

Мукачівський державний університет
Гуманітарний факультет

Кафедра психології

**Методичні вказівки до проведення лабораторних робіт
з дисципліни «АРТ-ТЕРАПІЯ»**

для студентів денної форм навчання
напряму підготовки 6.030103 «Практична психологія» ОКР «Бакалавр»

Мукачево - 2016

Методичні вказівки до проведення лабораторних робіт з дисципліни «Арт-терапія» для студентів денної форми навчання напряму підготовки 6.030103 «Практична психологія» ОКР «Бакалавр». – Мукачево: МДУ, 2016. – 37 с. (1,3 др. арк.).

Укладач: к.психол.н., доцент кафедри психології Березовська Л.І.

Рецензент:

Обговорено і схвалено на засіданні кафедри психології, протокол № 8 від 03.02.2016 р.

Рекомендовано до друку Науково-методичною радою МДУ, протокол №_ від _____ р.

ЗМІСТ

Передмова.....	4
Загальні методичні вказівки для проведення лабораторних робіт	6
Перелік лабораторних робіт	9
Лабораторна робота №1 Теоретичні основи арт-терапії. Ізотерапія.....	10
Лабораторна робота №2 Казкотерапія.....	16
Лабораторна робота №3 Піскова терапія.....	20
Лабораторна робота №4 Фототерапія. Музикотерапія. Танцювальна терапія.....	24
Лабораторна робота №5 Застосування арт-терапії з роботі різними групами клієнтів.....	27
Тести для самоперевірки.....	29
Список літератури.....	35

ПЕРЕДМОВА

Набуття студентами психологічної компетентності та психологічної культури вимагає не тільки глибоких теоретичних знань, але й формування вмінь та навичок організації арт-терапевтичної діяльності. Тому дисципліна «Арт-терапія» призначена для підготовки психологів з метою навчити їх теоретичним та практичним основам арт-терапії, а саме ознайомити з різноманітними арт-терапевтичними напрямками та видами; зі специфікою застосування арт-терапії з різними групами клієнтів, навчити аналізувати отриманий практичний матеріал та застосовувати арт-терапевтичні методики і способи для надання психологічної допомоги людям.

Викладання дисципліни відбувається на IV курсі і ґрунтується на отриманих студентами знаннях та вміннях протягом навчання на I – III курсах. Тому під час викладання курсу велика увага приділяється саме практичному оволодінню студентами навичками та вмінням організувати арт-терапевтичну діяльність таким чином, щоб можливо було отримати результати, які б найбільш адекватно відповідали запиту клієнтів.

Під час вивчення дисципліни студенти прослуховують курс лекцій, закріплюють отримані знання на семінарських, практичних та лабораторних заняттях. Організований таким чином навчальний процес дозволяє студентам виступати не тільки в ролі арт-терапевта, але й у ролі клієнта, що допомагає підтримувати у студентів стійку зацікавленість до предмета, вмотивовану прагненням до самопізнання.

Проміжний контроль знань передбачено у формі індивідуальної контрольної співбесіди за визначеним обсягом питань з пройденого курсу. Викладання дисципліни завершується заліком.

Отримані знання необхідні для практичного застосування під час проведення індивідуальних та групових консультацій, індивідуальних та групових корекційних (тренінгових) занять.

Велику роль у професійному становленні та вирішенні завдань соціокультурного розвитку особистості відіграє підвищення рівня її психологічної компетентності та психологічної культури, що власне і є одним з головних завдань професійної підготовки психолога як фахівця будь-якої галузі. Психологічна культура та професійна психологічна спроможність фахівця у гуманітарній, соціально-правовій та соціально-економічній галузях досягаються шляхом достатньої психологічної практики з використанням новітніх напрацювань арт-терапії.

В результаті вивчення дисципліни студенти повинні:

Знати:

- місце і роль арт-терапії в системі психокорекційної та психотерапевтичної роботи;
- основні напрямки арт-терапії;
- види арт-терапії, що застосовуються в психокорекційній та психотерапевтичній діяльності;
- теоретичні основи арт-терапевтичної корекційної роботи, методики і

способи корекції і т.д.

- особливості застосування арт-терапії в різні вікові періоди та з різними групами клієнтів;

вміти:

- аналізувати наукову, навчально-методичну літературу з дисципліни, опрацьовувати та використовувати необхідну інформацію, яка дозволяє глибше зрозуміти розглядуваний матеріал;
- чітко та логічно викладати теоретичний матеріал підготовлений до практичного (семінарського) заняття;
- застосовувати методи різних видів арт-терапії під час практичної діяльності.

Згідно критеріїв оцінювання, лабораторні роботи оцінюються за двома критеріями:

- «зараховано» - якщо студент виконав лабораторну роботу згідно визначених вимог;
- «не зараховано» - якщо лабораторна робота виконана не повною мірою або ж не відповідає визначеним вимогам.

ЗАГАЛЬНІ МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ ДЛЯ ПРОВЕДЕННЯ ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ

Ефективною формою організації навчального процесу у вищому навчальному закладі, яка ґрунтується на самостійній роботі студентів, є лабораторне заняття.

Лабораторне заняття – форма навчального заняття, за якої студент під керівництвом викладача проводить природничі або імітаційні експерименти чи дослідження з метою підтвердження окремих теоретичних положень певної навчальної дисципліни, набуває практичних навичок.

Кожен студент протягом вивчення курсу арт-терапії повинен виконати весь цикл запланованих лабораторних робіт. Студенти, які не ліквідували заборгованості з лабораторних робіт, які не подали звітів і не захистили їх до початку екзаменаційної сесії, до здачі іспиту з дисципліни не допускаються. Не менш ніж за десять днів до початку лабораторних робіт викладач проводить в лабораторії (спеціалізована аудиторія для проведення занять з арт-терапії) інструктивний заняття зі студентами, в ході якого знайомить їх з цілями, завданнями лабораторних робіт, обладнанням лабораторії, порядком проведення лабораторних занять, особливостями підготовки до них, до звітності, організовує розподіл студентів по робочих місцях. При цьому навчальна група розбивається на дві підгрупи, кожна з яких займається в лабораторії (спеціалізована аудиторія для проведення занять з арт-терапії) за розкладом. У кожній з підгруп здійснюється розподіл студентів за мікрогрупами у складі двох-трьох осіб. При розподілі дотримується принцип добровільності. Склад мікрогруп протягом усього циклу лабораторних робіт змінюється.

Виконання лабораторної роботи передбачає в обов'язковому порядку попередню підготовку до неї. Підготовка включає в себе з'ясування цілей, завдань лабораторного заняття, вивчення теоретичних передумов, ознайомлення з методикою виконання роботи і алгоритмом її проведення, виконання правил техніки безпеки, передбачуваних результатів роботи, форм їх подання, змісту звіту про виконану роботу.

Безпосередньо перед проведенням всього циклу лабораторних робіт викладач проводить загальний інструктаж студентів за основними правилами техніки безпеки. Після ознайомлення з правилами техніки безпеки студенти розписуються в журналі інструктажу з техніки безпеки. Надалі кожна підгрупа інструктується викладачем з дотримання правил техніки безпеки безпосередньо на робочому місці стосовно особливостей виконання конкретної лабораторної роботи.

Допуск студента до виконання чергової лабораторної роботи здійснюється викладачем по поданні звіту про виконання попередньої роботи і на основі здачі колоквіуму, проведеного у вигляді бесіди викладача зі студентом даної підгрупи або обговорення питань всім складом групи. Особи, які не склали колоквіум, до лабораторної роботи не допускаються і протягом часу, відведеного для проведення лабораторної роботи їх товаришам,

здійснюють підготовку до неї. Виконання цієї роботи проводиться в години, вільні від занять, під керівництвом викладача.

Під час лабораторної роботи члени мікрогруп поперемінно виконують ролі терапевта, клієнта і спостерігача, дані проведеної роботи заносяться до протоколів реєстрації арт-терапевтичної роботи.

При виконанні лабораторних робіт студентами викладач, який проводить заняття, не тільки контролює хід їх здійснення, а й надає студентам всебічну допомогу. Результати лабораторної роботи фіксуються викладачем в журналі обліку викладача.

Аналіз отриманих результатів, їх інтерпретація та складання звіту про виконану роботу виробляються студентом в позаурочний час, проте звіт про лабораторну роботу повинен бути представлений не пізніше початку чергової лабораторної роботи. У разі необхідності в процесі роботи над звітом студент може звертатися за консультацією до викладача.

Звіт про виконану лабораторній роботі повинен бути захищений студентом. Зазвичай захист проходить під час підготовки до чергової лабораторної роботи за день до її початку, в крайньому випадку, під час колоквіуму у вигляді співбесіди викладача зі студентом, в ході якого з'ясовується ступінь достовірності отриманих результатів, розуміння сутності проробленої роботи, обґрунтованість отриманих висновків. На основі такої співбесіди-захисту в журналі обліку виконання лабораторних робіт викладач робить позначку про захист даної лабораторної роботи.

По закінченні всього циклу лабораторних робіт кожен студент пише загальний звіт у вигляді протоколів проведених консультацій з використанням методів арт-терапії.

Основними завданнями лабораторних занять є: поглиблення та уточнення знань, здобутих на лекціях і в процесі самостійної роботи; формування інтелектуальних умінь і навичок планування, аналізу та узагальнення; опанування техніки; нагромадження первинного досвіду організації виробництва та оволодіння технікою управління ним тощо.

Лабораторні заняття не лише закріплюють теоретичні знання, а й дають змогу студентові глибоко вивчати механізм застосування цих знань, оволодівати важливим для фахівця умінням інтелектуального проникнення у ті природно-технічні або виробничі процеси, які досліджують на лабораторному занятті. Під впливом цієї форми занять у студентів часто виникають нові ідеї наукового і технічного характеру, які використовуються у курсових, кваліфікаційних, дипломних роботах. Лабораторні заняття значною мірою забезпечують відпрацювання вмінь і навичок прийняття практичних рішень у реальних умовах.

Перелік тем лабораторних занять визначається робочою програмою навчальної дисципліни. Кількість студентів на таких заняттях не перевищує половини академічної групи. На лабораторні заняття відведено третину навчального часу.

Пристаючи до роботи в лабораторії, студенту слід знати, що будь-яке недотримання розкладу занять і дисципліни буде вважатись порушенням його

службових обов'язків. Викладач, який вперше зустрічається із студентами на вступному занятті, повинен ознайомити їх із загальними правилами роботи в лабораторії, які вони зобов'язані неухильно виконувати.

Розроблено такі вимоги до студентів, дотримання яких має важливе значення для виховання у них відповідального ставлення до своїх обов'язків:

1) лабораторні заняття проходять у передбачений розкладом час. Студенти, які не з'явилися на лабораторну роботу або не допущені до неї через погану підготовку, виконують роботу за додатковим розкладом за рахунок особистого часу;

2) порядок виконання лабораторних робіт визначено розкладом;

3) студент, який запізнився на заняття, до роботи не допускається;

4) в лабораторії необхідно дотримуватися тиші. Розмовляти з приводу виконання роботи слід тільки впівголосу;

5) студенти повинні дбайливо ставитися до матеріальних цінностей лабораторії;

6) заборонено ходити по лабораторії під час занять. Виходити з лабораторії можна лише з дозволу викладача;

7) робоче місце студента в лабораторії повинно бути в чистоті і порядку.

ПЕРЕЛІК ЛАБОРАТОРНИХ РОБІТ

Лабораторна робота №1

Тема. Теоретичні основи арт-терапії. Ізотерапія.

Лабораторна робота №2

Тема. Казкотерапія.

Лабораторна робота №3

Тема. Піскова терапія.

Лабораторна робота № 4

Тема. Фототерапія. Музикотерапія. Танцювальна терапія.

Лабораторна робота № 5

Тема. Застосування арт-терапії з роботі різними групами клієнтів.

Лабораторна робота №1

Тема. Теоретичні основи арт-терапії. Ізотерапія.

Мета: ознайомлення із особливостями проведення корекційних занять із застосуванням ізотерапії як виду арт-терапії, опрацювання методик та технік ізотерапії.

Завдання:

- 1) ознайомити з особливостями проведення корекційних занять із застосуванням ізотерапії;
- 2) опрацювати техніку медитативного малюнку «Мандала»;
- 3) опрацювати вправу «Дерево: від частини до цілого»;
- 4) навчити оформляти протоколи реєстрації арт-терапевтичних занять.

Обладнання: папір формату А3, А4, кольорові олівці, фарби, пензлики.

Вказівки щодо підготовки до заняття.

Під час підготовки до заняття слід звернути увагу на дані поняття: форми арт-терапії, етапи арт-терапевтичного процесу, ізотерапія, психологічний вплив художніх матеріалів, колір в ізотерапії.

Опрацювати теоретичний матеріал щодо поняття «Мандала», стадії розвитку Мандал.

Форми арт-терапії: пасивна (клієнт використовує художні твори, створені іншими людьми: розглядає картини, читає книги, прослуховує музичні твори); активна (клієнт сам створює продукти творчості: малюнки, скульптури, історії, музичні композиції, спонтанні танці); змішана (клієнт використовує наявні твори мистецтва (музичні твори, картини, казки і т. п.) для створення своїх продуктів творчості).

Етапи арт-терапевтичного процесу:

- 1) підготовчий етап;
- 2) етап формування системи психотерапевтичних стосунків і початку творчої діяльності клієнта;
- 3) етап укріплення і розвитку психотерапевтичних стосунків і найбільш продуктивної творчої діяльності клієнта;
- 4) завершальний етап.

Ізотерапія – терапія зображувальною творчістю, в першу чергу малюванням.

Психологічний вплив художніх матеріалів. Матеріали, що дозволяють «посилити» контроль: олівці, воскова крейда, фломастери. Матеріали, що сприяють більш вільному вираженню: пастель, акварель, «пальчикові фарби», глина.

«Пальчикові фарби» застосовують для роботи з клієнтами, яких занадто строго привчали до чистоти.

Акварель та пастель для вираження текучості та динамічності душевних процесів.

Воскова крейда застосовують для роботи з клієнтами, в таких випадках коли творчий процес обмежується або призупиняється страхом.

Фломастери застосовуються при сильному контролі. Клієнт боїться більш глибокого вираження власних переживань та відчуттів.

Простий олівець використовують тоді, коли щось робить перепони для емоційного вираження клієнта.

Папір. Великого формату застосовується для широких вільних рухів, дозволяє відмовитися від контролю та обмежень.

Колір в ізотерапії.

Кольори розділяють на 2 групи:

- 1) ахроматичні кольори – білий, чорний і всі сірі;
- 2) хроматичні кольори – всі кольори, крім чорного, білого і сірих, тобто червоний, оранжевий, жовтий, зелений, голубий, синій, фіолетовий та інші, включаючи всі відтінки спектру.

Теплі кольори: червоні, оранжеві, жовті; вони нагадують колір сонця, вогню, того, що в природі дає тепло.

Холодні кольори: голубий, синій, фіолетовий; асоціюються з чимось холодним – льодом, снігом, місячним світлом.

Зелений колір – врівноважує кольорові контрасти, теплі та холодні кольори. В ньому існує боротьба єдності та боротьбі протилежності.

Стадії розвитку Мандал.

Розрізняють 13 стадій мандал. 0-а і 13-а стадії знаходяться в центрі, інші розташовані за годинниковою стрілкою.

0-стадія. Вона є центральною мандалою. Це – чисте світло.

1-стадія. Порожнеча.

2-стадія. Блаженство.

3-стадія. Лабіринт або спіралі.

4-стадія. Початок.

5-стадія. Мішень.

6-стадія. Поєдинок з драконом.

7-стадія. Оквадрування кола.

8-стадія. Функціонуюче Его або свастика.

9-стадія. Кристалізація.

10-стадія. Ворота смерті.

11-стадія. Фрагментація.

12-стадія. Трансцендентний екстаз.

13-стадія. Це сходження до вихідної цілісності. Це переживання нового народження.

Хід роботи

1. Попередній контроль знань студентів.

2. Методичні рекомендації щодо виконання лабораторної роботи.

1. Студентам необхідно виконати вправу «Мандала».

Інструкція № 1: «Сядьте зручно, розслабтесь, глибоко вдихніть і видихніть, постарайтеся викинути все з голови і уявити коло. Добре подивіться на нього, погляньте, що (елементи, фігури, образи) є в колі, якого вони кольору, форми, де саме в колі вони розміщені. Потім візьміть аркуш паперу, намалюйте на ньому велике коло і все те, що ви в ньому побачили. Потім назвіть свою Мандолу».

Інструкція № 2: «Окресліть на аркуші паперу коло, а потім, починаючи з центру даного кола заповніть весь внутрішній простір. Якщо важко замальовувати коло всередині, тоді можна намалювати що-небудь у центрі кола, деякий час сконцентруйтеся на цьому зображенні і воно вам обов'язково підкаже, що малювати далі».

Відразу по закінченні малювання відбувається аналіз за наступним алгоритмом.

I. Оцінка особливостей центру і зовнішніх меж.

Якщо є поєднання центру з кордонами, то можна говорити про ослаблення власного "Я", зумовлене впливом соціуму.

Якщо центр відсутній, а кордони товсті, то це відображає процес трансформації. Зовнішні межі – це потреба в турботі про себе, обмеженість контактів з соціумом.

Центр оформлений добре, а зовнішні межі тонкі – людина впевнена в собі, відкрита до контактів з соціумом.

Якщо є центр, то це гарант психологічної стабільності.

Товсті зовнішні межі можуть свідчити про те, що людина має ресурс і зберігає свою енергію. Їх товщина може свідчити про ступінь психологічного захисту.

2 і більше центрів – ситуація вибору, кризовий період, період змін.

Колір центру свідчить про властивості особистості.

Блакитний центр – ідентифікація з духовними проявами, людина бачить себе тісно пов'язаною з материнською роллю.

Помаранчевий або червоний центр – егоцентрична позиція, орієнтована на власні позиції, може свідчити про стресові переживання.

Колір зовнішніх меж відображає прояви, які людина демонструє по відношенню до зовнішнього світу.

Червоні межі – агресія, експресивність.

Чорні межі – ізоляція від соціуму, нігілізм, захист.

Зелені межі – стримані тенденції до світу, до людей, самоконтроль.

II. Асиметрія розташування.

Якщо мандала поділена вертикально, то ліва сторона – це минуле, зв'язок з мамою, права – це майбутнє, зв'язок з татом.

Якщо мандала поділена горизонтально, то нижня частина кола – несвідомі процеси, а верхня частина – це наша свідомість.

Поділ кола на дві частини може свідчити про внутрішньо особистісний конфлікт, зіткнення свідомого із несвідомим. Наявність симетрії передбачає те, що дана боротьба є під контролем.

III. Наявність впорядкованості елементів.

Якщо є впорядкованість, то це свідчить про високу диференційованість психічних процесів, переважання раціоналізму, досвідченості.

Наявність хаотичної структури вказує на те, що в даний момент відбувається вихід несвідомого. Надмірна хаотичність може свідчити і про психічну дезінтеграцію, розлади в психічних процесах чи кризові моменти.

IV. Співвідношення прямих і хвилястих ліній.

Прямі лінії – це логіка, раціональне начало, чоловіча сутність.

Хвилясті – емоції, інтуїція, жіноче начало.

V. Врахування числових елементів.

Людина, зірка – 5.

Квадрат, прямокутник - 4.

Трикутник – 3.

Дуже важливі висновки і гіпотези самої людини.

VI. Оцінка динамічних ефектів.

Якщо рухи за годинниковою стрілкою, то це свідчить про розкриття енергії несвідомого, про прогрес.

Якщо рухи проти годинникової стрілки – це регрес, деградація чогось, витіснення.

Рухи від центру до зовнішніх меж – це виражена енергетика, високий енергетичний потенціал, готовність до активності. Може свідчити про тенденцію до маніакальності.

Рухи від зовнішніх меж до центру – потреба у підтримці, прагнення відновити і зміцнити центр.

Методичний аспект проведеної арт-терапевтичної роботи.

Студентам пропонується під час проведення даної вправи з клієнтами звернути на застосований алгоритм аналізу.

2. Студентам необхідно виконати вправу «Дерево: від частини до цілого».

Спочатку розкладаються листки паперу, для зручності їх можна злегка закріпити. Після цього надається інструкція студентам:

- Кожний з вас вибирає собі аркуш, на якому він хоче малювати. Тема загального малюнка - дерево. Готовий малюнок повинен являти собою дерево. Розмовляти один з одним не можна.

Це складне групове завдання, для виконання якого необхідно одночасно добре сконцентруватися на своїй індивідуальній частині й при цьому постійно мати на увазі, що метою є цілісний загальний добуток.

Коли картина готова, група повинна, вся разом, уважно її розглянути. При цьому задаються приблизно наступні навідні запитання:

- Який твій внесок у ціле, що ти привніс?

- Якою мірою ти сприймаєш свій малюнок як частина цілого?

- Перемістися у свій малюнок, уяви собі, що ти - це він. Як ти відчуваєш себе на своєму місці, наприклад, внизу або всередині? Які твої відносини із сусідами? Чи займаєш ти тут, у групі, аналогічне місце? Як із цим у тебе в житті? Ти задоволений своїм «місцем» чи ні?

- Тепер вибери для себе іншу частину дерева - ту, котра тебе особливо приваблює, і помісти себе туди. Як ти відчуваєш себе на цьому місці, що тепер ти привносиш у ціле? Що тепер ти являєш собою, на відміну від твого малюнка? Якби ти був цією частиною, як би ти відчував себе в групі? А в житті?

- У тебе з'явилися якісь нові почуття, а можливості? Що ти можеш робити й відчувати, чого не міг до цього? Чого ти не можеш?

- Тепер дай можливість обом частинам малюнка поговорити один з одним. Що могла б одна з них сказати іншій? Які їхні відносини один з одним?

Відразу по закінченні розгляду відбувається групове обговорення.

Методичний аспект проведеної арт-терапевтичної роботи.

Студентам пропонується під час проведення даної вправи з клієнтами звернути на наступні особливості.

Спостерігаючи за групою в процесі малювання, можна відзначити особливості групового процесу. Хто малює стовбур? Якщо кілька людей починають малювати стовбур, то чия ідея перемагає в результаті? Які зусилля прикладає кожний для того, щоб захистити своє бачення стовбура? Деякі, приміром, починають малювати свою частину стовбура особливо яскраво, із силою натискають на олівець або фломастер. Якщо немає можливості виділити свою частину таким чином, вони починають її інтенсивно офарблювати. Якою мірою їм вдається переконати інших у своїй правоті? Якою мірою на це погоджується сама група, продовжуючи малюнок так, що цей стовбур стає стовбуром загального дерева? Що привносить кожний у загальну картину? Чи в стані група дати життя загальній картині зі стовбуром і кроною? Як результат учасники відразу бачать міру своєї здатності й готовності кооперуватися, що не вимагає особливої інтерпретації. Це є гарним дзеркалом енергетичного стану групи. Скільки в ній життєвої сили й наповненості? Який результат? Все це можна виявити за допомогою даної вправи.

Під час обговорення робіт пропонується використовувати питання, що представлені в описі вправи.

3. Вимоги до оформлення та опису результатів роботи.

Результати проробленої роботи студенти оформляють у вигляді протоколів.

Бланк містить наступні пункти:

- ПІБ клієнта (або учасників групи);
- дата і час сесії;
- тема;
- використовувані клієнтом або учасниками групи матеріали;
- вислови клієнта або учасників групи в ході роботи;

- особливість невербальної експресії («мова тіла») під час роботи;
- взаємодія між учасниками групи (для групових форм роботи);
- відношення до роботи;
- процес творчої роботи (етапи створення образу) клієнта або учасників групи;
- опис творчого продукту;
- передбачуваний зміст творчого продукту (з погляду арт-терапевта);
- усвідомлення змісту творчого продукту самим клієнтом або учасниками групи (формальне пояснення або інсайт).

До протоколів додаються роботи клієнтів.

Література: [1; 3; 5; 6; 9; 10]

Лабораторна робота №2

Тема. Казкотерапія.

Мета: ознайомлення із особливостями проведення корекційних занять із застосуванням казкотерапії як виду арт-терапії, опрацювання психодіагностичних методик, що використовуються в казкотерапії, особливостей використання малюнків при проведенні казкотерапії; складання казок за представленим початком.

Завдання:

- 1) ознайомити із особливостями проведення корекційних занять із застосуванням казкотерапії як виду арт-терапії;
- 2) опрацювати психодіагностичні методики, що використовуються в казко терапії;
- 3) опрацювати особливості використання малюнків при проведенні казкотерапії;
- 4) навчити складати казки за представленими словами.

Обладнання: бланк із зображенням восьми будиночків, назвами восьми почуттів і силуетом людини; кольорові олівці (8 кольорів), фарби, папір.

Вказівки щодо підготовки до заняття.

Під розгляду даної теми слід звернути увагу на поняття казкотерапії, схема психологічного аналізу казок, етапи казкотерапії, можливості роботи з казками та медитативні казки, які використовуються в системній комплексній казкотерапії.

Казкотерапія – метод, що використовує казкову форму для інтеграції особистості, розвитку творчих здібностей, розширення свідомості, удосконалення взаємодії з оточуючим світом.

Схема психологічного аналізу казок.

Для складання схеми психологічного аналізу казки виділяють ключові характеристики казки:

- енергоінформаційне поле казки;
- основна тема казки;
- сюжет казки;
- лінія головного героя;
- символічне поле.

Етапи казкотерапії.

Етап 1. Створення комфортного середовища відбувається за допомогою процесу «настроювання» психолога та клієнта на робочу атмосферу і характеризується виникненням взаємного інтересу один до одного.

Етап 2. Процес «включення» руки клієнта – практична вправа, використання письмового завдання.

Етап 3. Вхідження клієнта в казковий простір – розповісти або прочитати клієнту казкову історію.

Етап 4. Написання казки – клієнту пропонують скласти свою казку.

Можливості роботи з казками.

1. Використання казки як метафори.
2. Малювання за мотивами казки.
3. Обговорення поведінки та мотивів дій персонажу.
4. Програвання епізодів казки.
5. Використання казки як притчі-повчання.
6. Творча робота за мотивами казок.

Медитативні казки, які використовуються в системній комплексній казкотерапії.

1. Медитативні казки, що спрямовані на усвідомлення себе у теперішньому, «тут і тепер».
2. Медитативні казки, що відображають образи «ідеальних» взаєностосунків між батьками та дітьми.
3. Медитативні казки, що спрямовані на розкриття початкового потенціалу особистості, її самооцінки, а також на дослідження різноманітних явищ нашого життя.

Хід роботи

1. Попередній контроль знань студентів.

2. Методичні рекомендації щодо виконання лабораторної роботи.

1. Студентам необхідно виконати проєктивну діагностичну методику «Чарівна країна почуттів» (автори Т. Грабенко, Т. Зинкевич-Євстигнеєва, Д. Фролов).

Мета: дослідження психоемоційного стану

Обладнання: бланк із зображенням восьми будиночків, назвами восьми почуттів і силуетом людини: кольорові олівці (8 кольорів).

Інструкція 1: «В середині нас живе чарівна країна і живуть в ній Почуття: Радість, Задоволення, Вина, Смуток, Злість, Страх, Образа і Інтерес. Вони всі зафарбовані якимось певним кольором, хтось червоним, хтось синім, хтось чорним, хтось зеленим... У Вас є кольорові олівці. Будь ласка, розфарбуйте Почуття кольорами.»

Інструкція 2: А зараз зафарбуйте котрийсь із будиночків таким кольором, яким хочете.

Інструкція 3: Подивіться – ось карта країни почуттів (показуємо силует людини), вона є пустою. Для цього візьміть, будь ласка, свої олівці та зафарбуйте силует людини.

Обробка результатів.

Під час обробки результатів важливо звернути увагу:

1. На те, чи всі кольори були задіяні при розфарбовуванні почуттів;

2. На адекватність підбору кольору для почуттів. Наприклад, неадекватним може вважатися відповідність «радості» і «задоволення» чорного, коричневого або сірого кольорів. Але, не дивлячись на те, що даний вибір може вважатися неадекватним, тим більше він є діагностичним.

3. На розподіл кольорів, що визначають почуття всередині силуету людини.

Доцільно символічно розділити силует людини на 5 зон:

- голова і шия (символізують ментальну (мислительну) діяльність);
- туловище до лінії талії, виключаючи руки (символізують емоційну діяльність);
- руки до плечей (символізують комунікативні функції);
- тазобедрена область (символізує область сексуальних, а також творчих переживань);
- ноги (символізують почуття «опори», впевненість, а також можливість «заземлення» негативних переживань)

Досліджуючи «карту», ми знаємо, які почуття «живуть» в різних частинах тіла. Наприклад, почуття, що «живуть в голові», зафарбовують думки. Якщо в голові «живе» страх, мабуть, здійснювати мислительну діяльність буде непросто. В руках «живуть» почуття, що відчуваються в контактах з оточуючими. В ногах знаходяться почуття, які дають людині психологічну впевненість, або ж (якщо в ногах поселились «негативні» почуття) людина має прагнення «заземлити», позбавитися від них.

Методичний аспект проведеної роботи.

Студентам пропонується під час проведення даної справи з клієнтами звернути на застосований алгоритм аналізу робіт.

2. Студентам необхідно виконати завдання методичного практикуму «Казки зіркової країни Зодіакалії».

Студентам читається казка «Зіркова країна Зодіакалія».

Після прочитання пропонується за допомогою фарб, пензликів, паперу, фломастерів:

- намалювати нічне зоряне небо;
- намалювати того жителя Зодіакалії, якого уявили найяскравіше.

Обговорення:

- що відбувають коли дивляться на небо?
- яке сузір'я було найважче уявити або розглянути?

Методичний аспект проведеної арт-терапевтичної роботи.

Студентам пропонується під час проведення даної справи з клієнтами звернути на алгоритм опису проведення та обговорення.

3. Студентам необхідно виконати домашнє завдання.

Підібрати 3 медитативні казки що:

- спрямовані на усвідомлення себе у теперішньому, «тут і тепер».
- відображають образи «ідеальних» взаємостосунків між батьками та дітьми.

- спрямовані на розкриття початкового потенціалу особистості, її самооцінки, а також на дослідження різноманітних явищ нашого життя.

Написати казку за представленим початком:

1. Пішов якимось Іван-Царевич на полювання. Вийшов він на великого ведмедя. Подивився він у колчан: а у всіх стріл наконечники надламані – хтось із прихованих ворогів у палаці постарався. Кинувся він на ведмедя, але бігти йому немає куди: з одного боку – прірва, з іншого – скальна стіна; з третьої – болото. А тут вже і ведмідь приближається...

2. Подорожуючий Принц у чужій далекій країні якимось зайшов у село з дуже незвичною назвою – Великі Брехні. Ніяк не очікував він, що...

3. Один рицар завжди їздив тільки прямими дорогами. Але одного разу він опинився на роздоріжжі перед каменем. Ноги його коня стали грузнути в болото, і довго стояти було неможливо. А на камені було написано...

4. Могутня і владна чарівниця (неможна було назвати її ні доброю, ні злою) бажала, щоб її бідна племінниця прислужувала їй при дворі. Але дівчина не хотіла залишатися у підкоренні чарівниці. При цьому вона дуже поважала чарівницю і боялася її гніву, тому ніяк не могла признатися їй у своїх почуттях...

5. В одному королівстві керував Король, який був дуже багатим. Але не було йому щастя від цього багатства. Був він самотнім. А ті, хто хотів стати його другом, не приваблювали його, тому що він бачив, як сильно відрізняються вони від нього...

3. Вимоги до оформлення та опису результатів роботи.

Звіт за результатами роботи:

- медитативні казки;
- складена за початком казка.

Література: [1; 4; 5]

Лабораторна робота №3

Тема. Піскова терапія.

Мета: ознайомлення із особливостями проведення корекційних занять із застосуванням піскової терапії як виду арт-терапії, опрацювання методик піскової терапії.

Завдання:

1. ознайомити із особливостями проведення корекційних занять із застосуванням піскової терапії як виду арт-терапії,
2. опрацювати методики піскової терапії.

Обладнання: пісочниця, підноси для піску, пісок, відро, клейонки, совки, іграшки за категоріями (люди, тварини, рослини, корисні копалини, будівлі, транспорт, різне), вода.

Вказівки щодо підготовки до заняття.

Під розгляду даної теми слід звернути увагу на поняття: піскова терапія, іграшки за категоріями (люди, тварини, рослини, корисні копалини, будівлі, транспорт, різне).

У пісочній терапії використовуються *мініатюри різних категорій*. Практики пісочної терапії пропонують різні варіанти класифікацій об'єктів. Оскільки це достатньо великий список, і багато залежить від вашого бюджету, можливостей простору кабінету і потреб клієнтів – все це визначає кількість і вигляд об'єктів, які ви вибираєте. Принаймні, в вашій колекції «має бути хоча б декілька об'єктів з кожної категорії».

Людей часто використовуються як символи реальних індивідуумів, присутніх в житті клієнта, або як символічних осіб, що мають на нього вплив (агресивних або позитивних). Фігурки людей також символізують аспекти індивідуальності клієнта.

Тварини можуть символізувати інтуїтивне життя і інстинкт, а також відображають різні аспекти характеру людини.

Рослини для багатьох людей символізують цикл життя, сили життя, смерть і відновлення. Сезони (пори року) нагадують нам про якості фізичного світу, що змінюються.

Корисні копалини. Метали і коштовні камені можуть символізувати стабільність, постійність, ґрунтовність і захист.

Будівлі. Для людей будівлі часто мають велике значення. Наприклад, будинок може бути символом притулку, захисту або самоти. В розширеному масштабі будинок може бути символом Самозвеличання.

Транспорт може бути метафорою психофізіологічного стану клієнта. Транспортні засоби можуть символізувати рух і зміни. Вони можуть означати контроль (самоврядування), свободу, порятунок і владу в житті клієнта.

Хід роботи

1. Попередній контроль знань студентів.

2. Методичні рекомендації щодо виконання лабораторної роботи.

1. Студентам необхідно виконати вправу «Мій світ» (індивідуальна пісочниця).

Виконується за наступним алгоритмом:

Представлення пісочної терапії клієнту:

- Створити комфортну і безпечну атмосферу.
- Відпрацювати позитивне очікування.
- Продемонструвати клієнту підноси, варіанти піску і об'єкти.
- Зайняти в кабінеті місце, яке є зручним для клієнта.
- Повідомити клієнта про те, що не існує правильного або неправильного способу гри в піску. Проінструктувати його про те, що він повинен повідомити, коли закінчить.

Стадія 1. Створення світу.

Клієнт створює світ в підносі з піском. Психолог є свідком, поважаючи процес клієнта, не втручається і не інтерпретує. Клієнт будує світ, використовуючи об'єкти, або без них, використовуючи воду або без неї. Психолог залишається тихим і уважним.

Стадія 2. Переживання і реконструкція.

Надати клієнту можливість поміркувати над своїм світом. Це час для занурення.

Реконструкція: Повідомити клієнта, що він може залишити світ таким, який він є, або внести зміни. Надати клієнту час поміркувати над зміненим світом.

Стадія 3. Терапія Експерсія по світу:

Приєднання до клієнта на його стороні підноса і відправитись в подорож по його світу. Проявити увагу до мови і невербальних стимулів клієнта. Не втручатися в простір клієнта. Стимулювати клієнта до того, щоб він прислухався до виникаючих почуттів і емоцій.

Терапевтичне втручання: Поставити питання про світ, відображаючи тільки те, що клієнт сказав. Утримувати увагу на об'єктах світу клієнта. Запропонувати клієнту паралельно з пісочною терапією додаткові психологічні технології: гештальт, психодраму, візуалізація, казкотерапію, арттерапію, тілесно орієнтовану терапію і ін.

Стадія 4. Документація

Фотографування:

- Клієнт фотографує свій світ своїм фотоапаратом або камерою психолога (з можливістю отримання фотографії).
- З дозволу клієнта психолог фотографує його світ.

Стадія 5. Перехід

Розуміння:

- Допомогти клієнту розібратися і зрозуміти інформацію, що прийшла через пісочну терапію.

Перехід до реального світу клієнта:

- Запитати клієнта, як події в підносі відображають його життя. Допомогти клієнту зрозуміти значення його пісочного світу.
- Стимулювати клієнта бачити, які проблеми його повсякденного життя відображені в підносі.

Стадія 6. Демонтаж світу Аналіз:

- Демонтування клієнт проводить в роздумах над власними процесами.
- Прибирання:
- Розмістити використані об'єкти на їх звичні місця. Закінчити записи.

2. Робота в малих групах. Студенти об'єднуються у 2 групи. Цим групам необхідно виконати вправу «Моя робота» (групова пісочниця).

Виконується за тим алгоритмом, який був застосований у попередній вправі.

Після проробленої роботи студенти оформляють протоколи.

Протокол групової консультації з використанням пісочниці

1. Характеристика групи: дитяча, підліткова, члени сім'ї, партнери по сумісному проживанню, партнери по бізнесу, команда - потрібне підкреслити

Піднос (№ назва) _____ Пісок (Сухий, вологий)

Дата _____

Час _____

2. Імена учасників групи (їх роль в сім'ї або в бізнесі).

3. Стиль ситуативної комунікації(загальні коментарі)

	Характеристика взаємодії учасників групи	Розподіл ролей в групі	Стиль поведінки кожного учасника	Цінності, які об'єднують учасників групи

4. Прогноз відносно життєдіяльності групи

5. Актуальні завдання для роботи з групою.

4. Підведення підсумків лабораторної роботи.

Література: [1; 5; 7]

Лабораторна робота № 4

Тема. Фототерапія. Музикотерапія. Танцювальна терапія.

Мета. ознайомлення із особливостями проведення корекційних занять із застосуванням фототерапії, музикотерапії та танцювальної терапії, опрацювання методик фототерапії.

Завдання:

- ознайомити студентів з особливостями проведення корекційних занять із застосуванням фототерапії, музикотерапії та танцювальної терапії;
- опрацювати методики фототерапії.

Обладнання: Папір А3, А4, кольорові олівці, фарби, пензлики, клей, комп'ютер, фотографії, ватман.

Вказівки щодо підготовки до заняття.

Під час підготовки до заняття слід звернути увагу на дані поняття: фототерапія, музикотерапія, психокорекційні механізми музичної терапії, танцювальна терапія, функції танцю.

Фототерапія – це терапія, що заснована на застосуванні фотографії та слайдів для вирішення психологічних проблем, а також для розвитку та гармонізації особистості.

Музикотерапія – це контрольоване використання звуків та музики в лікуванні і реабілітації клієнтів, що представляє собою діяльність, яка включає: відтворення, фантазування, імпровізацію за допомогою людського голосу і вибраних музичних інструментів або прослуховування спеціально підібраних музичних творів.

Психокорекційні механізми музичної терапії:

- дозволяє перебороти психологічний захист;
- допомагає розвинути комунікативні та творчі можливості клієнтів;
- підвищує самооцінку на основі само актуалізації;
- сприяє відреагуванню почуттів;
- допомагає пережити катарсис;
- розвиває емпатійні здібності;
- допомагає закріпити стосунки з психологом та іншими людьми, сприяє встановленню і розвитку міжособистісних стосунків;
- підвищує соціальну активність;
- полегшує формування нових стосунків і установок.

Танцювальна терапія – це психотерапевтичне використання танцю та руху як процесу, що сприяє інтеграції емоційного та фізичного стану особистості.

Функції танцю:

- психофізіологічна, психологічна та психотерапевтична;
- функції спілкування;

- соціально-психологічна;
- соціокультурна.

Техніки танцювальної терапії:

1. спонтанний, неструктурований танець;
2. круговий танець;
3. аутентичний рух.

Хід роботи

1. Попередній контроль знань студентів.

2. Інструкція до виконання лабораторної роботи.

1. Студентам необхідно виконати вправи «Генеалогічне дерево», «Моя сімейна історія», «Моя унікальність», «Яким я тебе бачу...».

Вправа «Генеалогічне дерево»

Задумайтеся: кожний з нас приходять в цей світ не просто так, а продовжуючи Рід, несучи в собі частинку предків. Часто ми не можемо відповісти дитині на дуже просте питання: хто були його бабуся і дідусь, прабабуся? Чим вони займалися? Не дарма мудреці говорили: «Щоб вирішити, куди йти, потрібно знати, звідки ти вийшов». Тому, власне ця вправа дасть можливість подумати над своїм «корінням» та провести «внутрішню ревізію психологічного спадку», тобто усвідомити від кого ті чи інші якості та риси.

Процедура виконання: На ватмані паперу пропонується викласти фото колаж власного генеалогічного дерева. Якщо вправи проводяться в груповому форматі, то можна обговорити такі питання:

1. Чи була у вашої сім'ї якась фамільна справа або захоплення?
2. Якими моральними якостями володіли ваші предки, що цінували в людях і в житті? До чого прагнули, чого уникали?
3. Який психологічний спадок ви отримали від своїх предків?
4. Як спадковість поколінь відображає ваш фото колаж?

Вправа «Моя сімейна історія».

У кожній сім'ї напевно зберігаються «парадні» альбоми, «вітрина» сім'ї – випускні, весільні альбоми. Тут фотографії, як правило, не позбавлені нальоту формальності і офіціозу. Адже якщо узяти весільні фотографії декількох пар, можна сміливо зіграти в гру «знайди 10 відмінностей» – ними будуть, можливо, тільки фасони плаття і зачіски наречених. А фон, поза людей, композиція повторюються від весілля до весілля. Проявіть фантазію і спробуйте створити новий альбом знімків важливих для вашої сім'ї подій. Подумайте: чим ви відрізняєтеся від інших людей, інших сімей? Що є вашою «візитною карткою»? Благо, сучасні фотолабораторії дозволяють не обмежувати свою творчу фантазію. А ще краще – озброївшись ножицями, клеєм і парою-трійкою гляансових журналів, самі створіть бажаний образ. Така робота, напевно допоможе вам краще зрозуміти один одного і ваші цінності. Цю вправу я використовую в своїй роботі для того, щоб допомогти учасникам проекту усвідомити свої сімейні цінності, які вплинули на формування їх особистості та які, вони транслюють своїм дітям.

Процедура виконання: На ватмані паперу пропонується викласти фото колаж своєї сімейної історії . Якщо вправи проводяться в груповому форматі, то можна обговорити такі питання:

1. Які цінності були в вашій батьківській сім'ї?
2. Які цінності з батьківської сім'ї ви перенесли в вашу ?

Як один з варіантів цієї вправи можна дати створити фон (намалювати або наклеїти вирізками з журналів). Цей фон як правило буде відображати актуальні потреби.

Вправа «Моя унікальність».

На Землі немає двох однакових людей. Кожна людина є по-своєму унікальна. В психотерапевтичному контексті, усвідомлення власної унікальності дає змогу підвищити власну самооцінку. Ця вправа використовується в груповій та індивідуальній роботі.

Процедура виконання: На ватмані паперу пропонується викласти фото колаж, який би демонстрував Вашу унікальність. Якщо вправа проводиться в груповому форматі, то можна обговорити такі питання:

1. Які особливості є в моїй зовнішності та характері?
2. Як ці особливості відображені в колажі?
3. Яка передісторія цих фотографій?
4. Як сприймається вами такий колаж?

Вправа «Яким я тебе бачу...».

В цій вправі проектуються взаємини двох (чоловіка і жінки). За допомогою усвідомлення того, що ми вкладаємо в очікування від нашого партнера та прояснення цих очікувань та ролей відбувається система корекції взаємостосунків.

Процедура виконання: На ватмані паперу пропонується викласти фото колаж, який би демонстрував Ваше бачення партнера. Цю вправу корисно проводити в парах, тоді зразу йде корекція.

Як варіант придумати фон для фотографії (діагностика кольору) або захоплення людини (будуть зображені в фоні) Це про те, що людині потрібно, щоб проявити себе.

3. Підведення підсумків лабораторної роботи.

Література: [1; 3; 5; 6; 8; 9; 10]

Лабораторна робота № 5

Тема. Застосування арт-терапії з роботі різними групами клієнтів.

Мета: ознайомлення із особливостями використання методів арт-терапії у роботі з різними групами клієнтів, опрацювання технік та вправ з поєднанням зображувальної роботи з музикою, драмою та танцями.

Завдання:

- ознайомити студентів з особливостями використання методів арт-терапії у роботі з різними групами клієнтів;
- опрацювати техніки та вправи з поєднанням зображувальної роботи з музикою, драмою та танцями

Обладнання: Папір А3, А4, кольорові олівці, фарби, пензлики, клей, комп'ютер.

Вказівки щодо підготовки до заняття.

Під час підготовки до заняття слід звернути увагу на особливості застосування арт-терапії з різними групами клієнтів: арт-терапевтична робота з людьми літнього віку (індивідуальна та групова), арт-терапевтична робота з правопорушниками, арт-терапевтична робота з дітьми, що постраждали від внутрішньо сімейного насилля, арт-терапевтична робота з дітьми та підлітками в умовах школи, арт-терапевтична робота з сім'ями «групи ризику».

Хід роботи

1. Попередній контроль знань студентів.

2. Інструкція до виконання лабораторної роботи.

1. Студентам необхідно виконати вправу – поєднання зображувальної роботи з музикою – малювання під музику на листку великого формату (групова робота).

Група студентів ділиться на 3-4 підгрупи. Спочатку прослуховується весь твір, потім ще один раз і почати малювати, намагаючись передати свої враження від твору. Малюють на листку великого формату. Використовується матеріали за бажанням: кольорові олівці, фарби, кольорові крейди.

Музика, яка використовується є маловідомою, така, що передає різноманітні відтінки емоційних станів, а також твори Баха, Бетховена, симфонії Малера, Шнітке, деякі джазові твори, східна музика.

Після виконаної роботи підгрупи представляють свої роботи. Обговорення здійснюється за такими питаннями:

- 1) про що ваш малюнок?
- 2) які емоції ви переживали коли малювали?
- 3) чому ви використали саме такі кольори?

- 4) які емоції ви переживаєте зараз?
- 5) яка назва малюнку?

2. Студентам необхідно виконати вправу «Маски» – поєднання зображувальної роботи з драмою.

Студенти об'єднуються у пари. Пропонується намалювати таку маску, яку вони зараз хочуть. Після того вирізати ці намальовані маски.

Студенти розігрують сцену із масками (з позиції маски). Під час розігрування вони закривають лице маскою.

3. Студентам необхідно виконати вправу «Емоції» – поєднання зображувальної роботи з рухами, танцем.

Студенти об'єднуються у пари. Зображають мімікою та жестами різноманітні емоційні стани та ситуації.

Після того студенти передають викликані ними асоціації на малюнку або у скульптурі.

Після виконаної роботи пари представляють свої роботи. Обговорення здійснюється за такими питаннями:

- 1) про що ваш малюнок?
- 2) які емоційні стани або ситуації ви зобразили?
- 3) які емоції ви переживали коли малювали?
- 4) чому ви використали саме такі кольори?
- 5) які емоції ви переживаєте зараз?
- 6) яка назва малюнку?

4. Підведення підсумків лабораторної роботи.

Література: [1; 3; 5; 6; 9; 10]

Тести для самоперевірки

1. Поняття арт-терапії було введено:

- а) Маргарет Наумбург;
- б) Едіт Крамер;
- в) Адріаном Хіллом;
- г) Ханною Яксою Квятковскою.

2. Основною технікою арт-терапевтичного впливу є техніка:

- а) сновидінь;
- б) активної уяви;
- в) малювання;
- г) відпрацювання почуттів.

3. Основними напрямками в арт-терапії є:

- а) гештальторієнтована;
- б) поведінково орієнтована;
- в) динамічно орієнтована;
- г) когнітивно орієнтована.

4. Основна мета арт-терапії:

- а) акцентування уваги клієнта на відчуттях і почуттях;
- б) вивільнення позитивних та негативних почуттів клієнта;
- в) гармонізація внутрішнього стану клієнта.

5. Форма при якій клієнт використовує наявні твори мистецтва для створення своїх продуктів творчості:

- а) активна;
- б) пасивна;
- в) групова;
- г) змішана.

6. Системні зміни, що відбуваються на різних етапах арт-терапевтичного процесу можна розглядати на таких рівнях:

- а) соціальному;
- б) внутрішньо особистісному;
- в) когнітивному;
- г) міжособистісному;
- д) поведінковому.

7. Найбільш ранньою формою спеціалізованого приміщення для художніх занять є:

- а) кабінет-студія;
- б) кабінет для індивідуальної роботи;
- в) кабінет для групової інтерактивної роботи.

8. Спілкування арт-терапевта та клієнта відбувається в

- а) «робочій зоні»;
- б) «комунікативній зоні»;
- в) «чистій зоні».

9. Ефективність арт-терапії визначається:

- а) самим арт-терапевтом;
- б) спільно з асистентом;
- в) спільно з групою;
- г) оточенням клієнта.

10. Групову арт-терапію арт-терапевт проводить:

- а) не маючи досвіду групової психокорекційної роботи;
- б) за наявності досвіду групової психокорекційної роботи;
- в) за наявності досвіду індивідуальної психокорекційної роботи.

11. В проективному малюванні використовуються наступні методики (класифікація С. Кратохвіла):

- а) вільне малювання;
- б) комунікативне малювання;
- в) спільне малювання;
- г) доповнювальне малювання.

12. Способи роботи з готовими малюнками:

- а) демонстрація всіх малюнків одночасно;
- б) розбір кожного малюнку окремо;
- в) демонстрація кожного малюнку по черзі;
- г) розбір всіх малюнків по черзі.

13. Матеріали, що використовуються в процесі арт-терапії можна розділити на групи:

- а) безформенні матеріали;
- б) ручні матеріали;
- в) матеріали, що мають певну форму;
- г) предмети, що мають певну форму, які можна використовувати в якості матеріалів;
- д) зображувальні матеріали.

14. Для зниження тривоги з приводу надмірного привчання до чистоти застосовують:

- а) акварель і пастель;
- б) воскові крейди;
- в) «пальчикові фарби»;
- г) фломастери;
- д) прості та кольорові олівці.

15. Для вираження текучості та динаміки душевних процесів застосовують:

- а) акварель і пастель;
- б) воскові крейди;
- в) «пальчикові фарби»;
- г) фломастери;
- д) прості та кольорові олівці.

16. Клієнт боїться більш глибокого вираження власних переживань та відчуттів у тому випадку, коли використовує у арт-терапевтичному процесі:

- а) акварель і пастель;
- б) воскові крейди;
- в) «пальчикові фарби»;
- г) фломастери;
- д) прості та кольорові олівці.

17. Можна допустити про якісь перепони емоційного вираження клієнта при використанні:

- а) акварелі і пастелі;
- б) воскових крейд;
- в) фломастерів;
- г) простого олівця;

д) кольорових олівців.

18. Поняття Мандали в зарубіжну психологію було внесено:

- а) Адріаном Хіллом;
- б) Маргарет Наумбург;
- в) Карлом Юнгом;
- г) Мелані Кляйн.

19. Кольором чистої свідомості, джерелом гармонії і романтики, життєвих імпульсів, веселощів є:

- а) голубий колір;
- б) зелений колір;
- в) синій колір;
- г) фіолетовий колір.

20. Клієнти, що бояться непередбачуваної сторони безсвідомого найкраще виражають себе в формі та кольорі за допомогою:

- а) акварелі і пастелі;
- б) воскових крейд;
- в) «пальчикових фарб»;
- г) фломастерів;
- д) кольорових олівців.

21. Що не є основними прийомами роботи з казкою:

- а) аналіз;
- б) розповідання;
- в) переписування;
- г) постановка казок з допомогою ляльок;
- д) складання казок;
- е) перечитування.

22. Принципами психологічного аналізу казок є:

- а) безумовного прийняття внутрішнього світу клієнта;
- б) безоцінкового ставлення;
- в) об'єктивності;
- г) результативності;
- д) активності.

23. Що не є ключовими характеристиками казки:

- а) енергоінформаційне поле;
- б) основна тема;
- в) міжособистісні стосунки;
- г) лінія головного героя;
- д) символічне поле.

24. Особлива енергія казки, яка залишає у слухача певні відчуття, почуття, думки і враження є:

- а) енергоінформаційне поле;
- б) основна тема;
- в) сюжет;
- г) лінія головного героя;
- д) символічне поле.

25. Ідея, що пронизує весь сюжет казки, відображаючи актуальні життєві цінності, потреби, найбільш значиме на даний момент є

- а) енергоінформаційним полем;
- б) основною темою;
- в) сюжетом;
- г) лінією головного героя;
- д) символічним полем.

26. Актуальне самовідчуття і прагнення автора:

- а) енергоінформаційне поле; б) основна тема;
в) сюжет; г) лінія головного героя;
д) символічне поле.

27. Інформація про внутрішній світ клієнта, що зашифрована в образах та символах це:

- а) енергоінформаційне поле; б) основна тема;
в) сюжет; г) лінія головного героя;
д) символічне поле.

28. При роботі з сюжетом казки звертається увага на наступні моменти:

- а) оригінальність сюжету; б) поведінку героїв;
в) жанрову форму; г) послідовність казкових подій;
д) кінець казки.

29. Основна тема казки може бути представлена на рівнях:

- а) ціннісному та ментальному; б) уявному та фантастичному;
в) емоційному та вітальному; г) реалістичному та подієвому.

30. Розуміння, ступінь осмислення автором подій, що покладено в основу сюжету казки є рівнем:

- а) ціннісним; б) ментальним;
в) емоційним; г) вітальним.

31. Проявлені в казці загальні життєві цінності це рівень:

- а) ціннісний; б) ментальний;
в) емоційний; г) вітальний.

32. Якість чуттєво-змістового переживання основної теми представлено на рівні:

- а) ціннісному; б) ментальному;
в) емоційному; г) вітальному.

33. Ступінь задоволеності автора у зв'язку з актуалізацією основної теми казки представлено на рівні:

- а) ціннісному; б) ментальному;
в) емоційному; г) вітальному.

34. Головний герой казки – це образ автора:

- а) реальний; б) уявний;
в) ідеальний; г) фантастичний.

35. За вчинками героя і характеру впливу на нього інших персонажів визначаються:

- а) мотиви вчинків головного героя;

- б) стосунки з оточуючим світом;
- в) ставлення до себе;
- г) образ цілей.

36. Ідея використання піску в грі з хворими і психічно неблагополучними дітьми вперше було реалізовано:

- а) Меріон Чейз;
- б) Маргарет Ловенфельд;
- в) Труді Шуп;
- г) Дорою Кальфф.

37. Юнганіанівську пісочницю в 1950-их роках почала розробляти:

- а) Меріон Чейз;
- б) Маргарет Ловенфельд;
- в) Труді Шуп;
- г) Дора Кальфф.

38. Дора Кальфф в основу свого підходу до піскової терапії поклала теорію:

- а) З. Фрейда;
- б) А. Адлера;
- в) К.Г. Юнга;
- г) Е. Берна.

39. Піскову терапію неможна застосовувати тоді, коли:

- а) клієнт сильно опирається пісковій терапії;
- б) не хоче спілкуватися;
- в) рівень довіри між психологом та клієнтом є недостатньо високим;
- г) клієнт є надмірно збудливим.

40. Об'єкт є тим, чим називає його клієнт визначається на наступному рівні аналізу пісочниці:

- а) першому;
- б) другому;
- в) третьому;
- г) четвертому.

41. Функціональне значення предмету визначається на наступному рівні аналізу пісочниці:

- а) першому;
- б) другому;
- в) третьому;
- г) четвертому.

42. Символічне значення об'єкту визначається на наступному рівні аналізу пісочниці:

- а) першому;
- б) другому;
- в) третьому;
- г) четвертому.

43. Ключовими характеристиками піскових картин є:

- а) енергоінформаційне поле та основна ідея;
- б) сюжет (сюжети) та конфліктний зміст;
- в) внутрішній конфлікт та ядро картини;
- г) ресурсний зміст та символічне поле.

44. Актуальні життєві цінності, потреби, «зона найближчого розвитку» автора відносяться до наступної ключової характеристики піскової картини:
а) енергоінформаційне поле; б) основна ідея;
в) конфліктний зміст; г) ресурсний зміст;
д) символічне поле.
45. Інформація про внутрішній світ клієнта, що зашифрована в образах та символах є наступною ключовою характеристикою піскової картини:
а) енергоінформаційним полем; б) основною ідеєю;
в) конфліктним змістом; г) ресурсним змістом;
д) символічним полем.
46. Американська музикотерапія має
а) глибинну орієнтацію;
б) емпірико-клінічну орієнтацію;
в) гештальторієнтований напрямок;
г) трансактну орієнтацію.
47. Ефективними є комбінації групової музикотерапії та:
а) індивідуальні психотерапевтичні бесіди;
б) ізотерапія; в) казкотерапія;
г) маскотерапія; д) глинотерапія.
48. Усвідомлення власного тіла, створення його позитивного образу, розвиток навичок спілкування, дослідження почуттів і набуття навичок групового досвіду є метою:
а) музикотерапії; б) піскової терапії;
в) танцювальної терапії; г) фототерапії.
49. Що не є функцією танцювальної терапії:
а) психофізіологічна; б) спілкування;
в) внутрішньоособистісна; г) соціально-психологічна;
д) соціокультурна.
50. Перехід танцю в терапевтичну модальність здійснено:
а) Меріон Чейзом; б) Адріан Хіллом;
в) Вільгельмом Райхом; г) Труді Шуп.

Ключі до тестів:

1в, 2б, 3а, 4в, 5г; 6а,б,г; 7а; 8в; 9б,в; 10в; 11в; 12а,б; 13а,в,г; 14в; 15а; 16г;
17г; 18в; 19а; 20б; 21е; 22а,в,г; 23в; 24а; 25б; 26г; 27д; 28а,в,г; 29а,в; 30б;
31а; 32в; 33г; 34а,в; 35б; 36б; 37г; 38в; 39а,в,г; 40а; 41б; 42в; 43а,б,г; 44б;
45д; 46б; 47а,б,в; 48в; 49в; 50а.

Список літератури **Основна література**

1. Арт-терапия. / [Сост. и общая ред. А.И. Копытина]. – СПб.: Питер, 2001. – 320 с.
2. Бернацька О. Арт-терапія у вихованні самостійності підлітків/ О.Бернацька. – Редакції загальнопедагогічних газет, 2012
3. Вознесенська О. Арт-терапія в роботі практичного психолога. Використання арт-технологій в освіті/ О.Вознесенська, Л.Мова. – Шкільний світ, 2007
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Основы сказкотерапии. / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева – СПб.: Речь, 2006. – 176 с.
5. Киселёва М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. / М.В. Киселёва – Речь, 2007. – 336 с.
6. Підлипна Л. Мистецтво терапії. / Л. Підлипна – Івано-Франківськ, 2009. – 151 с.
7. Сакович Н.А. Технология игры в песок. Игры на мосту. / Н.А. Сакович – СПб.: Речь, 2008. – 176 с.
8. Роговик Л. Психологія танцю. / Л. Роговик – Главник, 2007. – С. 304.
9. Терлецька Л. Психокорекція засобами малюнку. / Л. Терлецька – К.: Главник, 2007. – С. 144.
10. Яценко Т.С. Арт-терапевтичні технології в роботі психолога / Т.С. Яценко, І.В. Калачник, І.О. Чернуха. – К.: Марич, 2009. – 68 с.

Допоміжна

1. Андрейчин С.Р. Система впровадження арт-методів у роботу практичного психолога / Практична психологія та соціальна робота. – № 5 за 2009. – С. 13 – 19.
2. Васина Е. Арт-альбом для семейного консультирования. Детский. / Е.Васина, А. Барыбина – СПб. : Речь, 2006. – 24 с.
3. Васина Е. Арт-альбом для семейного консультирования. Взрослый. / Е.Васина, А.Барыбина – СПб. : Речь, 2006. – 24 с.
4. Горбатова Е.А. Теория и практика психологического тренинга : учеб. пособ. / Е.А. Горбатова – СПб. : Речь, 2008. – 320 с.
5. Грегг М.Ф. Тайный мир рисунка. / М.Ф. Грегг – СПб. : Деметра, 2003. – 176с.
6. Гудман Р. Обсуждение и создание детских рисунков // Практикум по арт-терапии / Под ред. А.И. Копытина. – СПб. : Питер, 2000.
7. Диагностика в арт-терапии: Метод «Мандала» / Под ред.. А.И. Копытина. – М. : Психотерапия, 2009. – 2-е изд., испр. – 144 с.
8. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Основы сказкотерапии. / Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева – СПб. : Речь, 2006. – 176 с.
9. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Формы и методы работы со сказками. / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева – СПб. : Речь, 2006. – 240 с.

10. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству. Теория и практика сказкотерапии. / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева – СПб., 1998.
11. Колошина Т.Ю. Арт-терапевтические техники в тренинге: характеристики и использование. Практическое пособие для тренера. / Т.Ю. Колошина, А.А. Трусъ. – СПб.: Речь, 2010. – 189 с.
12. Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков. / А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская. – М. : «Когито-Центр», 2007. – 197 с.
13. Копытин А.И. Тренинг по фототерапии. / А.И. Копытин – СПб. : Речь, 2003. – 96 с.
14. Копытин А.И. Руководство по групповой арт-терапии. / А.И. Копытин – СПб. : Речь, 2003. – 320 с.
15. Оруджова Ж.А. Створення казки або казкова арт-терапія. / Ж.А. Оруджова – К. : Марич, 2009. – 92 с.
16. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. / А.А. Осипова – М. : ТЦ Сфера, 2002. – 512 с.
17. Практикум по арт-терапии / Под ред. А. И. Копытина. – СПб. : Питер, 2001. – 448 с.
18. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / Под общей ред. Битяновой М.Р.. – СПб. : Питер, 2006. – 304 с.
19. Тренинг по арт-терапии / Под ред. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой. – СПб. : Речь, 2006. – 176 с.
20. Тренинг по сказкотерапии / Под ред. Т.Д. Зинкевич-Евстигнеевой. – СПб.: Речь, 2007. – 176 с.
21. Фізер Л.І. Подорож до внутрішнього світу стежинкою творчості. Арт-техніки та методи творчого самовираження у корекційно-розвиваючій роботі. / Л.І. Фізер – Ужгород, 2012. – 101 с.

Навчально-методичне видання

Методичні вказівки до проведення лабораторних робіт з дисципліни
«Арт-терапія» для студентів денної форми навчання напрямку підготовки
6.030103 «Практична психологія» ОКР «Бакалавр».

Видруковано у редакційно-видавничому центрі МДУ
89600 Закарпатська обл., м. Мукачево,
вул. Ужгородська, 26
Тел. 2-11-09