терапії.
2. Особливості використання арт-терапії з дітьми дошкільного та шкільного віку.
3. Особливості використання арт-терапії з підлітками.
4. Процес й особливості арт-терапії сім'ї.
5. Арт-терапевтичні технології в роботі з сім'єю.
6. Інші види сімейної арт-терапії: мультимодальний підхід.
7. Терапевтичні можливості техніки «сімейний малюнок».
8. Напрями сімейної психотерапії та їх важливість для практичної соціальної роботи.

Рекомендована література: 4, 5, 8, 12, 16.

#### Перебіг заняття:

- I. Організаційний етап (оголошення теми, мети, плану заняття).
- II. Основна частина
  1. Виступи студентів з доповідями.
  2. Обговорення запитань.
- III. Підсумок семінарського заняття. Оцінювання.

**Запитання для самоперевірки:**

1. Розкрийте процес й особливості арт-терапії в родині?
2. Охарактеризуйте особливості використання арт-терапії з дітьми шкільного віку?
3. Розкрийте терапевтичні можливості техніки «сімейний малюнок»?

**Практичне заняття до теми 5.**

Мета: систематизувати та узагальнити знання щодо особливостей арт-терапевтичної роботи з різними категоріями населення.

Тема: Практичні аспекти застосування різних видів арт-терапії в роботі з різними категоріями населення.

План:

1. Арт-терапії з різними художніми матеріалами з людьми похилого віку.
2. Використання арт-терапії в роботі із засудженими людьми.
3. Арт-терапії з дітьми із сімей вимушених переселенців.

Рекомендована література: 10, 12, 19, 20, 22.

Перебіг заняття:

I. Організаційний етап (оголошення теми, мети, плану заняття).

II. Теоретична частина

1. Виступи студентів з доповідями.
2. Обговорення запитань.

III. Практична частина

Завдання 1. Скласти план роботи з елементами арт-терапії з людьми похилого віку **Додаток 7.**

Завдання 2. Скласти список арт-терапевтичних методик та технологій для роботи з вимушеними переселенцями з метою досягнення відчуття підтримки, опори, побудови ідентичності на новому місці проживання, формування готовності до змін, постановки цілей, розвитку креативності та особистісної гнучкості використовуючи мережу Інтернет та кейс-технік **Додаток 4.**

Завдання 3. Розкрити основні особливості використання різноманітних арт-терапевтичних технік у роботі із засудженими людьми використовуючи **Додаток 8.**

IV. Підсумок практичного заняття. Оцінювання.

**Запитання для самоперевірки:**

1. Розкрийте найбільш ефективні техніки арт-терапії у роботі з людьми похилого віку?
2. Окресліть терапевтичні можливості арт-терапії у роботі з вимушеними переселенцями?
3. Розкрийте особливості використання арт-терапії в роботі із засудженими людьми?

**Змістовий модуль II. Практичні аспекти застосування різних видів арт-терапії у соціально-педагогічній роботі**

### **Практичне заняття до теми 6.**

Тема: Пісочна терапія, скульптурування, ліплення, паперотерапія у роботі з різними віковими групами.

Мета: закріпити знання щодо особливостей використання пісочної терапії та характеристики піскових картин дітей та їх інтерпретації.

План:

1. Загальні уявлення про піскову терапію.
2. Механізми психокорекційного впливу на дитину.
3. Оснащення піскової терапії.
4. Процес піскової терапії; ключові характеристики піскових картин дітей, ліплення та скульптурування різними матеріалами.
5. Ключові характеристики піскових картин дітей та їх інтерпретація.

Рекомендована література: 6, 9, 15, 23.

Перебіг заняття:

I. Організаційний етап (оголошення теми, мети, плану заняття).

II. Основна частина

1. Виступи студентів з доповідями.
2. Обговорення запитань.

Завдання 1. Розробити план заходу з елементами використанням пісочних картин (вікову категорію обрати самостійно) використовуючи **Додаток 9**.

Завдання 2. Зробити коротку інтерпретацію розробленого заходу за такою схемою:

1. Чи враховані вікові особливості та індивідуальні потреби учасників?
2. Який сюжет був закладений для пісочної терапії?
3. Чи справдилися Ваші очікування?

III. Обговорення. Підсумок практичного заняття. Оцінювання.

#### **Запитання для самоконтролю:**

1. Розкрийте основні механізми психокорекційного впливу на дитину пісочної терапії?
2. Назвіть основні правила у в оснащенні заняття з пісочної терапії?
3. Розкрийте ключові характеристики створення пісочних картин та особливості їх інтерпретації?

#### **Практичне заняття до теми 7.**

Тема: Особливості використання казкотерапії та ігрової терапії.

Мета: закріпити знання щодо особливостей використання казкотерапії та ігрової терапії як методу соціальної корекції.

План:

1. Казкотерапія: функції казок.
2. Особливості казкотерапії з дітьми.
3. Принципи та схема аналізу дитячих казок.
4. Ігрова терапія – метод корекції емоційних і поведінкових розладів у дітей.
5. Корекція страхів методами арт-терапії.

Рекомендована література: 3, 12, 18.

### Перебіг заняття:

I. Організаційний етап (оголошення теми, мети, плану заняття).

II. Теоретична частина

1. Виступи студентів з доповідями.
2. Обговорення запитань.

III. Практична частина

Завдання 1. Скласти й написати казку, спрямовану на корекцію страхів у дітей (вік обрати самостійно) **Додаток 10.**

Завдання 2. Зробити аналіз казки за такою схемою:

1. Що найважче було вигадувати (початок, основну частину, закінчення)?
2. Яка частина казки найдовша?
3. Чи отримав герой те, що хотів (чи щось інше)?
4. Визначте основних персонажів?
5. Яку казку нагадує?
6. Охарактеризуйте оригінальні сюжетні ходи на корекцію страху?
7. Лінія героя (як він ставиться до світу, до людей, до себе і тощо)?

IV. Підсумок практичного заняття. Оцінювання.

**Запитання для самоперевірки:**

1. Розкрийте основні функції казок в арт-терапії?
2. Назвіть основні принципи та схему аналізу дитячих казок?
3. Розкрийте суть ігрової терапії?

### **Семінарське заняття до теми 8.**

Тема: Ізотерапія, кольоротерапія та фототерапія в соціально-педагогічній роботі з різними віковими групами.

Мета: систематизувати та узагальнити знання щодо діагностико-терапевтичних можливостей ізотерапії, кольоротерапії та фототерапії.

План:

1. Історія становлення та загальні уявлення про ізотерапію.
2. Основні техніки ізотерапії.

3. Переваги та недоліки ізотерапії.
4. Особливості використання кольоротерапії.
5. Особливості використання фототерапії.

Рекомендована література: 6, 14,19, 20.

#### Перебіг заняття:

I. Організаційний етап (оголошення теми, мети, плану заняття).

II. Основна частина

1. Виступи студентів з доповідями.
2. Обговорення запитань.

III. Підсумок семінарського заняття. Оцінювання.

#### Запитання для самоперевірки:

1. Назвіть основні техніки ізотерапії?
2. Розкрийте переваги та недоліки ізотерапії?
3. Охарактеризуйте особливості використання кольоротерапії та фототерапії?

#### Практичне заняття до теми 8.

Тема: Особливості підготовки та застосування ізотерапії, кольоротерапії та фототерапії в соціально-педагогічній роботі.

Мета: закріпити знання щодо особливостей використання ізотерапії, кольоротерапії та фототерапії в соціально-педагогічній роботі.

#### План:

1. Використання технології ізотерапії у соціально-педагогічній роботі.
2. Використання технології кольоротерапії у соціально-педагогічній роботі.
3. Використання технології кольоротерапії у соціально-педагогічній роботі.

Рекомендована література: 6, 11, 19, 22.



### Перебіг заняття:

I. Організаційний етап (оголошення теми, мети, плану заняття).

II. Теоретична частина

1. Виступи студентів з доповідями.
2. Обговорення запитань.

III. Практична частина

Завдання 1. Розробити захід з використанням елементів ізотерапії, кольоротерапії та фототерапії в соціально-педагогічній роботі (соціальну групу обрати самостійно) **Додаток 11.**

Завдання 2. Аналіз та обговорення заходу.

IV. Підсумок практичного заняття. Оцінювання.

#### **Запитання для самоперевірки:**

1. Розкрийте технологію використання ізотерапії у соціально-педагогічній роботі для різних вікових груп?
2. Назвіть особливості використання технології кольоротерапії у соціально-педагогічній роботі?
3. Розкрийте переваги використання кольоротерапії у соціально-педагогічній роботі?

### **Тема 9. Арт-терапевтичні техніки для розвитку соціально-емоційної стійкості різних вікових груп**

Мета: ознайомити здобувачів освіти з особливостями застосування арт-терапевтичних технік для розвитку соціально-емоційної стійкості різних вікових груп.

Вид: лекція навчальна.

План:

1. Генеза соціально-емоційної стійкості різних вікових груп.
2. Основні арт-терапевтичні техніки для розвитку соціально-емоційної стійкості різних вікових груп.

Рекомендована література: 3, 11, 12, 20.

## Перебіг заняття:

### **1. Генеза соціально-емоційної стійкості різних вікових груп.**

Емоційна стійкість – це здатність особистості ефективно реагувати на стресові ситуації та події, зберігаючи при цьому психологічну стійкість і здатність до функціонування в нормальному режимі. Це охоплює здатність розв'язувати проблеми та виходити з важких емоційних ситуацій з мінімальним впливом на психічне здоров'я. Люди з високим рівнем емоційної стійкості зазвичай виявляють вміння керувати своїми емоціями, знаходити позитивні способи реагування на стрес і мають більш здорові стосунки з іншими. Емоційна стійкість може бути розвинена через практику саморегуляції, техніки релаксації, психологічну підтримку та розуміння власних емоційних реакцій.

Соціально-емоційна стійкість – це здатність особистості адаптуватися до різних емоційних та охоплює здатність ефективно керувати власними емоціями, розуміти і виражати їх, а також вміння побудувати позитивні та здорові взаємини з іншими людьми. Соціально-емоційна стійкість допомагає людині подолати стрес, розвивати емпатію, вирішувати конфлікти та досягати успіху в різних аспектах життя. Ця якість важлива як для психічного здоров'я, так і для соціального та професійного розвитку.

Зарубіжні науковці McCraty та Childre виокремлюють три виміри соціально-емоційної стійкості :

1. Фізичні елементи, що включають фізичну силу, енергію, міцне здоров'я.
2. Психічні або психологічні елементи. Це такі аспекти, як здатність до саморегуляції, увага та зосередженість, самооцінка, впевненість у собі, емоційне усвідомлення та регуляція, здатність до самовираження, мислення та міркування.
3. Соціальні елементи, що включають міжособистісні стосунки (робота, партнер, діти, батьки, друзі, громада тощо), групову ідентичність, симпатію, спілкування та співпрацю.

Стійкість – це здатність підтримувати компетентне функціонування в умовах серйозних життєвих стресорів (Kaplan, Turner, Norman, Stillson).

Соціально-емоційну стійкість можна розвинути за допомогою формування відповідних знань, мотивації та належної підготовки. Незалежно від того, чи маєте ви справу з негараздами на роботі, чи переживаєте складний період в особистих стосунках, з емоційною стійкістю ви не тільки зможете ефективно впоратися з ситуацією, але й захистити себе від емоційного спустошення.

Важливим аспектом формування соціально-емоційної стійкості є прийняття того факту, що вона нерозривно пов'язана з іншими сферами життя.

Підвищення рівня соціально-емоційної стійкості зазвичай відбувається шляхом розвитку:

1. Самосвідомості. Здатності налаштуватися на власні відчуття, внутрішні конфлікти та сприйняття світу. Завдяки самосвідомості ми глибше розуміємо, як почуття впливають на наші вчинки. Замість того, щоб шукати допомоги ззовні чи звинувачувати світ у наших бідах, самосвідомість дає нам сміливість шукати відповіді всередині себе. Роблячи нас більш налаштованими на власний внутрішній світ, розвиток самосвідомості допомагає нам стати більш здібними та обізнаними.
2. Наполегливості. Навчання стійкості допомагає людині послідовно і наполегливо продовжувати спроби подолати труднощі. Незалежно від того, чи ви маєте справу із зовнішніми стресовими факторами чи вирішуєте внутрішні конфлікти, наполегливість підтримує внутрішню мотивацію.
3. Емоційного самоконтролю. Люди з високим рівнем емоційного самоконтролю краще здатні керувати своїми почуттями. Вони менш схильні переживати стрес або дозволяти йому впливати на своє життя. Вони «думають, перш ніж зробити стрибок» і не схильні поспіхом робити висновки.
4. Гнучкого мислення. Гнучке мислення є важливим аспектом психічного здоров'я, який сприяє особистому та професійному успіху будь-якої людини.

Це потужна соціальна навичка, яка містить оптимізм, адаптивність, раціональність і позитивне мислення. Людина, яка має або розвинула ці навички під час навчання чи під впливом досвіду, безумовно, буде емоційно стійкішою та більш врівноваженою в житті.

5. Міжособистісних стосунків. Налагодження особистих стосунків є одночасно побічним наслідком і необхідною умовою емоційної стійкості. Якщо ми маємо силу будувати міцні міжособистісні зв'язки на професійному чи особистому рівні, ми вже зробили один крок уперед до стійкого життя.

## **2. Основні арт-терапевтичні техніки для розвитку соціально-емоційної стійкості різних вікових груп.**

Арт-терапія відіграє важливу роль у підвищенні соціально-емоційної стійкості, надаючи людям можливість виразити та опрацювати свої емоції через творчий процес. Арт-терапія сприяє розвитку соціально-емоційної стійкості:

1. Виразність емоцій: через різноманітні художні матеріали та техніки, арт-терапія дозволяє людям виразити свої емоції та почуття, які можуть бути важко висловити словами. Це сприяє розумінню та прийняттю власних емоцій.
2. Самовираження: арт-терапія створює безпечне середовище для самовираження. Вона дозволяє людям відкрити та виразити свої глибші почуття та думки, що допомагає їм краще зрозуміти себе.
3. Саморегуляція: творчий процес арт-терапії може служити засобом саморегуляції емоцій. Під час створення художніх робіт, люди можуть відчувати зниження рівня стресу та більшу спокійність.
4. Емоційний розвиток: практика арт-терапії сприяє розвитку емоційного інтелекту, що охоплює здатність розпізнавати, розуміти та керувати емоціями. Вона допомагає людям вчитися розпізнавати свої емоції та реагувати на них здоровим способом.

5. Підвищення самосвідомості: створюючи художні роботи, люди отримують можливість ретельніше оглянути свої емоційні стани, усвідомлюючи їхні коріння та вплив на їхнє життя.

Арт-терапія є потужним інструментом для підвищення емоційної стійкості, допомагаючи людям розвивати здатність керувати своїми емоціями, виражати їх та знаходити способи позитивного впливу на своє психічне здоров'я.

Розглянемо використання арт-терапевтичних технік для розвитку соціально-емоційної стійкості різних вікових груп:

Краплетерапія – це одна з форм арт-терапії, яка базується на використанні кольорів та крапель, щоб сприяти емоційному вираженню та внутрішньому зціленню. У цьому виді терапії люди наносять краплі фарби на аркуш паперу або інший матеріал, дозволяючи їм вільно рухатися та виражати свої почуття через малюнок.

Краплетерапія може бути ефективним інструментом для виявлення та вираження емоцій, які можуть бути важко висловити словами. Вона допомагає людям зосередитися на їхніх внутрішніх переживаннях та знайти способи виразити їх та розібратися в них. Крім того, краплетерапія може сприяти релаксації та зниженню стресу, допомагаючи людям відпочити від повсякденних проблем та зануритися у творчий процес.

Ця форма арт-терапії може бути корисною для різних вікових груп та для людей з різними потребами, надаючи можливість кожному виразити себе та знайти внутрішню гармонію через творчість.

Ниткографія – це форма арт-терапії, що полягає у створенні образів за допомогою ниток або ниткових матеріалів. Цей метод охоплює розташування ниток на плоскій поверхні, яка може бути картоном, дошкою або іншим матеріалом, у відповідь на емоції, думки або відчуття.

Під час ниткографії людина може вільно рухатися нитками, створюючи абстрактні або конкретні зображення, які відображають її внутрішній стан. Цей процес може допомогти виразити емоції та переживання, які можуть

бути важко висловити словами, а також допомогти у зосередженні та релаксації.

Ниткографія може бути корисною для розвитку самовираження, релаксації, а також для зменшення стресу та тривоги. Цей метод може бути використаний для роботи з різними віковими групами та для підтримки психічного здоров'я у різних контекстах, від клінічної практики до освітніх програм.

Монотипія – це вид глибокого друку, в якому зображення створюється на металевій або скляній пластині, зазвичай покритій лаком або фарбою. Після того як зображення створене, пластина накладається на папір або інший матеріал, і зображення передається на нього за допомогою пресу або іншого аналогічного пристрою. Кожен друк монотипу є унікальним, оскільки після першого використання пластина втрачає свої деталі та не може бути використана для створення точно такого самого зображення знову.

Основна мета монотипії в арт-терапії полягає в тому, щоб дозволити клієнту вільно виразити свої емоції та переживання без обмежень чи суджень. В процесі творчості клієнти можуть відкрити нові способи розуміння своїх почуттів, знаходячи символічні або метафоричні відображення свого внутрішнього світу через створення мистецьких робіт.

Монотипія в арт-терапії може бути корисною для роботи з різними групами людей, включаючи дітей, підлітків та дорослих, а також для роботи з різними проблемами, такими як стрес, тривога, депресія, травми або психічні розлади. Цей метод дозволяє створити безпечне середовище для самовираження та зцілення через мистецтво, сприяючи розвитку психічного здоров'я та благополуччя клієнтів.

Журналінг – це процес ведення особистого журналу, в якому людина фіксує свої думки, почуття, події та враження. Це може включати записи про події дня, рефлексії над емоціями, постановку цілей, творчі вправи, списки подяк та багато іншого. Журналінг допомагає особі відсторонитися від щоденної метушні та зосередитися на власних думках та почуттях. Він

стимулює саморефлексію, сприяє розвитку самосприйняття та допомагає знаходити рішення у складних ситуаціях. Журналінг може бути корисним інструментом для виявлення шаблонів поведінки, розуміння причин та наслідків власних дій, а також для зниження рівня стресу та тривожності, надаючи можливість зосередитися на позитивних аспектах життя та забезпечуючи психологічний комфорт.

Ці арт-терапевтичні практики можуть бути адаптовані до різних вікових груп та потреб, допомагаючи розвивати соціально-емоційну стійкість та покращувати психічне здоров'я учасників.

### **Запитання для самоперевірки:**

1. Схарактеризуйте соціально-емоційну стійкість?
2. Визначте виміри соціально-емоційної стійкості?
3. Розкрийте основні арт-терапевтичні техніки для розвитку соціально-емоційної стійкості.

### **Семінарське заняття до теми 9.**

Тема: Формування життєстійкості різними видами арт-терапевтичних технік.

Мета: закріпити знання щодо особливостей використання різних видів арт-терапевтичних технік в соціальній роботі з метою формування життєстійкості.

#### **План:**

1. Особливості застосування Mindfulness-медитації з різними віковими категоріями.
2. Арт-бук як інструмент формування життєстійкості.
3. Соціально-емоційне та етичне навчання: загальні уявлення про СЕЕН, процес застосування СЕЕН в арт-терапії.
4. Використання технік заземлення в арт-терапії.
5. Walk-and-talk як сучасна техніка арт-терапії.
6. Використання методики BASIC Ph в арт-терапії.

Рекомендована література: 2, 3, 14, 15, 23.

### Перебіг заняття:

I. Організаційний етап (оголошення теми, мети, плану заняття).

II. Основна частина

1. Виступи студентів з доповідями.
2. Обговорення запитань.

III. Підсумок семінарського заняття. Оцінювання.

#### **Запитання для самоперевірки:**

1. Розкрийте вплив арт-буку на формування життєстійкості?
2. В чому полягають особливості використання СЕЕН в арт-терапії?
3. Розкрийте суть використання технік заземлення в соціальній роботі?

### **Семінарське заняття до теми 10.**

Тема: Різноманітні арт-терапевтичні підходи в соціальній роботі з метою лікування, реабілітації та профілактики.

Мета: закріпити знання щодо особливостей використання різних видів терапії в соціальній роботі з метою лікування, реабілітації та профілактики.

#### План:

1. Особливості застосування соціотерапевтичного підходу в соціальній роботі з метою лікування, реабілітації та профілактики
2. Сміхотерапія: загальні уявлення про сміхотерапію, процес застосування сміхотерапії.
3. Вплив сміхотерапії на лікування та реабілітацію дитини.
4. Нейрографіка як сучасний метод арт-терапії.
5. Музикотерапія, танцювальна терапія та співи в соціальній роботі як методи профілактики.
6. Драматерапія в соціальній роботі з метою лікування, реабілітації та профілактики.

Рекомендована література: 6, 17, 19, 21, 23.



Перебіг заняття:

I. Організаційний етап (оголошення теми, мети, плану заняття).

II. Основна частина

1. Виступи студентів з доповідями.
2. Обговорення запитань.

III. Підсумок семінарського заняття. Оцінювання.

**Запитання для самоперевірки:**

1. Розкрийте вплив сміхотерапії на лікування та реабілітацію дитини?
2. В чому полягає лікувальний вплив нейрографіки як сучасного методу арт-терапії?
3. Розкрийте суть драмтерапії в соціальній роботі?

**Практичне заняття до теми 10.**

Тема: Використання арт-терапевтичних підходів у соціальній роботі з метою лікування, реабілітації та профілактики.

Мета: закріпити та узагальнити знання здобувачів освіти щодо особливостей використання арт-терапевтичних підходів у соціальній роботі з метою лікування, реабілітації та профілактики.

План:

1. Іпотерапія: загальні уявлення про іпотерапію.
2. Переваги та недоліки іпотерапії.
3. Механізми впливу іпотерапії на дитину.
4. Ароматерапія: загальні уявлення про ароматерапію.
5. Процес ароматерапії.
6. Вплив ароматерапії на людину.
7. Метафоричні карти як корекційний інструмент.

Рекомендована література: 8, 11, 16, 18, 20.

Перебіг заняття:

I. Організаційний етап (оголошення теми, мети, плану заняття).

## II. Теоретична частина

1. Виступи студентів з доповідями.
2. Обговорення запитань.

## II. Практична частина

Завдання 1. Розробити план соціально-виховного заняття з використанням елементів арт-терапії **Додаток 12.**

Завдання 2. Ознайомитися з технікою проведення вправи МАК «Танок життя»: [https://pfp.lviv.ua/resursniy\\_ruh/](https://pfp.lviv.ua/resursniy_ruh/)

Завдання 3. Описати з якою віковою категорією можна та в яких випадках застосовувати дану техніку.

## IV. Підсумок практичного заняття. Оцінювання.

### **Запитання для самоперевірки:**

1. Розкрити переваги та недоліки іпотерапії у роботі з різними віковими категоріями?
2. Розкрити особливості впливу ароматерапії на особистість?
3. Охарактеризуйте техніку використання метафоричних карт у соціальній роботі?

## МЕТОДИЧНІ НАСТАНОВИ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ

Самостійна робота студента готується відповідно до теми заняття. Робота здається в письмовому вигляді та потребує публічного представлення. Тривалість захисту роботи – до 10 хв., де 5 хв. відводиться на презентацію та 5 хв – на можливі запитання після неї. Аналітичну роботу виконують у текстовому редакторі «WORD» (шрифт – 14, «Times New Roman», інтервал – 1,5). Береги: верхній – 20 мм, нижній – 20 мм, лівий – 25 мм, правий – 15 мм. Її роздруковують на принтері з одного боку аркуша білого паперу формату А4 (210X297 мм). В умовах дистанційного навчання робота здається в електронному форматі.

### **Тема 1. Теоретичні основи арт-терапевтичної діяльності.**

*Завдання СРС:*

1. Використовуючи наукову літературу дібрати основні терміни, що використовуються в арт-терапевтичній діяльності та записати їх у вигляді словника (2 год).
2. Написати «Лист з майбутнього» в довільній формі **Додаток 4**. Вправа «Лист з майбутнього» вигадане письмове послання самому собі від себе з майбутнього з докладним описом того життя, яку ви хочете бачити, щоб здійснити свої мрії (2 год).

### **Тема 2. Історія становлення арт-терапії як методу соціально-педагогічної діяльності.**

*Завдання СРС:*

1. Охарактеризувати та порівняти історію розвитку арт-терапії в Україні та закордоном заповнивши таблицю (2 год).

Основні історичні етапи розвитку арт-терапії в Україні	Основні історичні етапи розвитку арт-терапії закордоном	Спільні та відмінні риси в історії становлення

2. Розробіть презентацію (до 6 слайдів) щодо оснащення кабінету арт-терапевта (2 год).

### **Тема 3. Основні аспекти арт-терапії у соціально-педагогічній роботі.**

#### *Завдання СРС:*

1. Дібрати та продемонструвати відеоролик чи презентацію індивідуальної арт-терапії (2 год).
2. Підготувати та продемонструвати відеоролик чи презентацію групової арт-терапії (2 год.).

### **Тема 4. Діагностико-терапевтичні можливості різних видів мистецтва.**

#### *Завдання СРС:*

1. Підготувати та продемонструвати матеріал, щодо використання різних видів мистецтва метою діагностики (2 год.).
2. Підготувати матеріал щодо арт-терапевтичної діяльності в Стародавній Греції, Китаї та Індії та інших країнах світу (2 год.)

### **Тема 5. Особливості арт-терапевтичної роботи з різними категоріями населення.**

#### *Завдання СРС:*

1. Підготувати презентацію (до 6 слайдів) на тему «Особливості здійснення сімейної арт-терапії» (2 год).
2. Намалювати герб своєї сім'ї відповідно до визначених кроків (2 год.)

Ось декілька кроків, які ви можете виконати:

1. Підготовка та обговорення: почніть з того, щоб обговорити з вашою сім'єю значення та символіку, яку ви бажаєте вкласти у герб. Розмірковують про значення кожного символу, якій аспект сімейного життя він може відображати.
  2. Символи і фігури: спільно оберіть символи і фігури, які відображають вашу сім'ю. Це можуть бути тварини, рослини, предмети, що асоціюються з вашими інтересами, родинними традиціями або цінностями.
  3. Колір: виберіть палітру кольорів, яка має значення для вашої сім'ї. Наприклад, ви можете використовувати кольори, що відображають ваші улюблені кольори або кольори, які символізують різні аспекти вашого життя.
  4. Дизайн: створіть дизайн герба, об'єднуючи обрані символи, фігури та кольори. Можливо, ви захочете використовувати традиційні елементи герба, такі як щит, гербовий візерунок або гасло.
  5. Спільна творчість: робота над гербом може бути відмінною можливістю для спільної творчості та спілкування в сім'ї. Дозвольте кожному члену сім'ї внести свою унікальну ідею або символ у дизайн герба.
  6. Обговорення та рефлексія: після завершення герба обговоріть його зі всією сім'єю. Поділіться своїми думками та враженнями від процесу його створення. Розгляньте, як герб відображає вашу сімейну ідентичність та цінності.
3. Дібрати арт-терапевтичну техніку для роботи з подружніми конфліктами в сім'ї, ознайомившись з матеріалами: <http://surl.li/ueajs> (2 год).

## **Змістовий модуль II. Практичні аспекти застосування різних видів арт-терапії у соціально-педагогічній роботі**

### **Тема 6. Пісочна терапія, скульптурування, ліплення, паперотерапія у роботі з різними віковими групами.**

#### *Завдання СРС:*

1. Написати короткий план заняття з використанням елементів пісочної терапії за відповідною схемою **Додаток 6** (2 год.)

2. Написати короткий план заняття з використанням елементів скульптурування **Додаток 6** (2 год.)

3. Написати короткий план заняття з використанням елементів паперотерапії **Додаток 6** (2 год.)

### **Тема 7. Особливості використання казкотерапії та ігротерапії.**

#### *Завдання СРС:*

1. Знайти та опрацювати матеріал щодо особливостей підбору та складання арт-терапевтичних казок для дітей (2 год.)

3. Підберіть ігрові техніки, що спрямовані на корекцію страхів у дітей вікової категорії обрати самостійно (4 год).

### **Тема 8. Ізотерапія, кольоротерапія та фототерапія в соціально-педагогічній роботі з різними віковими групами.**

#### *Завдання СРС:*

1. Підібрати техніки з використанням елементів ізотерапії (вік обрати самостійно) використовуючи мережу Інтернет та матеріали: <http://surl.li/ueajs>  
2 год.

2. Підібрати техніки з використанням елементів кольоротерапії (вік обрати самостійно) використовуючи мережу Інтернет та матеріали: <http://surl.li/ueajs>  
2 год.

3. Підібрати техніки з використанням елементів фототерапії (вік обрати самостійно) використовуючи мережу Інтернет та матеріали: <http://surl.li/ueajs>  
2 год.

4. Підібрати техніки з використанням елементів колажотерапії (вік обрати самостійно) використовуючи мережу Інтернет та матеріали: <http://surl.li/ueajs>  
2 год.

## **Тема 9. Арт-терапевтичні техніки для розвитку соціально-емоційної стійкості різних вікових груп.**

### *Завдання СРС:*

1. Провести одну терапевтичну техніку на відновлення психосоціального стану особистості, ознайомившись з матеріалами: <http://surl.li/ueaqn> (2 год).
2. Заповнити аркуш рефлексії після проведеної техніки див. **Додаток 5** (2 год).
3. Дібрати методики на профілактику емоційного вигорання фахівців соціальної сфери (4 год).

## **Тема 10. Арт-терапевтичні підходи в соціальній роботі з метою лікування, реабілітації та профілактики.**

### *Завдання СРС:*

1. Розробити план арт-терапевтичного заняття з профілактики негативного соціального явища використовуючи різноманітні арт-терапевтичні техніки (4 год.)
2. Створіть презентацію на тему: «Важливість використання арт-терапевтичних підходів у соціальній роботі». Використовуйте різні візуальні матеріали, такі як зображення, відео та приклади арт-проектів, технік, вправ, щоб зробити презентацію цікавою та інформативною (4 год.)

## Критерії оцінювання самостійної роботи студентів

Розподіл балів, які отримують здобувачі освіти за виконання самостійної роботи та поточний контроль:

<b>Контроль СРС</b>	
<b>Змістовний модуль 1</b>	
<b>Теми</b>	<b>Бали за СРС</b>
<b>T1</b>	<b>2-4</b>
<b>T2</b>	<b>2-4</b>
<b>T3</b>	<b>4-6</b>
<b>T4</b>	<b>2-4</b>
<b>T5</b>	<b>5-7</b>
<b>Min-Max</b>	<b>15-25</b>
<b>Змістовний модуль 2</b>	
<b>T6</b>	<b>4-6</b>
<b>T7</b>	<b>2-4</b>
<b>T8</b>	<b>2-4</b>
<b>T9</b>	<b>2-4</b>
<b>T10</b>	<b>4-6</b>
<b>Min-Max</b>	<b>14-24</b>



## ДОДАТКИ

### Додаток 1

## ГЛОСАРІЙ

**Алекситимія** – неспроможність суб'єкта вербалізувати власні емоції або емоції інших.

**Аналітична закрита група** – арт-терапевтична група, орієнтована в основному на роботу з неусвідомлюваними психічними процесами її учасників. Слово «закрита» в назві означає, що протягом всього часу склад групи залишається постійним.

**Аніма** – неусвідомлена жіноча сутність чоловіка, що персоніфікується у сновидіннях і творчості образами жінок.

**Анімус** – неусвідомлена чоловіча сутність жінки, що персоніфікується у сновидіннях і творчості образами чоловіків.

**Арт-терапевтичний процес** – це безперервна трибічна комунікація і динамічна взаємодія між трьома основними її елементами або учасниками – пацієнтом, арт-терапевтом і матеріалом або продуктом образотворчої діяльності.

**Арт-терапія** – це динамічна система взаємодії між учасником (дитиною, дорослим), продуктом його образотворчої творчої діяльності та арт-терапевтом (психологом, педагогом) в арт-терапевтичному просторі.

**Арт-терапія** – це психокорекційне та психотерапевтичне застосування візуального ряду мистецтв: живопису, графіки, скульптури, дизайну та інших форм творчості, в яких провідну роль відіграє візуальний канал комунікації.

**Арт-терапія** – це створення візуальних образів; усвідомлення несвідомого психічного матеріалу через ці образи; взаємодія між автором художньої роботи (пацієнтом), самою художньою роботою і психотерапевтом (Британська асоціація арт-терапевтів).

**Арт-терапія з глиною** – невербальна форма психотерапії, що використовує у якості «транзитного» об'єкта глину, і дозволяє м'яко

відреагувати, переробити та усвідомити травматичний досвід, а також розвиває кінестетичні відчуття.

**Арт-терапія з природними матеріалами** – невербальна форма психотерапії, що використовує у якості «транзитних» природні об'єкти, і сприяє наближенню до навколишнього простору, розширенню чуттєвого досвіду, розвитку емоційної сфери та кінестетичних відчуттів.

**Арт-терапія пісочна** – невербальна форма психотерапії, що використовує пісок, воду та різні предмети, і дозволяє встановити доступ до глибоких довербальних рівнів психіки; форма активної уяви, хоча образи, що використовуються в пісочній терапії конкретні та реальні на дотик, а зовсім не ілюзорні та невидимі.

**Архетип** – відносно автономна частина особистості, що відноситься до колективного несвідомого і включає в себе колективні психічні установки, які не можуть бути прийняті особистістю через несумісність із свідомим уявленням про себе; ідеальна, пуста форма, наділена енергетичною силою, що походить з неусвідомленого і формує уявлення.

**Архетипічні символи** – символи, що відображають зміст колективного несвідомого і позначають вроджені форми психічного досвіду.

**Асоціація** – суб'єктивний образ об'єктивного зв'язку між предметами і явищами, фізіологічною основою якого є тимчасовий нервовий зв'язок.

**Візуальна грамотність** – це володіння навичками аналізу та синтезу образу в цілому і окремих його елементів, що забезпечує адекватне його сприймання та розуміння і сприяє розвитку уяви та мислення.

**Воно** – поняття, що використовується в класичному психоаналізі для позначення первинного енергетичного джерела психіки, що є сферою інстинктів.

**Гра** – одна з психічних реальностей, що характеризується вільною діяльністю і протистоїть серйозному.

**Група арт-терапевтична динамічна (аналітична) закрита** – група із незмінним складом учасників та невисоким ступенем структурованості, де

проявляється спонтанність клієнта і мінімум директивності психотерапевта. Клієнт сам вирішує, в якій мірі і в який момент включитися в групові процеси. Найбільший вплив на діяльність групи справляє динамічний підхід.

**Група арт-терапевтична студійна відкрита** – це група, яка є неструктурованою і не має постійного складу учасників; нагадує роботу в художній студії із гнучкими часовими межами; основним фактором психотерапевтичного впливу виступає художня експресія; арт-терапевт у цій групі використовує не директивний підхід.

**Група арт-терапевтична тематична** – напіввідкрита короткотривала група із високим ступенем структурованості, де увага фокусується на якійсь значимій темі або на певних образотворчих техніках. Найбільший вплив на діяльність групи справляє гуманістичний підхід.

**Драматизація** – процес та механізм втілення думок у візуальні образи.

**Дудлінг** – малювання каракулей, несвідоме малювання.

**Душевний образ** – психічний образ, що формується у сфері усвідомленого відповідно до статевої приналежності людини.

**Експресія** – виразність та сила прояву емоцій та переживань.

**Екстеріоризація в арт-терапії** – це винесення назовні внутрішніх конфліктів за допомогою образотворчої діяльності.

**Емоційний резонанс (раппорт)** – це встановлення з клієнтом емоційної взаємодії в ході арт-терапевтичного процесу.

**Емпатія** – це розуміння емоційного стану іншої людини за допомогою співпереживання і проникнення у її внутрішній світ.

**Етап «розігріву» в роботі арт-терапевтичної групи** – різні види фізичної активності та способів «налаштування» на образотворчу роботу.

**Етап завершальний в арт-терапії (термінація)** – здійснення підсумків і оцінки результатів психотерапії. Термінація може бути запланована (за попередньою домовленістю) та вимушена (за непередбачуваних обставин).

**Етап зміцнення і розвитку психокорекційних стосунків та продуктивної творчої діяльності** – полягає у здійсненні певних арттерапевтичних інтервенцій, в усвідомленні клієнтом змісту творів, в настанні певних змін в поведінці клієнта. Поступовий перехід від хаотичної поведінки та образотворчої діяльності до створення більш складної образотворчої продукції з усвідомленням її психологічного змісту і зв'язку зі своїм минулим досвідом та системою стосунків.

**Етап обговорення і завершення роботи арт-терапевтичної групи** – розповідь учасників про свою образотворчу роботу або коментарі до неї. Цей етап може бути доповнений коментарями та оцінками арт-терапевта, що стосуються процесу художньої експресії та створених робіт, ходу сесії та її результатів.

**Етап образотворчої роботи в арт-терапевтичній групі** – вибір теми та її подальша розробка за допомогою образотворчих прийомів.

**Етап підготовчий арт-терапевтичного процесу** – це перша зустріч з клієнтом, отримання від нього первинних даних і визначення показів для арт-терапії; роз'яснення йому змісту і особливостей арт-терапевтичної роботи, основних правил його поведінки і тих можливостей для художньої експресії, які він має; укладання психотерапевтичного контракту.

**Етап початковий у роботі арт-терапевтичної групи** – знайомство і підготовка учасників до роботи, створення атмосфери довіри і безпеки.

**Етап формування системи психокорекційних стосунків і початку творчої діяльності** – це визначення необхідного рівня директивності та емоційної підтримки; залучення клієнта до арт-терапевтичної роботи; визначення необхідних прийомів «обмеження» клієнта.

**Життєвий сценарій** – план, заснований на ранньому рішенні, підкріплений батьками, виправданий подальшими подіями.

**Закінчення арт-терапевтичного заняття** – коротке резюме, коротка розповідь, завершальний «ритуал» або вправа, самостійне прибирання приміщення.

**Зентангл** – вид арт-терапії, що полягає у малюванні узорів, які не мають смислового навантаження і складаються в абстрактне зображення.

**Ідентифікація** – процес ототожнення індивіда з іншим об'єктом, людиною або групою, що відбувається на основі засвоєння характерних для них властивостей, стандартів, цінностей, соціальних установок і ролей.

**Ізотерапія** – це найбільш розповсюджений вид арт-терапії, що допомагає вирішенню психологічних проблем особистості за допомогою художньої творчості (малювання).

**Індивідуальне неусвідомлене** – сукупність всіх психічних явищ суб'єктивного характеру, що не належать до свідомості, тобто характеризуються відсутністю над потягами та інстинктами.

**Індивідуація** (лат. individuation – неподільність – розвиток психологічного індивіда як цілісної істоти, спрямований на виокремлення з колективної психології.

**Інстинкт** (з лат. – instinctus – спонукання) – психічні прояви вроджених тілесних станів збудження, що виявляються у вигляді бажань.

**Інтервенції арт-терапевтичні** – це надання емоційної підтримки, фасилітування клієнта до прояву своїх думок і почуттів, допомога в усвідомленні змісту образотворчої продукції.

**Інтервенції, спрямовані на смислоутворення** – різні види ігрової діяльності, художні описи продукції, драматерапія, рух і танець, робота з голосом, побудова рольових діалогів; обговорення, спрямовані на «деконструювання» звичних асоціативних зв'язків і пов'язаної з образом системи значень, подолання культурних стереотипів і звичних форм самоідентифікації клієнта; залучення до арт-терапевтичної роботи членів сім'ї.

**Інтерпретація** – (від лат. interpretatio – тлумачення, роз'яснення) – загальнонауковий метод з фіксованими правилами перекладу формальних символів і понять на мову змістовного знання; опис та пояснення психологічних механізмів, які керують поведінкою окремого суб'єкта

дослідження, і можуть бути використані для прогнозу та корекції індивідуальної поведінки; приписування висловлюванням і діям клієнта певних значень. Інтерпретації відрізняються від прояснень тим, що якщо прояснення за звичай орієнтовані на роботу з усвідомлюваним матеріалом, то інтерпретації – на роботу з неусвідомлюваним матеріалом, включаючи приховані мотивації та конфлікти.

**Інтроекція** – поглинання і привласнення будь-яких норм, стандартів поведінки, поглядів, думок та цінностей без спроби зрозуміти, критично оцінити та переосмислити.

**Казкотерапія** – вид арт-терапії, який завдяки використанню казкових форм, допомагає об'єктивізувати проблемні життєві ситуації та сприяє інтеграції особистості, розвитку уяви, розширенню свідомості та вдосконаленню взаємодії із зовнішнім світом.

**Каракулі** – це кінестетичний малюнок, графічний «відбиток» руху рукою, вид експресивної рухової поведінки.

**Колаж** – композиція, створена із різнорідних плоских предметів, таких як фрагменти газет, журналів, тканин, шпалер, поєднаних на папері, дошці чи полотні.

**Колективне неусвідомлене** – психічна спадщина людської еволюції, наявна у психічній структурі кожної людини.

**Кольоротерапія** – це галузь науки та практики, що вивчає вплив кольору на фізіологічний, емоційний та психологічний стан людини.

**Контрперенесення** – проєктування терапевтом своїх проблем на наданий клієнтом матеріал, який пов'язаний з перенесенням, так і не пов'язаний з ним.

**Контрпереніс** – як неусвідомлювані, так і частково усвідомлювані реакції психотерапевта, які виникають в нього в присутності клієнта. Контрпереніс викликається як особливостями поведінки та висловлювань клієнта, так і стилем, і особливостями його образотворчої діяльності.

**Малюнок** – графічне зображення, яке виконується від руки за допомогою графічних засобів.

**Малюнок гаптичний** – зображення якихось внутрішніх відчуттів, часто хворобливих, наприклад: «болить вухо», «голова болить» тощо.

**Малюнок декоративний** – передача кольору, зображення візерунків, орнаментів, прикрас тощо.

**Малюнок емфатичний (імпресіоністський, експресивний)** – прагнення передати атмосферу безпосереднього прояву відчуттів, вражень.

**Малюнок імажинарний** – містить якийсь сюжет, що взятий із книги чи створений власною фантазією.

**Малюнок органічний** – в ньому надається перевага органічно природним формам: наприклад, деревам, людям, тваринам тощо.

**Малюнок перераховуючий** – зображуються різні об'єкти, які важко об'єднати якимось зв'язком; часто зв'язок не прослідковується, це можуть бути окремі деталі чи предмети.

**Малюнок ритмічний** – зображення руху: машина їде, людина біжить тощо.

**Малюнок структурний** – основна увага спрямована на передачу структури цілого. Це може бути як абстрактна фігура, так і складне ціле, наприклад, площа міста .

**Мандала** – це геометричний символ складної структури, що інтерпретується як модель Всесвіту і символ цілісності особистості.

**Маскотерапія** – метод арт-терапії, що базується на проєкції внутрішнього глибинного стану особи на маску.

**Матеріали арт-терапевтичні** – це, графіка, живопис, колаж, фотографія, фотоколаж, відеоматеріали, комп'ютерна графіка, скульптура із пластиліну, глини, тіста, продуктів, пісок, ляльки, маріонетки, силуети.

**Матеріали природні, що використовуються в арт-терапії** – плоди різних дерев і кущів: шишки, жолуді, гілки та кора, горіхи, плоди каштана,

шипшини, горобини; зерна кукурудзи, насіння різних рослин, квасоля, рис; ракушки, камінці.

**Матеріали синтетичні, що використовуються в арт-терапії** – фольга, пінопласт, дріт, вата, шматочки шкіри, тканина, дрібні вироби із пластмаси, скла, заліза, дерева; гудзики, бісер, кільця, скріпки, сірники, пробки, монетки, фішки, кнопки; коробки, флакони, кришки від банок, пляшок.

**Метафора** – це слово або словосполучення із переносним значенням, що допомагає людині вловлювати та створювати подібність між різними класами об'єктів.

**Метафоричні (асоціативні) карти** – універсальний психологічний інструмент, який базується на метафорі й апелює до підсвідомості людини; становить собою набір зображень завбільшки з гральну карту чи листівку, де відображено людей, їх взаємодії, життєві ситуації, пейзажі, тварин, предмети побуту, абстрактні зображення тощо.

**Методи арт-терапевтичні** – це малюнок (індивідуальний, в парі, в групі), робота з природними та синтетичними матеріалами, пісочна терапія, арт-терапія з глиною, арт-терапія з пластиліном, в поєднанні з казкотерапією, з музикотерапією, з танцетерапією, з драматерапією, з пластикодрамою.

**Музикотерапія** – вид арт-терапії, що полягає у контрольованому використанні звуків і музики, що представлені у діяльності, яка включає відтворення, фантазування та імпровізацію за допомогою голосу та музичних інструментів чи прослуховування спеціальних музичних творів.

**Над-Я** – поняття класичного психоаналізу на позначення психічного утворення, яке формується під впливом сімейного, а згодом – цілісного культурного вихання (національних традицій, вимог соціального середовища тощо).

**Наратив** – (від лат. *Narrare* – розказувати, розповідати) – самостійно створена розповідь про взаємопов'язані події, що представлена читачу або слухачу.



**Осмилення арт-терапевтичних творів** – це прояснення клієнтом значення і сенсу образів в результаті спільного з арт-терапевтом обговорення образотворчої продукції.

**Особистий підхід** – аналіз особливостей психічного розвитку клієнта, історії його життя і захворювання, сімейної системи, захисних механізмів, архетипічних проявів, сильних і слабких сторін особи.

**Перенесення** – це несвідомі тенденції і фантазії, які виникають в психіці пацієнта в процесі аналізу у вигляді серії ситуацій, що відображають його дитячий досвід спілкування з найбільш близькими йому людьми, але що відносяться вже до минулого, а до особи аналітика в сьогоденні.

**Переніс** – як неусвідомлювані, так і частково усвідомлювані реакції клієнта, які виникають в нього в присутності психотерапевта. Переніс проявляється не лише в емоційних реакціях, фантазіях, особливостях поведінки та висловлюваннях клієнта, але й у його образотворчій діяльності.

**Переніс в арт-терапевтичній групі** – коли група виступає як модель зрілих об'єктних стосунків, які пов'язані з сімейним досвідом, стосунками з батьком, матір'ю і сиблінгами.

**Персона** (лат. persona – акторська маска) – компромісне утворення, що виникає внаслідок пристосування індивідуальності до соціуму, тобто соціальна роль людини, зумовлена суспільними правилами поведінки.

**Підхід формаліста** – аналіз різних формальних характеристик художньої роботи, їх ретельний опис, але не інтерпретація.

**Піскова терапія** («сендплей» – ігри з піском) – метод психокорекції та психотерапії, що базується на юнгіанському психоаналітичному підході та дає можливість вивчати внутрішній світ особистості за допомогою використання спеціальної пісочниці, піску, води і фігурок та забезпечує свободу та безпеку самовираження особі.

**Пісочниця** (юнгіанська) – це зменшена модель навколишнього світу. Нею є дерев'яний ящик, який має чітко встановлені параметри – 50/70/8 см.

Дно і борти пофарбовані блакитним кольором, що символізує небо та водойми.

**Прийоми «обмеження» клієнта** – у випадку виплескування афектів в деструктивних реакціях чи неодноразовому повторному відреагуванні в хаотичній поведінці пов'язаних з перенесеними психічними травмами чи внутрішньопсихічними конфліктами переживань застосовуються нагадування основних правил поведінки; обмеження формату паперу чи кількості використовуваних матеріалів; запитання, які спрямовані на з'ясування мотивів і цілей дій клієнта.

**Проективна техніка** – це група методик, призначених для діагностики особистості, для яких характерний глобальний підхід до оцінки особистості, а не виявлення окремих її рис.

**Проективний малюнок** – це специфічний психотерапевтичний метод, який дає можливість визначити психологічний стан та особистісні переживання особи завдяки роботі з думками та почуттями, які є неусвідомлюваними.

**Проекція** – механізм психологічного захисту індивіда, що виявляється в приписуванні іншим власних думок, мотивів, якостей характеру тощо.

**Проекція в арт-терапевтичній групі** – коли група виступає як модель примітивних, нарцистичних стосунків з «внутрішніми об'єктами», де інші члени відображають: неусвідомлювані елементи індивідуального «Я»; різні аспекти тілесного «Я».

**Пропрацювання** – розвиток у клієнта здатності до самоаналізу, розуміння своїх внутрішніх конфліктів, пояснення мотивів та механізмів своєї поведінки та використання різних захисних механізмів. Одним із наслідків пропрацювання є усвідомлення клієнтом зв'язку арттерапевтичного досвіду з досвідом повсякденного життя, різними подіями своєї біографії та системою стосунків.

**Прояснення** – дії, які спрямовані на пильний аналіз психічних феноменів. При цьому найбільш значимі деталі повинні бути відділені від

другорядного. Прояснення також часто пов'язані з виявом важливих тем або переживань клієнта, які повторюються.

**Психічний конфлікт** – зіткнення різноспрямованих сил психіки, що потребує розв'язання.

**Психологічний опір** – явище, при якому клієнт прямо чи опосередковано протривається зміні своєї поведінки або відмовляється обговорювати, згадувати, або думати про очевидно значущі переживання.

**Рефлексія** – здатність свідомості людини зосереджуватися на самій собі, переживання нею (людиною) окремої дії, вчинку та сенсу буття.

**Самість** – архетип цілісності, який у сновидіннях, фантазуваннях, міфології та релігії виявляється у формі об'єднувального символу.

**Символ** (від грецького *symbolon* – умовний знак) – образ, що є представником інших багатозначних образів, змісту та відношень; (за З. Фрейдом) – це образ, наділений знаковістю і смислом, що має відношення до чогось іншого і представляє його. Є проявом інстинктивних потреб і способом комунікації та взаємодії з оточуючим предметним світом; (за К. Юнгом) – це природний спосіб психічної експресії на ранніх стадіях психічного розвитку, включаючи та зрілу психіку.

**Соціокультурний підхід** – аналіз пов'язаних з етнічною, класовою, демографічною, релігійною і так далі приналежністю клієнта впливів на процес і результати його образотворчої діяльності, включаючи патогенні соціокультурні впливи.

**Стосунки актуальні в арт-терапевтичній групі** – коли група виступає як модель макросоціальних стосунків, громадської думки, культурних норм тощо.

**Стосунки примордіальні в арт-терапевтичній групі** – це прояв в процесі роботи групи образів колективного несвідомого.

**Студійна відкрита група** – умови її роботи чимось нагадують художню студію, в ній відсутній постійний склад і на будь-якому етапі роботи до групи можуть приєднуватися нові учасники.

**Сублімація** – спрямування енергії в іншому, відмінному від прямого задоволення потреби напрямку, називається.

**Субособистість** – динамічна підструктура особистості, що володіє відносно незалежним існуванням і виникає на різних етапах розвитку людини, забезпечуючи її захист та реалізацію потреб.

**Тематично орієнтована група** – арт-терапевтична група, що припускає великий ступінь структурованості, яка досягається, головним чином, за рахунок використання тим, що зачіпають загальні інтереси та проблеми учасників.

**Теорія об'єктних відносин** – це такий процес арт-терапевтичної діяльності, коли художній образ стає засобом втілення афектів.

**Теорія поділу поля малюнка** – відповідно до цієї теорії малюнок ділиться на дві половини: верхня (фантазії) – нижня (реальність) або права (свідоме) – ліва (несвідоме). За цими частинами малюнка проводиться певна інтерпретація.

**Тінь** – сукупність низьких, примітивних несвідомих бажань і потягів людини, що конфліктують зі свідомістю.

**Транзитний об'єкт** – це арт-терапевтична образотворча продукція, яка допомагає клієнту дистанціюватися від психотерапевта і досягти самодостатності.

**Фаза процесу художньої експресії «депресивна»** – вторинний перегляд і переоцінка твору, його часткова реінтеграція в більш поверхневий шар особистості художника (з глибини несвідомого на поверхню свідомого).

**Фаза процесу художньої експресії «маніакальна»** – активізація процесу «несвідомого сканування», де виявляється «прихований порядок» зображення, воно стає завершеним.

**Фаза процесу художньої експресії «шизоїдна»** – проєкція фрагментованих частин «Я» художника на матеріал зображення.

**Фактор інтерпретації та вербального зворотного зв'язку** – проявляється у тому, щоб допомогти клієнту в усвідомленні різних змістів

свого внутрішнього світу та їх зв'язку зі своїми проблемами та системою стосунків.

**Фактор психотерапевтичних стосунків** – це ті аспекти взаємодії арттерапевта і клієнта, які проявляються в ході арт-терапевтичного процесу і носять психотерапевтичний вплив.

**Фактор художньої експресії** – прояв почуттів, потреб і думок клієнта через його роботу з різними образотворчими матеріалами та створення художніх образів.

**Фантазування** – психічна діяльність, спричинена внутрішнім потягом до задоволення несвідомого бажання шляхом створення образних уявлень.

**Я** – поняття класичного психоаналізу на позначення психічної інстанції, яка прагне контролювати всі психічні процеси.

**Ядро Я-концепції** – самість, автентичність людини, що відрізняє її від інших людей і зберігається протягом усього життя; основні уявлення про себе.

**Я-концепція** – відносно стійка, більш-менш усвідомлена система уявлень особистості про себе, яка переживається нею як неповторна і є основою її самовизначення у світі, взаємодії з іншими людьми, ставлення до себе.

**Я-образ** – результат усвідомлення глибинної суті людини, що дає змогу відрізнити себе від інших людей.

**Приклад оформлення доповіді на семінарське заняття**

Міністерство освіти і науки України  
Департамент науки і освіти  
Харківської обласної державної адміністрації  
Комунальний заклад  
«Харківська гуманітарно-педагогічна академія»  
Харківської обласної ради

*Факультет соціально-педагогічних наук та іноземної філології  
Кафедра соціальної роботи*

Доповідь на семінарське заняття

з освітнього компонента «НАЗВА ДИСЦИПЛІНИ»:

на тему: «НАЗВА»

Студента (ки) \_\_\_\_\_ курсу групи  
Спеціальності 231 Соціальна робота  
\_\_\_\_\_ (ПІБ повністю)

Викладач кафедри соціальної роботи  
(науковий ступінь, вчене звання, прізвище та ініціали)

\_\_\_\_\_ (ПІБ повністю)

Національна шкала \_\_\_\_\_

Кількість балів: \_\_\_\_\_ Оцінка: ECTS \_\_\_\_\_

## ЗМІСТ

- 1.1. ВСТУП
- 1.2. НАЗВА
- 1.3. НАЗВА
- 1.4. ВИСНОВКИ
- 1.5. СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

## СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

1. Соціальна робота з сім'ями: теорії, моделі, ефективні практики: колективна монографія / за ред. В. Петровича, С. Чернети. Луцьк: ФОП Гадяк Ж. В., друкарня «Волиньполіграф», 2021, 342 с. **(Оформлення літератури згідно вимог ДСТУ:2015).**



## Силабус

## 1. ОПИС КУРСУ

<b>Назва освітнього компонента</b>	Арт-терапія у соціально-педагогічній роботі					
<b>Інформація про освітній компонент</b>	Галузь знань 23 Соціальна робота Спеціальність 231 Соціальна робота Освітня програма Соціальна робота Рівень вищої освіти магістр Вибірковий освітній компонент Рік підготовки другий Семестр третій					
<b>Тривалість курсу</b>	Третій семестр (4 год. на тиждень), 3 кредитів – 90 годин					
<b>Структура курсу</b>	<b>Форма здобуття освіти</b>	<b>Кількість кредитів/ годин</b>	<b>Лекції (год.)</b>	<b>Практичні заняття (год.)</b>	<b>Семінарські заняття (год.)</b>	<b>Самостійна робота (год.)</b>
	Денна	3 кредитів/ 90 годин	10	10	12	58
<b>Відомості про викладача (викладачів)</b>	Печериця Наталія Михайлівна, кандидат педагогічних наук, викладач кафедри соціальної роботи Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради Анголенко Валентина Володимирівна, кандидат педагогічних наук, доцент, викладач кафедри соціальної роботи Комунального закладу «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради					
<b>Інформація для підтримання зв'язку з викладачем</b>	<a href="mailto:natalapecerica8@gmail.com">natalapecerica8@gmail.com</a> <a href="mailto:v_angolenko@ukr.net">v_angolenko@ukr.net</a>					
<b>Методи навчання</b>	Словесні методи: лекція, розповідь-пояснення; в дистанційних умовах лекція з використання можливостей платформи ZOOM. Наочні методи: ілюстрування; презентації; Практичні методи: практичні роботи; робота з навчально-методичною літературою (конспектування, аналіз т.д.) в дистанційних умовах робота в Google класі.					
<b>Форма підсумкового контролю</b>	Залік					

## 2. АНОТАЦІЯ КУРСУ

Освітній компонент «Арт-терапія у соціально-педагогічній роботі» є вибірковою та складена відповідно до навчального плану підготовки здобувачів другого (магістерського) рівня освітньо-професійної програми Соціальна робота, за спеціальністю 231 Соціальна робота, галузі знань 23 Соціальна робота. Освітній компонент спрямований на ознайомлення здобувачів вищої освіти з темами, пов'язаними з теоретичними та практичними основами використання різноманітних арт-терапевтичних технік у роботі з різними соціальними категоріями.

### 3. МЕТА Й ЗАВДАННЯ ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТА

**Мета ОК:** ознайомлення здобувачів освіти з теоретичними аспектами, характерними особливостями й перевагами використання різноманітних видів арт-терапії у діяльності майбутніх фахівців соціальної сфери, сформувати професійну компетентність з використання різноманітних видів арт-терапії з метою діагностики, терапії та корекції в роботі з різними категоріями в професійній діяльності тощо

**Завдання:** формування та удосконалення вмінь застосування різних видів арт-терапії у роботі з різними категоріями осіб у практичній діяльності соціального педагога/працівника.

### 4. ПРОГРАМНІ КОМПЕТЕНТНОСТІ ТА РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Вивчення освітнього компоненту спрямоване на формування таких *компетентностей*:

1. **ЗК 6.** Здатність виявляти ініціативу та підприємливість.
2. **ЗК 8.** Здатність генерувати нові ідеї (креативність).
3. **ФК 2.** Здатність до виявлення соціально значимих проблем і факторів досягнення соціального благополуччя різних груп населення.
4. **ФК 3.** Здатність професійно діагностувати, прогнозувати, проектувати та моделювати соціальні ситуації.
5. **ФК 7.** Здатність до професійної рефлексії.

Вивчення освітнього компоненту спрямоване на досягнення таких *програмних результатів навчання*:

1. **ПРН 10.** Аналізувати соціальний та індивідуальний контекст проблем особи, сім'ї, соціальної групи, громади, формулювати мету і завдання соціальної роботи, планувати втручання в складних і непередбачуваних обставинах відповідно до цінностей соціальної роботи, а також з урахуванням принципів поваги до гідності і прав людини та недискримінації.
2. **ПРН 13.** Демонструвати ініціативу, самостійність, оригінальність, генерувати нові ідеї для розв'язання завдань професійної діяльності.

### 5. ПОЛІТИКА ОСВІТНЬОГО КОМПОНЕНТУ

Прослуховуючи цей освітній компонент, Ви погодились виконувати положення Кодексу академічної доброчесності, а саме:

- складати всі проміжні та фінальні завдання самостійно без допомоги сторонніх осіб;
- надавати для оцінювання лише результати власної роботи;
- не вдаватися до кроків, що можуть нечесно покращити ваші результати чи погіршити/покращити результати інших студентів;
- не публікувати відповіді на питання, що використовуються в рамках курсу для оцінювання знань студентів.

Академічна доброчесність передбачає сумлінне і вчасне виконання обов'язків здобувача освіти, зокрема відвідування аудиторних занять, дотримання графіків і дедлайнів навчального плану та програми, толерантне й шанобливе ставлення до всіх учасників освітнього процесу.

Проявами порушення морально-етичних принципів поведінки учасників освітнього процесу є списування, у тому числі через посередництво мобільного Інтернету, використання у власній праці чужих матеріалів без посилань, представлення як своїх здобутків матеріалів, узятих з Інтернету.

Відпрацювання пропущених із поважної причини занять здійснюється студентом або самостійно, або в ході індивідуальних занять згідно з графіком консультацій викладача, або дистанційно.

Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності). Перескладання модулів відбувається з дозволу деканату.

## 6. СХЕМА КУРСУ

	Тема	Форма навчального заняття	Рекомендована література	Завдання для самостійної роботи	Кількість балів
<b>Змістовий модуль 1. Теоретико-методологічні засади арт-терапії</b>					
1.	<b>Тема 1. Теоретичні основи арт-терапевтичної діяльності</b>	Лекція 2 год.  Сам. роб. 4 год.	2,14,8	1. Розробити словник основних термінів арт-терапії в соціально-педагогічній науці. 2. Написати «Лист з майбутнього».	сам. роб. 2-4
2.	<b>Тема 2. Історія становлення арт-терапії як методу соціально-педагогічної діяльності</b>	Лекція 2 год.  Сам.роб. 4 год	2, 4,8	1. Охарактеризувати та порівняти історію розвитку арт-терапії в Україні та закордоном. 2. Знайти та фіксувати основні моменти, щодо оснащення кабінету арт-терапевта у вигляді презентації	сам. роб. 2-4
3.	<b>Тема 3. Основні аспекти арт-терапії у соціально-педагогічній роботі</b>	Лекція 2 год.  Сем зан. 2 год.  Сам. роб. 4 год.	7,12	1. Підготувати та продемонструвати відеоролик чи презентацію індивідуальної терапії 2. Підготувати та продемонструвати відеоролик чи презентацію групової терапії.	сем.зан. 4-5,  сам. роб. 2-4
4	<b>Тема 4. Діагностико-терапевтичні можливості різних видів мистецтва</b>	Сем зан. 2 год.  Сам. роб. 4 год.	2,5,7	1. Підготувати та продемонструвати матеріал, щодо використання різних видів мистецтва метою діагностики. 2. Підготувати матеріал щодо арт-терапевтичної діяльності в Стародавній Греції, Китаї та Індії та інших країнах світу.	сем.зан. 4-5,  сам. роб. 2-4
5	<b>Тема 5. Особливості арт-терапевтичної роботи з різними категоріями населення</b>	Лекція 2 год. Сем зан. 2 год. Практ.зан. 2 год. Сам. роб. 6 год.	6,10,11	1. Підготувати презентацію на тему «Особливості здійснення сімейної арт-терапії». 2. Намалювати герб своєї сім'ї. 3. Дібрати арт-терапевтичну техніку для роботи з подружніми конфліктами в сім'ї.	сем.зан. 2-5,  практ. зан. 3-5,  сам. роб. 2-4
<b>Змістовий модуль 2. Практичні аспекти застосування різних видів арт-терапії у соціально-педагогічній роботі</b>					

6	<b>Тема 6. Пісочна терапія, скульптурування, ліплення, паперотерапія у роботі з різними віковими групами</b>	Практ.зан. 2 год.  Сам. роб. 6 год.	1,2,11	1. Написати короткий план заняття з використанням елементів пісочної терапії. 2. Написати короткий план заняття з використанням елементів скульптурування. 3. Написати короткий план заняття з використанням елементів паперотерапії.	практ. зан. 4-5,  сам. роб. 3-5
7	<b>Тема 7. Особливості використання казкотерапії та ігрової терапії</b>	Практ.зан. 2 год.  Сам. роб. 6 год.	1, 3	1. Знайти та опрацювати матеріал щодо особливостей підбору та складання арт-терапевтичних казок для дітей. 3. Придумати назву, скласти план і написати арт-терапевтичну казку спрямовану на корекцію страхів у дітей.	практ. зан. 4-5,  сам.роб . 3-5
8	<b>Тема 8. Ізотерапія, кольоротерапія та фототерапія в соціально-педагогічній роботі з різними віковими групами</b>	Сем зан. 2 год.  Практ.зан. 2 год.  Сам. роб. 8 год.	11,15	1. Підібрати техніки з використанням елементів ізотерапії (вік обрати самостійно). 2. Підібрати техніки з використанням елементів кольоротерапії (вік обрати самостійно) 3. Підібрати техніки з використанням елементів фототерапії (вік обрати самостійно). 4. Підібрати техніки з використанням елементів колажотерапії (вік обрати самостійно).	сем зан. 2-5  практ. зан. 3-5,  сам. роб. 3-5
9	<b>Тема 9. Арт-терапевтичні техніки для розвитку соціально-емоційної стійкості для різних вікових груп</b>	Лекція 2 год. Сем зан. 2 год. Сам. роб. 8 год.	6, 9,11	1. Провести одну терапевтичну техніку на відновлення психосоціального стану особистості. 2. Заповнити аркуш рефлексії після проведеної техніки. 3. Дібрати методики на профілактику емоційного вигорання фахівців соціальної сфери.	сем.зан. 4-5,  сам. роб. 3-5
10	<b>Тема 10. Різноманітні арт-терапевтичні підходи в соціальній роботі з метою лікування, реабілітації та профілактики</b>	Сем зан. 2 год. Практ.зан. 2 год. Сам. роб. 8 год.	11,13,15	1. Розробити план арт-терапевтичного заняття з профілактики негативного соціального явища використовуючи різноманітні арт-терапевтичні техніки. 2. Створіть презентацію на тему: «Важливість використання арт-терапевтичних підходів у соціальній роботі».	сем.зан 2-5 практ. зан. 3-5,  сам. роб. 3-5

## 7. СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ КУРСУ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ ЗДОБУТИХ КОМПЕТЕНТНОСТЕЙ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ

<b>Критерії оцінювання здобутих компетентностей здобувачів освіти</b>	<p>Оцінювання здобутих компетентностей студентів здійснюється відповідно до вимог кредитної трансферно-накопичувальної системи організації освітнього процесу. Форми контролю: поточний, підсумковий модульний, семестровий підсумковий (іспит). Оцінюються усні й письмові відповіді, доповіді, тести, контрольні роботи, практичні завдання, презентації, реферати, самостійна робота, залік, іспит відповідно до внутрішнього Порядку оцінювання здобутих компетентностей здобувачів освіти.</p> <p>При проведенні семестрового контролю у формі диференційованого заліку (іспиту) підсумкова оцінка з навчальної дисципліни виставляється за результатами поточного контролю та підсумкового контрольного заходу. У цьому випадку результати як поточного, так і підсумкового контролю оцінюються за 100-бальною шкалою кожен з ваговими коефіцієнтами відповідно 0,6 та 0,4.</p>							
	<b>Поточний контроль Контроль СРС За 3 семестр</b>						<b>Підсумковий контроль</b>	<b>Загальна</b>
	<b>Змістовий модуль 1</b>			<b>Змістовий модуль 2</b>				
	Теми	Бали за поточний контроль	Бали за СРС	Теми	Бали за поточний контроль	Бали за СРС	<b>Max 100 (k=0,4)</b>	<b>S<sub>заг</sub>=0,6*S<sub>підс</sub>+0,4*S<sub>екзамен/залік</sub></b>
	T1	-	2-4	T6	4-5	3-5		
	T2	-	2-4	T7	4-5	3-5		
	T3	4-5	2-4	T8	5-10	3-5		
	T4	4-5	2-4	T9	4-5	3-5		
	T5	5-10	2-4	T10	5-10	3-5		
	<b>Усього</b>	<b>13-20</b>	<b>10-20</b>	<b>Усього</b>	<b>22-35</b>	<b>15-25</b>		
<b>Min-Max 23-40</b>			<b>Min-Max 37-60</b>					
<b>Min-Max 60-100</b>						<b>100</b>		
<b>Max 100 (k=0,6)</b>						<b>100</b>		
<b>Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувачів на семінарських</b>	<b>Оцінка</b>	<b>Критерії оцінювання</b>						
	5-10	Оцінюється робота здобувача, який у повному обсязі володіє навчальним матеріалом, вільно, самостійно та аргументовано його викладає, глибоко та всебічно розкриває зміст теоретичних запитань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову та додаткову літературу, вільно послуговується						

<b>та практичних заняттях</b>		науковою термінологією, розв'язує задачі стандартним або оригінальним способом, наводить аргументи на підтвердження власних думок, здійснює аналіз та робить висновки.
	4-5	Оцінюється робота здобувача, який достатньо повно володіє навчальним матеріалом, обґрунтовано його викладає, в основному розкриває зміст теоретичних запитань та практичних завдань, використовуючи при цьому обов'язкову літературу, розв'язує задачі стандартним способом, послуговується науковою термінологією. Але при висвітленні деяких питань не вистачає достатньої глибини та аргументації, допускаються при цьому окремі неістотні неточності та незначні помилки.
	3	Оцінюється робота здобувача, який відтворює значну частину навчального матеріалу, висвітлює його основний зміст, виявляє елементарні знання окремих положень, записує основні формули, рівняння, закони. Не здатний до глибокого, всебічного аналізу, обґрунтування та аргументації, не користується необхідною літературою, допускає істотні неточності та помилки.
	2	Оцінюється робота здобувача, який не володіє навчальним матеріалом у достатньому обсязі, проте фрагментарно, поверхово (без аргументації та обґрунтування) викладає окремі питання навчальної дисципліни, не розкриває зміст теоретичних питань і практичних завдань.
	1	Оцінюється робота здобувача, який не в змозі викласти зміст більшості питань теми та курсу, володіє навчальним матеріалом на рівні розпізнавання явищ, допускає істотні помилки, відповідає на запитання, що потребують однослівної відповіді.
<b>Критерії оцінювання самостійної роботи здобувачів вищої освіти</b>	<p>Бали за виконання самостійної роботи від 2 – 5 балів</p> <p>5 – ґрунтовний аналіз проблеми, відображення власної позиції, аргументація, сучасна, вагома презентація результатів СР (наприклад, підготовлено тези для участі у науковій конференції, створення соціальної реклами, розробка заходу тощо);</p> <p>4 – аналіз проблеми, відображення власної позиції;</p> <p>3 – описовий аналіз проблеми з певними недоліками;</p> <p>2 – неглибокий аналіз проблеми з суттєвими помилками.</p>	

<p><b>Орієнтовні питання до заліку з освітнього компонента</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Охарактеризуйте характерні особливості та переваги арт-терапевтичної діяльності.</li> <li>2. Розкрийте основне термінологічне поле арт-терапії.</li> <li>3. Історія становлення арт-терапії як методу соціально-педагогічної діяльності.</li> <li>4. Основні принципи та функції та галузі використання арт-терапії.</li> <li>5. Охарактеризуйте основні види арт-терапії.</li> <li>6. Окресліть основні аспекти арт-терапії у соціально-педагогічній роботі.</li> <li>7. Розкрийте особливості терапевтичної роботи соціального працівника.</li> <li>8. Обґрунтуйте форми арт-терапевтичної роботи: індивідуальна, групова.</li> <li>9. Окресліть діагностичні, терапевтичні та корекційні можливості арт-терапії.</li> <li>10. Особливості використання арт-терапії з дітьми молодшого шкільного віку.</li> <li>11. Особливості використання арт-терапії з дітьми школярами віку.</li> <li>12. Особливості використання арт-терапії з підлітками.</li> <li>13. Особливості використання арт-терапії з молоддю.</li> <li>14. Розкрийте особливості застосування сімейної терапії як різновиду соціотерапевтичної допомоги.</li> <li>15. Особливості застосування арт-терапії з людьми похилого віку.</li> <li>16. Використання арт-терапії в роботі із засудженими людьми.</li> <li>18. Особливості використання арт-терапії в роботі із ВПО.</li> <li>19. Загальні уявлення про піскову терапію.</li> <li>20. Оснащення для піскової терапії.</li> <li>21. Процес піскової терапії; ключові характеристики піскових картин дітей, ліплення та скульптурування різними матеріалами.</li> <li>22. Розкрийте функції казок та особливості казкотерапії з дітьми.</li> <li>23. Принципи та схема аналізу дитячих казок.</li> <li>24. Ігрова терапія – метод корекції емоційних і поведінкових розладів у дітей.</li> <li>25. Особливості корекції страхів методами арт-терапії.</li> <li>26. Загальні уявлення про ізотерапію.</li> <li>27. Особливості використання кольоротерапії.</li> <li>28. Особливості використання фототерапії.</li> <li>30. Особливості використання театральних та танцювальних методів у соціально-педагогічній роботі.</li> <li>31. Драматерапія та форму театр у соціально-педагогічній діяльності.</li> <li>32. Сміхотерапія: загальні уявлення про сміхотерапію; вплив сміхотерапії на лікування та реабілітацію дитини; процес сміхотерапії..</li> <li>33. Паперотерапія: загальні уявлення про паперотерапію; механізми впливу на людину; процес паперотерапії.</li> <li>34. Іпотерапія: загальні уявлення про іпотерапію; переваги та недоліки іпотерапії; механізми впливу на дитину.</li> <li>35. Розкрийте особливості використання арт-терапевтичних технік для розвитку соціально-емоційної стійкості для різних вікових груп.</li> </ol>
--	--

Шкала оцінювання: національна та ECTS	Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
			для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
	90 – 100	<b>A</b>	відмінно	Зараховано
	82-89	<b>B</b>	добре	
	74-81	<b>C</b>		
	64-73	<b>D</b>	задовільно	
	60-63	<b>E</b>		
	35-59	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
	0-34	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни



## Кейс арт-терапевтичних технік у роботі з різними віковими групами

### Техніка «Дитячі спогади» (Автор К. Мілютіна)

Мета: актуалізація батьківсько-дитячих стосунків, усвідомлення сімейних сценаріїв.

Вікові обмеження: 16 +

Обладнання: пісочниця, набір фігурок.

Тривалість виконання: 30 хв.

Форма роботи: індивідуальна.

Вид арт-терапії: піскова терапія.

Інструкція: На початку роботи з пісочницею пропонують сформулювати проблему або ж невирішену ситуацію, яка закарбувалася з дитинства (запит формується на зразок «Я хочу дізнатися, чому я...»). Потім клієнт повинен відтворити за допомогою фігур цю ситуацію в пісочниці. Рекомендовано відтворювати ситуацію у віці до 6 років.

Орієнтовний перелік запитань для рефлексивного аналізу:

- Що Ви тоді відчували?
- Як до Вас ставилися інші?
- Чого Ви хотіли?
- Чого від Вас хотіли інші?
- Чим Ви могли керувати?
- Що контролювали інші?
- Які висновки зробили Ви в результаті цієї події?
- Щоб Ви хотіли змінити, якби опинилися знову в цій ситуації?
- Якою була б ситуація і Ваша поведінка в ній?
- Продовжіть фразу «Я можу, якщо захочу...».

Деякі аспекти інтерпретації: Варто прослідкувати як ситуація з дитинства вплинула на моделі поведінки та взаємодії у теперішньому, чи наявні сили, мотивація та ресурси для засвоєння нових навичок поведінки.

## Техніка «Монотипія»

Мета: вираження емоційних переживань, активізація позитивних емоцій, мобілізація творчого потенціалу.

Вікові обмеження: 10 +

Обладнання: папір А3, скло, фарби.

Тривалість виконання: 10 хв.

Форма роботи: індивідуальна.

Вид арт-терапії: ізотерапія.

Інструкція: Клієнту пропонують протерти скло серветкою і хаотично нанести на нього кольорові краплі. Вибір кольорів клієнт здійснює відповідно до своїх переживань та емоційного стану. Поки фарба не засохла слід прикласти папір А4, натискаючи розгладити поверхню листка, а потім акуратно зняти його зі скла. Клієнт отримує кольоровий відбиток. Слід почекати, щоб він висохнув. Після цього намагається знайти у абстрактному зображенні якісь образи. Якщо спроба невдала, то домальовує все що завгодно.

Орієнтовний перелік запитань для рефлексивного аналізу:

- Які емоції та почуття викликає відбиток?
- Які основні кольори Ви використовували?
- Поясніть, яке значення вони мають для Вас?
- Розкажіть про образ, який Ви побачили?
- Що він для Вас означає?
- Чи змінився ваш настрій?

Деякі аспекти інтерпретації: Для вичерпного аналізу абстрактного відбитка доцільно звернутися до трактування кольорів і співставити їх з емоційним станом та домінуючими переживаннями клієнта.

Кольорова карта для арт-терапії (Леонор Штейнхард)

- Червоний – теплий, стимулюючий, асоціюється з кров'ю, життям, вітальністю, збудженням, радістю та любов'ю. разом з тим він символізує чуттєву пристрасть, гнів та насильство. Має стимулюючий вплив на

рухові функції та процес прийняття рішень, провокує імпульсивну поведінку.

- Оранжевий – поєднує в собі екстравертованість та імпульсивність червоного з інтуїтивністю жовтого. Символізує соціабельність і схильність до легкого, але дещо поверхневого встановлення контактів з оточуючими. Вказує на високу активність. Надмірна кількість оранжевого може свідчити про непосидючість та нервозність.
- Жовтий – символізує сонячного Бога, мудрість, розуміння, інтуїцію, радість. Асоціюється з процесом прийняття рішень та різними аксесуарами, а також з деструктивними тенденціями, ненавистю, обманом, боягузливістю, упередженнями. Надання переваги жовтому свідчить про схильність до теоретизування і недостатню схильність до втілення намічених планів в життя.
- Зелений – умиротворення, спокій, статика, зцілення. Пов'язаний із рослинним життям, ростом, стійкістю, надійністю та прямолінійністю. Жовто-зелений – початок життя, активність, ріст, регенерація, радість. Деякі відтінки зеленого – заздрість, лінощі, егоїзм, депресія. Надання переваги зеленому свідчить про опір змінам і несхильність до фантазування.
- Синій – нескінченна даль і глибина, небо, істина, надійність, гармонія, спокій, надія. Також асоціюється з нерухомістю, холодом, смертю. Здійснює заспокійливий вплив, проте в надто великих кількостях може викликати депресію.
- Фіолетовий – величність, духовність, натхнення, загадковість, містика, магія. Разом з тим означає самооману і снобізм. Темно-фіолетовий – відхід від реальності у світ фантазії.
- Білий – єдність і гармонія всіх кольорів, невинність, віра, істина. За Кандинським: мовчання та різноманітність можливостей, нейтралізація всіх інших кольорів.

- Чорний – порожнеча, відсутність кольору, сила, загадковість і пільма, з якої з'явилося життя, а також скорбота, печаль, зло, чаклування, бездуховність, пекло. За Кандинським: символ повної тиші, відсутність можливостей, знерухомленість. Разом з тим, чорний здатний підкреслювати яскравість інших кольорів.
- Коричневий – земля, ріст, підтримка життя і родючість Матері природи. Разом з тим, коричневий асоціюється з екскрементами, відчуттям власної забрудненості, могилою, смертю, прагненням підкоритися волі групи та відмовою від індивідуальності.

### **Техніка «Емоційний атлас тіла»**

Мета: визначення типових реакцій тіла на емоційні подразники, окреслення типових подразників, що викликають найбільш яскраві тілесні реакції, усвідомлення зв'язку між тілесним та емоційним.

Вікові обмеження: 16 +

Обладнання: рулон паперу, фарби, пензлики, фломастери.

Тривалість виконання: 30 хв.

Форма роботи: індивідуальна.

Вид арт-терапії: ізотерапія, кольоротерапія.

Інструкція: клієнту пропонують лягти на розгорнутий рулон паперу, тоді терапевт може окреслити контури тіла. Після цього, клієнту пропонується знайти еквівалент кольору наступним емоціям: страх, радість, сором, гнів, сум. Наступний крок – клієнт розмальовує контури свого тіла і його області відповідно до того, де найінтенсивніше проявляється конкретна емоція.

Орієнтовний перелік запитань для рефлексивного аналізу:

- Яка гама кольорів переважає у зображенні тіла?
- З якими емоціями пов'язані ці кольори?
- Яка частина тіла Вам видається найбільш проблемною?
- Де «живуть» позитивні емоції у Вашому тілі?
- Де розміщені негативні емоції у Вашому тілі?

- Чи перебуває така особа під емоційним тягарем?
- Яка частина тіла привертає найбільшу увагу?

Деякі аспекти інтерпретації: Відповідно до локалізації емоцій у частинах тіла клієнта, робимо висновки про наявність м'язового панцира, «витіснених емоцій», невміння утилізувати сильні та інтенсивні емоційні переживання. Пропонується, на тілесному рівні, вивільнити негативні емоції та позбавити себе психоемоційного напруження. До уваги важливо брати індивідуальну інтерпретацію кольору клієнтом.

### **«Створення колажів в арт-терапії»**

Застосування колажу дає можливість арт-терапевту оцінити поточний психологічний стан клієнта, визначити переживання, що найбільше його тривожать.

Позитиви застосування колажу:

- робиться наголос на позитивні емоційні стани людини;
- дає можливість проявити себе навіть людині, яка не має художніх здібностей;
- дозволяє максимально розкрити потенційні можливості клієнта;
- є дуже ефективним методом роботи з особистістю.

Вибір теми: найчастіше тему обирає арт-терапевт, спираючись на проблеми та потреби клієнта.

Матеріали: колаж виготовляється із газет, глянцевого журналу, зображень та фотографій. В колаж можуть входити особисті фото та малюнки клієнта.

Процес: клієнт бере в руки ножиці, папір, клей, газети, журнали та фото, та починає створювати колаж. Тут наголошують на повному польоті фантазії. Не забороняють також додавати в колаж коментарі та зафарбовувати вільні частини паперу.

Обговорення: в кінці вправи проводиться аналіз зробленої клієнтом роботи. Особлива увага звертається на труднощі, які були у клієнта в процесі роботи, та проводиться аналіз, з чим ці труднощі могли бути пов'язані. Як

варіант обговорення, можна запропонувати клієнту скласти розповідь за своїм колажем.

### **«Автопортрет родини»**

Реалістичне, абстрактне чи символічне зображення сім'ї. Клієнтській сім'ї пропонується аркуш ватману, різноманітні матеріали (фарби, крейда, олівці, журнали з ілюстраціями для створення колажу).

Завдання звучить так: «Створіть із наявних матеріалів автопортрет своєї сім'ї». Всі інші настанови й обмеження на розсуд родини. Ця техніка діагностична для розуміння як арттерапевтом, так і самими членами родини, звичних для них патернів взаємодії. У подальшій роботі з автопортретом можна визначити місце, що займає у родині кожен її член, розмір його на папері, використані для зображення кольори, рівень реалістичності або фантастичності зображення, чіткість меж і ліній при зображенні кожного члена родини тощо. Можливості техніки великі й у плані інсайтів членів сім'ї, робота розглядається ніби зі сторони й кожен учасник описує свою частину роботи й почуття, які виникали в процесі спільної творчості та обговоренні.

### **«Скульптура родини» або «скульптура сімейних стосунків».**

Арттерапевт пропонує створити з глини, пластиліну зображення сім'ї або сімейних стосунків у вигляді скульптурної групи. Робота з пластичними матеріалами сприяє виходу негативних переживань членів сім'ї, що потім можна аналізувати й оцінювати. Особливо потрібна робота із пластичними матеріалами у випадку фізичного насильства в родині, це дозволяє проробити травматичний матеріал без хворобливого переживання, а також дає можливість відреагувати накопичені агресію та гнів. Скульптура родини може бути створена у вигляді сімейного дерева, де частини дерева символізують різних членів родини, що є діагностичним при дослідженні сімейної ієрархії.

## **Техніка малювання клубками в груповій казці (модифікація Н. Левус)**

**Мета:** розвиток креативності, підвищення самооцінки; групова інтеграція та кооперація; застосування з діагностичною метою.

**Покази:** клієнти із заниженою самооцінкою, клієнти з опорами до малювання, клієнти із проблемами у налагодженні соціальних зв'язків.

**Обладнання:** 4-6 ватманів (залежно від розміру групи), які з'єднуються між собою; різнокольорові клубки ниток (1 клубок на кожного учасника), клей, ножиці.

**Кількість учасників:** 8-16 осіб. Можлива робота за методом «Акваріуму»: кількість активних учасників – 8-16 осіб, кількість спостерігачів із правом обговорення – 10-15 осіб.

**Етапи роботи:**

- введення і «розігрів» (10-25% сесії);
- основна робота над складанням казки (40-45%);
- обговорення і завершення сесії (15-20%).

**Вступ і «розігрів»** – різні види фізичної активності та способи «налаштування» на образотворчу роботу:

- знайомство учасників групи;
- вправи на консолідацію групи, встановлення довірливих стосунків.

Основна робота – полягає у створенні групою спільної казки. Група розміщується довкола полотна, складеного з ватманів. Кожен учасник обирає клубок, з якого хоче розпочинати малювання. Завдання полягає у тому, щоб під час складання казки створювати на папері візерунки за допомогою клубка. Клубки можуть передаватися наступним учасникам, які продовжують казку, а можуть залишатися в себе. Роботу зазвичай розпочинає психотерапевт (особливо це стосується роботи з дітьми). Розмотуючи нитку та розпочинаючи казку, він показує учасникам, яким чином, створюючи на папері певні фігури, можна за її допомогою «малювати». Потім він передає клубок одному з учасників і прохає його

продовжити «малювання». Кожен учасник, створивши свою частину зображення, передає клубок наступному. Після того, як казка створена, нитки приклеюються до паперу.

Етап обговорення:

Обговорення створеного із ниток пано:

- Чи можешете ви побачити тут якісь зображення?
- Які фігури ви тут бачите?
- Що нагадують вам ці лінії: людей, пейзажі, якісь події тощо?

Психотерапевт може порадити походити навколо «малюнка» або відійти від нього подалі – це іноді допомагає активізувати уяву.

Обговорення казки:

- що це за світ, країна,
- які істоти її населяють, який у них характер, що вони вміють,
- звідки вони прийшли в цю країну,
- в яких взаємовідносинах вони знаходяться між собою,
- чи всім істотам добре в цьому світі, якщо ні, то що можна було б зробити, щоб їм стало краще, що можна змінити,
- які події будуть відбуватися в цій країні, що будуть герої робити далі?

Етап завершення сесії – розповідь учасників про свою роботу або коментарі до неї. Пропонуємо учасникам розкрити свої почуття, асоціації, думки. Тим, хто утримується від коментарів і оцінок, пропонуємо ставити запитання. Залежно від тривалості та обмежень у часі може проводитися більш детальне обговорення робіт один одного з висловлюванням власних вражень, почуттів, думок. Цей етап може бути доповнений коментарями та оцінками психотерапевта, що стосуються процесу художньої експресії та створеної казки, ходу сесії та її результатів. Для надання ресурсів по завершенні роботи, пано розрізається на ту кількість частин, яка відповідає кількості учасників. Кожен отримує свою «частину казки», яка буде нагадувати про роботу під час сесії.



## Техніка «мертвої» і «живої» води

Мета: пропрацювання ситуації звільнення та творення на глибинному рівні психіки.

Інструкція (слова арт-терапевта тут і далі курсивом): «Ми знаємо з казок, що «мертва вода» «розчиняє» все те, що гальмує розвиток людини, «жива вода» дає нам нові сили для творення». Учасникам пропонується виконати малюнки на теми (зауважимо, що на одному занятті не потрібно брати всі зазначені теми – досить однієї):

- «Це мені хотілося б забрати з мого життя»;
- «Те, що заважає мені почувати себе спокійно»;
- «Мої пута»;
- «Що я бачу через рожеві окуляри»;
- «Зачарований».

Далі учасники групи розповідають про свої малюнки, про те, від чого б їм хотілося звільнитися, що вони бажають «полити мертвою водою». Потім всім бажаючим пропонується спалити малюнки. Тобто спалити те, що їм заважає. Для цього береться велика вогнетривка ваза, у якій розводиться вогонь. Учасники групи мнуть свої малюнки, у кожен рух вкладаючи думку про звільнення від руйнівних тенденцій. Потім, грудка, у яку перетворився малюнок, кидається у вогонь. Коли усі, хто хотів спалити малюнки, зробили це, вогонь заливається символічною «мертвою водою».

«Тепер те, що заважало, перетворено в попіл, «мертва вода» зробила його безпечним, нейтральним. Що робити з ним далі? Колись цей попіл був нашими переживаннями, оманами. Тепер він став нашим життєвим досвідом. Осмислений досвід може стати прекрасним добривом для росту нових ідей, починань. Крім того, попіл корисний землі.

Отже, цей попіл послужить добривом для нових творчих тенденцій». Учасникам групи пропонується взяти по одному чи декілька зерняток. Набір зерен пшениці, рису й інших злаків потрібно мати під рукою. Також добре підійде для таких занять і насіння трави. «У ваших руках зараз насінина, з

якої виростає нове життя і можливості. Подумайте, помрійте про те, що б вам хотілося зробити корисного в житті. Уявіть своє бажання виконаним... А тепер я прошу вас підійти до ящика із землею і посадити свої зернята (якщо є можливість, можна вийти на вулицю і посадити насінини в саду; якщо такої можливості немає, необхідно заздалегідь підготувати ящик із землею)). Після того як усі насінини будуть посаджені, кожен учасник поливає землю «живою водою». Також «живою водою» корисно вмитися. Після цього в землю закопується попел, тому що тепер він удобрює її. «Шановні чарівники! Сьогодні надзвичайний день. Ми не просто намалювали й усвідомили те, що заважає нам творити, ми перетворили це в попел. Але не просто розвіяли його по вітру, а знайшли йому важливе застосування. Сьогодні ми посадили зерна нового і полили їх «живою водою». Будемо ж довіряти природному темпу проростання зерен. Не будемо піддаватися суєті та квапитися. Закон життя, закон творення говорить: «На добрій землі обов'язково будуть сходи». Ми вмилися «живою водою» і заберемо це чудесне відчуття із собою з казкової країни».

### **Техніка «Мандрівка емоціями»**

Ціль: дослідити та виразити емоції через музику.

Матеріали:

Різні музичні інструменти (барабани, дзвіночки, маракаси, фортепіано, гітара тощо)

Матеріали для малювання (папір, олівці, фарби тощо)

Рух (танці, ходьба, вільне рухання)

Процес:

Вступ (5 хвилин):

Почніть з розслаблюючої музики, щоб створити безпечний та спокійний простір.

Запропонуйте учасникам закрити очі та зосередитися на власних емоціях.

Обговоріть, що таке емоції та як вони впливають на нас.

Дослідження емоцій через музику (20 хвилин):

Прослухайте декілька музичних творів, що викликають різні емоції (радість, смуток, гнів, спокій тощо).

Після кожного твору запропонуйте учасникам поділитися своїми емоціями, що виникли під час прослуховування.

Заохочуйте використовувати різні способи вираження емоцій: слова, звуки, рухи, малювання.

Вираження емоцій через музичні інструменти (20 хвилин):

Запропонуйте учасникам вибрати інструменти, які їм подобаються.

Дозвольте їм вільно грати, досліджуючи різні звуки та ритми, що відповідають їхнім емоціям.

Можна створювати групові композиції або грати індивідуально.

Завершення (10 хвилин):

Завершіть заняття спокійною музикою.

Запропонуйте учасникам поділитися своїми враженнями від заняття.

Обговоріть, як музика допомогла їм дослідити та виразити свої емоції.

### **Техніка «Лист в майбутнє»**

Інструкція: Достатньо виділити собі 20 хвилин у тиші, взяти аркуш паперу та ручку. І почати писати. Дбайливо і з любов'ю до себе. Обов'язково почати з вітання, і обов'язково підібрати таке звернення, яке буде найближчим до вашої душі.

Наприклад, так: *«Привіт моя люба Надю, пишу тобі лист з минулого...»*.

Продовжити можна описом своїх актуальних переживань, виписуючи на папір усе, що накопичилося у душі. Розповісти про те, як минають дні, що відчуваєте, з ким зустрічаєтеся. Найбільш докладно, дуже чесно.

Далі перейти до опису того, що ви плануєте робити в майбутньому. Як усі ваші близькі та рідні залишаться у доброму здоров'ї, і що станеться це максимально швидко. Мрійте, смакуйте деталі сприятливих обставин. Це дуже важливо зробити з усією віддачею та глибиною. Писати необхідно

до відчуття легкості, вивільнення, і після цього можна ставити дату і запечатувати конверт.

За правилами гарного тону такі листи не перечитують, їх зберігають у затишних місцях, і відкривають вже, коли все погане добігло кінця.

Техніка має катарсичний (звільнюючий) ефект і в дитячому варіанті може бути реалізована через малюнок-мрію.

### **Арт-терапевтична техніка зі співів: «Відкриття голосу»**

Ціль: Дослідити та виразити емоції через спів.

Матеріали:

Комфортний простір для співу

Інструменти (за бажанням): барабани, дзвіночки, маракаси, фортепіано, гітара тощо

Процес:

Вступ (5 хвилин):

Почніть з розслаблюючої музики, щоб створити безпечний та спокійний простір.

Запропонуйте учасникам закрити очі та зосередитися на власних емоціях.

Обговоріть, що таке емоції та як вони впливають на нас.

Розспівування (10 хвилин):

Проведіть легкі розспівування, щоб розігріти голос та зняти напругу.

Використовуйте прості вправи на дихання та вокалізацію.

Дослідження емоцій через спів (20 хвилин):

Запропонуйте учасникам співати звуки, що відповідають їхнім емоціям (наприклад, «ааа» для смутку, «ооо» для радості, «ііі» для гніву).

Дозвольте їм вільно імпровізувати, досліджуючи різні звучання та мелодії.

Можна створювати групові композиції або співати індивідуально.

Вираження емоцій через пісні (20 хвилин):

Запропонуйте учасникам вибрати або написати пісню, що виражає їхні емоції.

Співайте разом, використовуючи інструменти, якщо це доречно.

Можна поділитися своїми піснями з іншими учасниками.

Завершення (10 хвилин):

Завершіть заняття спокоєм та тишею.

Запропонуйте учасникам поділитися своїми враженнями від заняття.

Обговоріть, як спів допомогла їм дослідити та виразити свої емоції.

### **Техніка «Безпечне місце»**

- Почніть із заспокійливо-ритмічного дихання, уважності та заземлення
- Якщо ви готові, можете спробувати уявити своє безпечне місце.
- Ви можете шукати його в пам'яті та уяві, не змушуючи себе, дозволяючи собі спостерігати за образами, які з'являються
- Якщо ви знайшли це місце, озирніться. Що ви бачите? Які кольори вас оточують? Яке світло? Чуєте щось? Чи є там якийсь запах? Яка температура? Волого? Яке повітря? Чи відчуваєте ви його на шкірі? З чим контактує ваше тіло? Ви сидите там, стоїте чи ходите? Які відчуття у ваших стопах?
- Спробуйте переключити увагу з відчуттів на почуття щодо цього місця.
- Уявіть, що це місце вітає вас із радістю та приймає до себе.
- Ви самі створили це місце, тому воно якнайкраще підходить для ваших потреб.
- Ви можете ніжно всміхатися.
- Як це – бути повністю й доброзичливо прийнятим?
- Які емоції наповнюють вас?
- Ви можете залишатися з цим образом і відчуттями та зберегти їх так, аби за потреби вони були доступні.
- Коли ви будете готові, повільно розплющте очі, озирніться довкола, потягніться й поверніться.
- Співчутливе сканування тіла.

## Артерепевтична техніка з танцювальної терапії: «Танець емоцій»

Ціль: Дослідити та виразити емоції через рух та танець.

Матеріали:

Комфортний простір для танців

Музика, що викликає різні емоції (радість, смуток, гнів, спокій тощо)

Процес:

Вступ (5 хвилин):

Почніть з розслаблюючої музики, щоб створити безпечний та спокійний простір.

Запропонуйте учасникам закрити очі та зосередитися на власних емоціях.

Обговоріть, що таке емоції та як вони впливають на нас.

Розминка (10 хвилин):

Проведіть легку розминку, щоб розігріти тіло та підготувати його до танцю.

Використовуйте прості рухи та вправи на розтяжку.

Дослідження емоцій через танець (20 хвилин):

Увімкніть музику, що викликає певну емоцію (наприклад, радість, смуток, гнів).

Запропонуйте учасникам вільно танцювати, виражаючи цю емоцію через рухи.

Дозвольте їм імпровізувати та досліджувати різні способи руху.

Після закінчення музики обговоріть, які емоції відчували учасники під час танцю.

Повторіть вправу з іншою музикою та емоцією.

Створення танцювальної історії (20 хвилин):

Розділіть учасників на групи по 2-3 особи.

Запропонуйте кожній групі придумати танець, що розповідає історію про певну емоцію.

Дайте учасникам час на репетицію.

Після репетиції попросіть групи показати свої танці іншим учасникам.

Обговоріть, які емоції передавали танці та як вони сприймалися глядачами.

Завершення (10 хвилин):

Завершіть заняття спокоем та тишею.

Запропонуйте учасникам поділитися своїми враженнями від заняття.

Обговоріть, як танець допомогла їм дослідити та виразити свої емоції.

Важливо:

Під час заняття важливо створити атмосферу довіри та прийняття.

Немає правильних чи неправильних відповідей.

Головне – це вільне самовираження та дослідження власних емоцій.

Додаткові поради:

Можна використовувати різні аксесуари для танців (шарфи, хустки, стрічки тощо).

Замість танцю можна використовувати інші рухові вправи (йога, пантоміма, тощо).

Цю техніку можна адаптувати до потреб та можливостей людей різного віку та з різними особливостями.

### **Техніка «Співчутливе сканування тіла»**

- Заплющте очі та зосередьтеся на своєму диханні. Зверніть увагу на рух вашої діафрагми та усвідомте, як потік дихання рухається через ваше тіло.
- За бажання ви можете покласти руку на своє серце, щоб проявити самоспівчуття, яке ви будете розвивати впродовж вправи.
- Уявіть свою увагу теплим сяйвом доброти.
- Спочатку направте його до великих пальців обох ніг. Спостерігайте за відчуттями, поступово розширюючи поле уваги до всіх пальців ніг і далі до цілих стоп.
- Подумайте з вдячністю про свої стопи – вони так важко працюють для вас. Як багато речей стають можливими завдяки їхнім зусиллям.
- Уявіть, що ви наповнюєте вдихом свої стопи та на видиху повітря виходить у простір навколо них.

- Поступово рухайте тепле сяйво співчуття вгору до щиколоток, литок, колін і стегон.
- Спостерігаючи за відчуттями, що з'являються в різних частинах тіла, обережно обіймайте їх з увагою, повною поваги та вдячності.
- Переключіть свою увагу на сідниці. А потім спробуйте охопити нею всю нижню частину тіла.
- Якщо ви відчуваєте будь-яку напругу, ви можете спробувати послабити її. Уявіть, як ви наповнюєте різні частини тіла повітрям і, видихаючи, даєте повітрю розтанути навколо вашого тіла.
- Зауважте той факт, що ваш розум занурений у думки, як це зазвичай буває, а тоді обережно поверніть свою увагу до відчуттів у тілі.
- Потім зосередьтесь на животі, спині (знизу вгору), грудній клітці, руках.
- Ви можете на мить зупинитися на частинах свого тіла, шукаючи вдячності та ніжності щодо них, думаючи про те, чим ви їм зобов'язані.
- Наповніть тулуб своїм диханням і м'яко випустіть повітря, ніби воно виливається крізь шкіру в простір навколо.
- Зверніть увагу на відчуття у ваших руках і долонях, коли вони лежать розслаблено.
- Тепер подумайте про хребет – від крижового відділу через поперековий, грудний відділ до шиї та точки, де вона з'єднується з черепом. Принесіть м'яке світло свого усвідомлення до шиї, горла, обличчя, лоба, аж до маківки.
- Зосередьтесь на відчуттях у щелепах, губах, скронях, очах, дозволяючи напрузі м'яко зникати, поступаючись сяйву співчуття.
- Тепер подумки поверніться назад до ніг, а потім – рухайтеся поступово по всьому тілу. Нарешті, охопіть увагою все тіло і дозвольте йому розслабитися в теплі співчуття.
- Вдихайте всім тілом і видихайте крізь нього у простір.



- Врешті-решт, покладіть руку на серце, виражаючи співчуття. І коли будете готові, пам'ятаючи про враження, запам'ятавши їх для себе, м'яко і повільно повертайтеся.

### **Арт-терапевтична техніка «Мандрівка у спогадах»**

Мета: зрозуміти та опрацювати свої спогади та емоції, змінити негативні патерни мислення та поведінки, покращити своє психоемоційне благополуччя.

#### **Підготовка:**

Створіть спокійну та затишну атмосферу.

Підготуйте необхідні матеріали: папір, олівці, фарби, крейди, вугілля, або будь-які інші матеріали, які вам подобаються.

Виберіть спокійне місце, де вас ніхто не потурбує.

#### **Вибір спогаду:**

Подумайте про спогад, який ви хочете дослідити. Це може бути позитивний або негативний спогад.

Немає «правильного» чи «неправильного» спогаду.

#### **Візуалізація:**

Закрийте очі і уявіть собі цей спогад у всіх деталях.

Зверніть увагу на свої емоції, думки та відчуття.

#### **Малювання:**

Коли ви будете готові, почніть малювати те, що ви бачите у своїй уяві.

Не думайте про те, як має виглядати ваш малюнок. Просто дайте волю своїй творчості.

#### **Аналіз:**

Коли ви закінчите малювати, подивіться на нього уважно.

Що ви бачите на своєму малюнку?

Які емоції він у вас викликає?

Що цей малюнок може вам розповісти про ваш спогад?

#### **Рефлексія:**

Подумайте про те, що ви дізналися про себе та свій спогад під час цієї вправи.

Як ця вправа може допомогти вам впоратися з вашими емоціями та проблемами?

## Аркуш рефлексії

Матеріали Зимової школи «Соціально-емоційне навчання - м'які навички для вишів» (EdCamp Ukraine, 2024)



# Практики СЕЕН

## АРКУШ ДЛЯ РЕФЛЕКСІЙ

Ваше ім'я:

Назва практики:

Дата

Яке слово найкраще описує самовідчуття, які ви помітили в тілі під час виконання цієї практики?

*Неприємні*    *Приємні*    *Нейтральні*

Опишіть це самовідчуття?

---



---



---

Що вам далось складно?

---



---



---

Як ви думаєте, чому?

---



---



---

Якщо ви робили цю практику з іншою людиною, опишіть свій досвід?

Що було цікаво? Що було складно?

---



---



---



---



---



---

Якби ви і ваші колеги регулярно використовували цю практику (у класі, школі, педколективі), як би це вплинуло на цю групу загалом?

Що би змінилося між вами?

---



---



---



---



---

### Алгоритм розробки плану заходу з арт-терапії:

#### 1. Визначення мети та завдань:

Чого ви хочете досягти за допомогою арт-терапії?

Які емоції та переживання ви хочете допомогти людям обробити?

Які навички ви хочете допомогти людям розвинути?

#### 2. Вибір арт-терапевтичних методів:

Які арт-терапевтичні методи відповідають вашим цілям та потребам групи?

Врахуйте вікові особливості, культурний контекст та досвід учасників.

#### 3. Створення структури заходу:

Скільки часу триватиме арт-терапевтичний захід?

Які етапи буде включати захід?

Які матеріали та ресурси вам знадобляться?

#### 4. Підготовка арт-терапевта:

Переконайтеся, що арт-терапевт має відповідну кваліфікацію та досвід роботи з переміщеними особами.

Обговоріть з арт-терапевтом ваші цілі та завдання заходу.

#### 5. Проведення арт-терапевтичного заходу:

Створіть безпечну та конфіденційну атмосферу.

Чітко поясніть правила та інструкції.

Заохочуйте вільне вираження та творчість.

Забезпечте підтримку та емпатію.

#### 6. Підведення підсумків та оцінка результатів:

Обговоріть з учасниками їхні враження від арт-терапевтичного заходу.

Оцініть, чи вдалося вам досягти поставлених цілей.

Заплануйте наступні арт-терапевтичні заходи.

#### Додаткові поради:

Враховуйте культурні особливості та традиції учасників.

Запропонуйте учасникам вибір арт-терапевтичних методів.

Заохочуйте групову роботу та взаємодію.

Забезпечте доступність арт-терапії для людей з різними можливостями.

Пам'ятайте, що арт-терапія - це процес, який потребує часу та терпіння.

Важливо створити безпечну та сприятливу атмосферу, де люди можуть вільно виражати себе та отримувати необхідну підтримку.

**Алгоритм складання плану заняття з елементами арт-терапії для людей похилого віку:**

1. Оцінка потреб: почніть з оцінки потреб вашої цільової аудиторії. Це може бути робота з психологічними чи емоційними проблемами, такими як відчуття самотності, депресія або стрес, або просто створення позитивного середовища для розваги та релаксації.
2. Вибір методів та технік: оберіть методи та техніки арт-терапії, які відповідають потребам вашої аудиторії. Це може включати живопис, кераміку, музику, танець або письмо.
3. Підготовка матеріалів: підготуйте необхідні матеріали для заняття. Наприклад, папір, олівці, пензлі, фарби, глина або музичні інструменти тощо.
4. Створення плану заняття: складіть план заняття, який включає розклад часу, послідовність дій та конкретні завдання для учасників. Пам'ятайте, щоб враховувати можливі обмеження у фізичних можливостях учасників.
5. Введення та поглиблення: почніть заняття з введення, в якому ви пояснюєте мету та очікувані результати. Далі проведіть учасників через обрані техніки, дозволяючи їм виразити свої почуття та думки через творчість.
6. Фасилітація та підтримка: під час заняття будьте готові фасилітувати дискусії та надавати підтримку учасникам, особливо якщо вони виявляють емоційну реакцію на свої творчість.
7. Оцінка та відзначення: По закінченню заняття проведіть оцінку ефективності та зробіть записи про успіхи та області для поліпшення. Відзначте досягнення учасників та збережіть їхню творчість, якщо вони згодні.
8. Завершення та перегляд: закінчіть заняття спокійно та розгляньте з учасниками їхні враження та відчуття. Важливо визначити, що вони взяли з цього досвіду та чи є вони зацікавлені в подальших заняттях.

Згадайте, що ключовими аспектами успішного заняття є індивідуалізація, емпатія та створення безпечного та підтримуючого середовища для учасників.

### **Основні особливості використання арт-терапії з засудженими:**

1. Вираження емоцій: арт-терапія дає можливість людям, які зазвичай стримують свої емоції, виразити їх візуально. Це може допомогти їм краще зрозуміти себе та розробити здорові механізми подолання.
2. Обробка травми: арт-терапія може допомогти людям, які зазнали травми, обробити свій досвід та знайти способи впоратися з ним.
3. Розвиток навичок: арт-терапія може допомогти людям розвинути такі навички, як спілкування, співпраця, самоконтроль та креативність.
4. Підвищення самооцінки: арт-терапія може допомогти людям відчувати себе більш впевненими та цінними, що може позитивно вплинути на їхню самооцінку.
5. Підготовка до реінтеграції: арт-терапія може допомогти людям підготуватися до повернення у суспільство, розвиваючи навички, необхідні для успішного життя.

Різноманітні арт-терапевтичні техніки, які використовуються з засудженими:

1. Малювання та живопис: ці методи дозволяють людям візуально виразити свої емоції та переживання.
2. Ліплення: ліплення з глини або пластиліну може допомогти зняти напругу, розслабитися та висловити себе творчо.
3. Музична терапія: прослуховування музики, спів або гра на музичних інструментах можуть допомогти людям розслабитися, виразити свої емоції та з'єднатися з іншими.
4. Танцювальна терапія: рух та танець можуть допомогти людям звільнити затиснуті емоції, відчувати своє тіло та покращити самовираження.
5. Театральна терапія: рольові ігри, імпровізація та драматичні вправи можуть допомогти людям дослідити свої емоції, переживання та розвивати навички спілкування.
6. Фототерапія: робота з фотографіями може допомогти людям зберегти спогади, дослідити свою ідентичність та виразити свої почуття.



7. Написання: написання віршів, оповідань або ведення щоденника може допомогти людям обробити свої емоції та переживання.

**Важливі моменти:**

Індивідуальний підхід: Вибір арт-терапевтичних методів залежить від віку, потреб та особливостей кожної людини.

Безпечне середовище: Створення безпечного та конфіденційного простору є важливим для того, щоб люди відчували себе комфортно та могли вільно виражати себе.

Професійна підтримка: Арт-терапію найкраще проводити під керівництвом кваліфікованого арт-терапевта, який має досвід роботи з засудженими.

### Алгоритм плану заходу з елементами пісочної терапії:

#### 1. Визначення мети та завдань:

Чого ви хочете досягти за допомогою пісочної терапії?

Які емоції та переживання ви хочете допомогти людям обробити?

Які навички ви хочете допомогти людям розвинути?

#### 2. Підготовка середовища:

Виберіть просторе та добре освітлене місце.

Забезпечте пісочницю або іншу ємність з чистим піском.

Підготуйте різноманітні мініатюрні фігурки, іграшки, природні матеріали.

#### 3. Створення структури заходу:

Скільки часу триватиме пісочна терапія?

Які етапи буде включати захід?

Які інструкції ви будете давати учасникам?

#### 4. Проведення пісочної терапії:

Створіть безпечну та конфіденційну атмосферу.

Чітко поясніть правила та інструкції.

Заохочуйте вільне вираження та творчість.

Спостерігайте за учасниками та надавайте їм підтримку.

#### 5. Підведення підсумків та обговорення:

Запропонуйте учасникам поділитися своїми враженнями від пісочної терапії.

Обговоріть символіку та значення зображень, створених у піску.

Зробіть акцент на позитивних змінах, які можуть відбутися завдяки пісочній терапії.

#### 6. Завершення заходу:

Запропонуйте учасникам розслабитися та поділитися своїми думками та емоціями.

Забезпечте прибирання пісочниці та інших матеріалів.

### **Алгоритм складання плану казки з арт-терапії:**

#### **1. Визначення мети та завдань:**

Чого ви хочете досягти за допомогою казки з арт-терапії?

Які емоції та переживання ви хочете допомогти людям обробити?

Які навички ви хочете допомогти людям розвинути?

#### **2. Вибір теми казки:**

Враховуйте вікові особливості та інтереси учасників.

Запропонуйте учасникам вибрати тему казки або спільно визначте її.

Тема казки може бути пов'язана з особистим досвідом учасників, їхніми емоціями, цінностями або прагненнями.

#### **3. Створення сюжету казки:**

Визначте головних героїв казки.

Опишіть місце дії та час подій.

Створіть сюжет з конфліктом, випробуваннями та розв'язкою.

Запропонуйте учасникам додати власні ідеї до сюжету.

#### **4. Вибір арт-терапевтичних методів:**

Виберіть арт-терапевтичні методи, які відповідають темі та завданням казки.

Це можуть бути малювання, ліплення, колаж, музика, танець, драматична діяльність тощо.

Запропонуйте учасникам вибрати арт-терапевтичні методи, які їм подобаються.

#### **5. Реалізація казки з арттерапією:**

Розповідь казки: Розкажіть казку, використовуючи образи та слова, що відповідають темі та завданням.

Включення арт-терапевтичних методів: Запропонуйте учасникам створювати арт-твори, які відображають події казки, їхні емоції та переживання.

Підтримка та заохочення: Заохочуйте вільне вираження та творчість учасників.

Обговорення: Після завершення арт-терапевтичних вправ обговоріть з учасниками значення створених ними творів та їх зв'язок з казкою.

### **6. Підведення підсумків:**

Підсумуйте основні моменти казки та арт-терапевтичних вправ.

Запропонуйте учасникам поділитися своїми враженнями та думками.

Зробіть акцент на позитивних змінах, які можуть відбутися завдяки казці з арттерапії.

### **Додаткові поради:**

Створіть безпечну та конфіденційну атмосферу.

Використовуйте відкриті питання для стимулювання самоаналізу та рефлексії.

Зберігайте конфіденційність інформації, отриманої під час арттерапії.

Запропонуйте учасникам зберегти свої арт-твори як нагадування про позитивні зміни, які вони можуть зробити у своєму житті.

## Алгоритм плану заходу з використанням кольоротерапії та ізотерапії

### 1. Визначення мети та завдань:

Чого ви хочете досягти за допомогою кольоротерапії та ізотерапії?

Які емоції та переживання ви хочете допомогти людям обробити?

Які навички ви хочете допомогти людям розвинути?

### 2. Підготовка середовища:

Виберіть просторе та добре освітлене місце.

Забезпечте кольорові папери, олівці, фарби, пензлі, інші матеріали для творчості.

Підготуйте підбірку зображень з різними кольорами та тематикою.

### 3. Створення структури заходу:

Скільки часу триватиме кольоротерапія та ізотерапія?

Які етапи буде включати захід?

Які інструкції ви будете давати учасникам?

### 4. Проведення кольоротерапії та ізотерапії:

Створіть безпечну та конфіденційну атмосферу.

Чітко поясніть правила та інструкції.

Заохочуйте вільне вираження та творчість.

Спостерігайте за учасниками та надавайте їм підтримку.

### 5. Підведення підсумків та обговорення:

Запропонуйте учасникам поділитися своїми враженнями від кольоротерапії та ізотерапії.

Обговоріть символіку та значення кольорів та зображень, обраних учасниками.

Зробіть акцент на позитивних змінах, які можуть відбутися завдяки кольоротерапії та ізотерапії.

### 6. Завершення заходу:

Запропонуйте учасникам розслабитися та поділитися своїми думками та емоціями.

Забезпечте прибирання матеріалів.

## Алгоритм розробки плану соціально-виховного заходу з арттерапії

### 1. Визначення мети та завдань:

Чого ви хочете досягти за допомогою арттерапії?

Які соціальні та виховні навички ви хочете допомогти людям розвинути?

Які емоції та переживання ви хочете допомогти людям обробити?

### 2. Вибір арт-терапевтичних методів:

Які арт-терапевтичні методи відповідають вашим цілям та потребам групи?

Врахуйте вікові особливості, культурний контекст та досвід учасників.

### 3. Створення структури заходу:

Скільки часу триватиме арт-терапевтичний захід?

Які етапи буде включати захід?

Які матеріали та ресурси вам знадобляться?

### 4. Підготовка арт-терапевта:

Переконайтеся, що арт-терапевт має відповідну кваліфікацію та досвід роботи з людьми, які потребують допомоги в розвитку соціальних та виховних навичок.

Обговоріть з арт-терапевтом ваші цілі та завдання заходу.

### 5. Проведення арт-терапевтичного заходу:

Створіть безпечну та конфіденційну атмосферу.

Чітко поясніть правила та інструкції.

Заохочуйте вільне вираження та творчість.

Забезпечте підтримку та емпатію.

### 6. Підведення підсумків та оцінка результатів:

Обговоріть з учасниками їхні враження від арт-терапевтичного заходу.

Оцініть, чи вдалося вам досягти поставлених цілей.

Заплануйте наступні арт-терапевтичні заходи.

### Додаткові поради:

Враховуйте індивідуальні особливості та потреби кожної людини.

Запропонуйте учасникам вибір арт-терапевтичних методів. Заохочуйте

групову роботу та взаємодію. Підкресліть важливість розвитку соціальних та виховних навичок.



**СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:**

1. Анголенко В.В., Отрошко Т.В., Печериця Н.М. Підготовка майбутніх фахівців соціальної сфери до використання арт-терапевтичних технік у професійній діяльності. Наукові перспективи: журнал. Серія «Педагогіка» 2024. журнал.№3 (21) 2024. С. 495-506.
2. Артбук як сучасна форма збереження та структурування наративів особистості / Л. І. Магдисюк, Т. І. Бульчик // Інноваційні арт-терапевтичні технології: матеріали І Всеукр. наук. інтернетконф., 12 березня 2019 р., м. Переяслав-Хмельницький / [за заг. ред.: В. А. Вінс, Т. М. Кузьменко, І. М. Зозуля ] / Переяслав-Хмельницький (Київ. Обл.): Домбровська Я. М., 2019. С. 82–86.
3. Арттерапія і війна: контексти і досвід практичної роботи. /за заг. ред. Н. Кальки, Г. Одинцової. [Колективна монографія]. Львів: ЛьвДУВС, 2023. 283с.
4. Арт-терапія у соціальній роботі: веб-сайт URL: <https://www.cuspu.edu.ua/images/files-2018/conf-18-05-2018/Rudenko.pdf> (дата звернення 12.01.24).
5. Арт-терапія. Інноваційні психологічні технології / за ред. О. Тіунової. Київ–Львів–Тернопіль: ЕЕАТА, 2019. 224 с.
6. Валуйська А. Історія і види арт-терапії. Заняття з педагогами. *Психолог.* 2012. № 13-14. С. 66-67.
7. Вознесенська О. Арт-технології у розв'язанні конфліктів. URL: [http://uhrf.org/download/42.pdf?fbclid=IwAR308BBA2aiuu\\_0ToYsq66XLEm\\_aAd36\\_fdmqqkplqHkWiMeoIfbXOA3lKE](http://uhrf.org/download/42.pdf?fbclid=IwAR308BBA2aiuu_0ToYsq66XLEm_aAd36_fdmqqkplqHkWiMeoIfbXOA3lKE) (дата звернення 15.03.2024).
8. Вознесенська О. Л. Арт-терапевтична освіта: аналіз зарубіжного та вітчизняного досвіду. Простір арт-терапії. / УМО, 2016, ВГО «Арттерапевтична асоціація», 2019; [редкол.: Лушин П. В., Чуприков А. П. та ін.]. Київ, 2019. Вип. 1 (25). С. 4–21.
9. Вознесенська О. Л. Арт-терапевтична робота з пластичними матеріалами. Простір арт-терапії терапії / УМО, 2016, ВГО «Арттерапевтична асоціація»,

2016 ; [редкол.: Лушин П. В., Чуприков А. П. та ін.]. Київ, 2016. Вип. 1 (19). С. 20–40.

10. Вознесенська О. Л. Арт-терапія в Україні: стан та перспективи розвитку. Львівсько-Ряшівські наукові зошити: Культура – Мистецтво – Освіта – Терапія в міждисциплінарній перспективі / Wydawnictwo uniwersytetu rzeszowskiego. 2014. Вип. 2. Р. 93–103.

11. Вознесенська О. Л. Арттерапія як засіб психосоціального відновлення особистості. Актуальні проблеми соціології, психології, 36 педагогіки: зб. наук. пр. Київ: КНУ імені Тараса Шевченка, 2015. № 3 (29). С. 40–47.

12. Вознесенська О. Л. Можливості арттерапії в подоланні психічної травми. Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій : зб. статей. Ін-т соціальної та політичної; Представництво Польської академії наук у м. Києві; Соціально-психологічний методичний реабілітаційний центр. Київ, 2015. С. 98-110.

13. Вознесенська О. Л. Підготовка майбутніх арт-терапевтів: зарубіжний та вітчизняний досвід. Простір арт-терапії: мінливість і стабільність – пошуки балансу : матеріали XVI Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції (м. Харків, 15 – 17 лютого 2019 р.) / [за наук. ред. А. П. Чуприкова, Л. А. Найдьонові, О. Л. Вознесенської, О. М. Скар]. Харків, 2019. С. 8–13.

14. Енциклопедичний словник з арт-терапії / О.Л. Вознесенська, О.О. Деркач, О.М. Скар та ін.; [за заг. ред. О.Л. Вознесенської, О.М. Скар]. К.: Золоті ворота, 2017. 312 с.

15. Замелюк М. І. Арт-терапія як засіб творчої самореалізації особистості URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/prp\\_2018\\_10\\_10](http://nbuv.gov.ua/UJRN/prp_2018_10_10) (дата звернення 03.02.2024).

16. Застосування арт-терапії для різних вікових груп. URL: <https://vemakids.com.ua/ua/education-center/zastosuvannya-art-terapiyi-dlya-riznyh-vikovyh-grup> (дата звернення 13.01.2024).

17. Ільченко І. С. Арт-терапія: навчальний посібник для студентів. Умань: Видавничо-поліграфічний центр «Візаві», 2013. 150 с.

18. Калька Н., Ковальчук З. Основи арттерапії. Навчальний посібник. Львів, ЛьВДУВС, 2020. 142 с.
19. Колпакчи О. С. Арттерапія: курс лекцій: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2018. 288 с.
20. Короход Я., Корнута Л. Арт-терапія : навч.-метод. реком. для здобув. почат. рівня (короткого циклу) вищ. освіти ступеня молод. бакалавра ф-ту психології, політології та соціології НУ «ОЮА»). Нац. ун-т «Одес. юрид. академія». Одеса : Фенікс, 2023. 40 с.
21. Нікішина Л. Т. Адаптована програма з арттерапії для дітей з обмеженими можливостями. URL: <http://corr.ks.ua> (дата звернення 25.01.2024).
22. Особливості впливу арт-терапевтичних методик на емоційні переживання під впливом страху майбутнього у осіб пізньої зрілості / Л. І. Магдисюк, А. Р. Збишко // Інноваційні арт-терапевтичні технології: матеріали I Всеукр. наук. інтернетконф., 12 березня 2019 р., м. Переяслав- Хмельницький / [за заг. ред.: В. А. Вінс, Т. М. Кузьменко, І. М. Зозуля ] / Переяслав-Хмельницький (Київ. Обл.): Домбровська Я. М., 2019. С. 86-90.
23. Середа І.В., Збишко Є.А. Використання технології арт-терапії в корекційно-виховній роботі. Інноваційна педагогіка. Випуск 10. Т. 1, 2019. С. 63–66.
24. Смеречак Л. О. Арт-терапія в роботі фахівців соціальної сфери. Вісник Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького. Серія. : Педагогічні науки. 2020. Вип. 1. С. 218 – 223.
25. Титаренко О. І. Використання арттерапії в психолого-педагогічному супроводі освітнього процесу. Електронний збірник наукових праць Запорізького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти: URL: [http://virtkafedra.ucoz.ua/el\\_gurnal/pages/vyp6/tytarenko.pdf](http://virtkafedra.ucoz.ua/el_gurnal/pages/vyp6/tytarenko.pdf) (дата звернення 17.02.2024).

*навчальне видання*

## **АРТ-ТЕРАПІЯ У СОЦІАЛЬНО-ПЕДАГОГІЧНІЙ РОБОТІ**

Навчально-методичний посібник  
для підготовки здобувачів вищої освіти спеціальності  
231 Соціальна робота

### **Укладачі:**

Валентина Володимирівна **Анголенко**,  
Наталія Михайлівна **Печериця**

Підписано до друку 17.09.24.

Формат 60x84<sup>1/16</sup>. Папір офсетний.

Друк цифровий. Гарнітура Times New Roman.

Ум.друк.арк. 7,875. Наклад 100 прим. Зам. № 9/2024

ФОП Захаренко В.В.

61140, м.Харків, вул. Гольдбергівська, 11, к.69

Свідоцтво про внесення до Державного реєстру

видавців, виготовників і розповсюджувачів

видавничої продукції ДК №1855 від 24.06.2004 р.