

ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
МІНІСТЕРСТВА ОСВІТИ І НАУКИ, МОЛОДІ ТА СПОРТУ УКРАЇНИ

ТЕХНОЛОГІЇ АРТ-ТЕРАПІЇ В РОБОТІ ПСИХОЛОГА

МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ
ДЛЯ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Схвалено на засіданні кафедри педагогіки та психології освітньої діяльності

Протокол № ____ від « ____ » _____ 2012 р.

Завідувач кафедри

_____ к. психол. н., доц. Губа Н.О.

Запоріжжя
2012

ТЕМАТИКА ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Модуль I. Теоретичні основи арт-терапії.

Тема 1. Обґрунтування ефективності арт-терапії.

Основні поняття теми: функції арт-терапії, діагностика, корекція, терапія, метафоричність, тріадичність, ресурсність.

1. Терапевтичний потенціал арт-терапії.
2. Корекційні можливості арт-терапії.
3. Діагностика в арт-терапії.

Література: основна – 1, 2, 6, 8, 15; додаткова – 1, 18.

Тема 2. Галузі застосування арт-терапії.

Основні поняття теми: клієнт арт-терапевта, учасник арт-терапевтичного процесу, хвороба, залежність, навчання, виховання, арт-терапевтичний потенціал, середовище фасилітації, сублимація, інтеріоризація.

1. Арт-терапія в роботі з дітьми та підлітками.
2. Використання арт-терапії в лікуванні залежностей.
3. Арт-терапія в роботі з хворими.
4. Використання арт-терапевтичних методик у роботі з сім'єю.
5. Навчальний та виховний потенціал арт-терапії.
6. Нові напрями арт-терапевтичних досліджень.

Література: основна – 1, 6, 7, 8, 9, 15; додаткова – 1, 5, 6, 9, 17.

Модуль 2. Практичні аспекти використання арт-терапевтичних методик і технік.

Тема 3. Особливості використання ізотерапії в роботі психолога.

Основні поняття теми: ізотерапія, зображальне мистецтво, матеріали в ізотерапії, подукт творчості, вільна активність, творча робота, дистанціювання, вербалізація, проєктивний малюнок, вільне малювання, комунікативне малювання, спільне малювання, доповнююче малювання, медитативний малюнок, мандала, монотипія.

1. Техніки для знайомства з матеріалами.
2. Техніки для дослідження широкого кола проблем і переживань клієнтів.
3. Техніки для дослідження системи взаємостосунків, образу «Я».
4. Техніки для парної роботи, роботи в малих групах та із родиною.

Література: основна – 1, 4, 6, 11, 12, 13; додаткова – 1, 3, 7, 8, 10, 12, 15, 16, 19.

Тема 4. Теорія та практика казкотерапії.

Основні поняття теми: казка, казкотерапія, метафора, міф, виховання, діагностика, корекція, розвиток, творчий потенціал, самореалізація, самоактуалізація, ресурсний потенціал, «внутрішня дитина», терапевтична метафора, терапевтична казка, психологічна казка, психокорекційна казка, медитативна казка.

1. Розповідання казок.
2. Групове та індивідуальне створення казки.
3. Аналіз казок.
4. Малювання казок («Карта казкової країни», «Острів скарбів»).
5. Інсценізація казок.
6. Медитації на казку та імідж-терапія.

Література: основна – 3, 5, 6; додаткова – 2, 3, 9, 13, 16.

Тема 5. Специфіка застосування музикотерапії.

Основні поняття теми: музика, звук, музикотерапія, активна музикотерапія, рецептивна музикотерапія, ерготропна музика, трофотропна музика.

1. Психологічні механізми музично-творчого самовираження.
2. Терапевтичний потенціал рецептивної музикотерапії.
3. Форми та техніки активної музикотерапії.
4. Особливості роботи з музичними інструментами.
5. Сфери застосування музикотерапії.

Література: основна – 1, 6, 7, 8, 9, 11, 15; додаткова – 13, 20.

Тема 6. Танцювально-рухова терапія (ТРТ) в роботі психолога.

Основні поняття теми: танець, рух, танцювально-рухова терапія, аутентичний рух, терапевтичний танець, танцювальна імпровізація, руховий репертуар, психотілесна чутливість, кінестетична емпатія.

1. Історія виникнення та розвитку ТРТ.
2. Динаміка терапевтичного процесу в ТРТ.
3. Основні техніки й методики в ТРТ.
4. Аутентичний рух. Аналіз рухів та мови тіла в контексті пізнання особистості.
5. Принципи безпечного застосування ТРТ на рівні терапевтичного танцю.

Література: основна – 1, 6, 7, 8, 9, 11, 15; додаткова – 14, 20.

Тема 7. Творчий потенціал арт-терапії.

Основні поняття теми: мультимодальний підхід, інтеграція, перформанс, ритмотерапія, фототерапія, міфодрама, бібліотерапія, вокалотерапія, драматерапія, Плейбек-театр, наратив, арт-терапевт.

1. Мультимодальний підхід та інтеграція різних видів арт-терапії.
2. Інноваційні арт-технології: перформанс, ритмотерапія, фототерапія, міфодрама, бібліотерапія, вокалотерапія, драматерапія, Плейбек-театр, техніки наративу.
3. Особливості створення арт-терапевтичних програм.
4. Особистісна та професійна компетентність арт-терапевта.

Література: основна – 1, 8, 13, 14; додаткова – 1, 2, 13, 17.

МЕТОДИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

Під час проведення практичних занять окрім традиційного усного чи письмового опитування студентів можуть використовуватись інші нетрадиційні види робіт. Охарактеризуємо їх докладніше.

1. Перегляд та подальше обговорення навчальних фільмів: «Правила ефективного спілкування», «Чарівні фарби», «Імідж-терапія», «Казки на піску».

2. Робота у підгрупах зі створення колажів.

Поняття «колаж» походить від французького слова «наклеювати». Ця техніка являє собою створення образного зображення на певну тематику шляхом процес приклеювання на основу фотографій, журнальних та газетних вирізок, листівок, плакатів тощо. Використання техніки колажу є гарним способом узагальнення теоретичного матеріалу та здобутого досвіду роботи. Безумовною її перевагою є, на думку В. Кокоренко, те, що вона дає можливість кожному учаснику досягти успішного кінцевого результату, підвищуючи тим самим

самооцінку та сприяючи формуванню установки на подальшу діяльність. Ця техніка також вчить особистість вільно виражати власні думки, ідеї та погляди на певну тематику. Крім цього, створення групового колажу сприяє розвитку згуртованості групи, толерантності до відмінностей, розвитку творчого потенціалу, підвищення самооцінки тощо. У підготовці майбутніх фахівців ми пропонуємо використовувати техніку колажу в аудиторній груповій самостійній роботі з метою підбиття підсумків, а також для надання майбутнім психологам можливості вільного вираження власних думок та почуттів. Після створення колажу в міні-групах обов'язково відбувається його представлення всій групі та оцінювання. Оцінювання може проводитись викладачем, групою експертів (обраною з представників кожної міні-групи) або всією студентською групою. У процесі оцінювання слід враховувати такі обов'язкові компоненти колажу, як відповідність обраній темі, ступінь висвітленості теми, естетичність виконання, оригінальність, якість презентації групі тощо.

3. Тренінгові вправи:

1. «Постановка цілей».

Ця вправа виконується на першому занятті з метою актуалізації цілей студентів в оволодінні предметом.

Вправа передбачає три кроки:

- 1) Визначення цілей оволодіння курсом.
- 2) Визначення бажаної кількості балів, які студент планує отримати за результатами вивчення курсу.
- 3) Визначення конкретних завдань та кроків досягнення поставлених цілей.
- 3) Визначення «нагороди» за досягнення поставлених цілей.

2. «Знайомство».

Ця вправа спрямована на знайомство викладача зі студентами, та більш глибоке знайомство студентів одне з одним.

Кожен студент по черзі має назвати своє ім'я (повне або скорочене) і один прикметник, який би його характеризував і починався на таку саму букву. У тому випадку, якщо студент сам не може добрати собі характеристику, йому може допомогти група.

3. «Бар'єри спілкування»

Орієнтовний час виконання – 20 хв.

Студентам діється завдання протягом 5 хв. написати ті бар'єри, які вони відчувають у міжособистісному спілкуванні. Після цього студенти об'єднуються у підгрупи (по 5-7 осіб) і виділяють найтипівіші бар'єри. Далі по одному з представників підгруп оголошують «свій» набір бар'єрів і відбувається остаточне обговорення, результатом якого має стати список найбільш типових бар'єрів міжособистісного спілкування.

4. «Подолання бар'єрів спілкування»

Орієнтовний час виконання – 20 хв.

Студентам діється завдання протягом 5 хв. описати можливі способи подолання визначених у попередній вправі бар'єрів спілкування. Після цього студенти об'єднуються у підгрупи (по 5-7 осіб) і виділяють найефективніші способи подолання бар'єрів у спілкуванні. Далі по одному з представників підгруп оголошують «свій» набір шляхів подолання бар'єрів і відбувається остаточне обговорення, результатом якого має стати список найбільш ефективних шляхів подолання бар'єрів міжособистісного спілкування.

5. «Створення казки»

Орієнтовний час виконання – 40 хв.

Студенти отримують завдання написати певного виду казку.

Дидактичні та виховні казки створюються для того, щоб в образній, легкій для засвоєння дитиною формі пояснити навчальний матеріал чи провести з дитиною виховну роботу. Важливою умовою при цьому є те, що всі абстрактні поняття (цифри, букви, арифметичні дії, якості тощо) стають «живими» казковими героями, які переживають певні казкові фантастичні події.

Алгоритм створення дидактичної та виховної казки:

- введення до казкової країни, де проживає герой. Розповідь про особливості життя в цій країні, тамтешніх звичаях тощо;
- виникнення небажаної ситуації. У якості причин виникнення цієї ситуації можуть виступати казкові персонажі, одухотворені якості, стихійні лиха, важкий емоційний стан тощо;
- звернення до дитини: допомогти вирішити цю ситуацію просять дитину шляхом вирішення цілого ряду «казкових» завдань. Перед цим доцільно звернути увагу дитини на ті її позитивні конструктивні якості та здібності, які допоможуть їй подолати труднощі;
- досягнення успіху.

Психокорекційні казки призначені для не директивного впливу на поведінку дитини. Найбільш ефективними вони є у випадку корекції небажаної або неконструктивної поведінки дитини віком до 11-13 років.

Алгоритм психокорекційної казки:

- добір героя схожого на дитину за віком, статтю, характером, життєвими обставинами тощо (але схожість не повинна бути занадто явною);
- описання життя героя у казковій країні, схоже на життя самої дитини;
- занурення героя у проблемну ситуацію (схожу на ситуацію, яка виникла у дитини) і приписування герою реальних та передбачуваних переживань дитини;
- описання процесу виходу героя із ситуації, що склалася. Йому у цьому можуть допомагати або заважати різні персонажі, які уособлюють те, що заважає або може допомогти дитині в її реальному житті. Основним завданням на цьому етапі є показ через казкові події ситуації з різних

сторін, пошук альтернативних шляхів її вирішення, пошук позитивних сторін ситуації тощо;

- головний герой з честю виходить із ситуації.

5. Вправа для саморегуляції «Дерево».

1) Тренер пропонує учасникам уявити собі дерево, після чого починає ставити питання, а учасники мають дати на них відповіді у своїй уяві: Яке це дерево? Де воно росте? Високе воно чи ні? Яка пора року? День або ніч? Запахи, звуки, відчуття?

2) Після того, як учасники уявили собі кожен своє дерево, тренер пропонує учасникам відчувати, як кожен із них підходить до «свого» дерева, проводить рукою по його стовбуру, обіймає його і ... входить в нього, стає цим деревом. Як бути цим деревом? Що і як кожен відчуває в цій ролі? Чи глибоко йде в землю коріння? Чи густа крона? Чи стійке дерево стоїть? Чи умиває його дощ? Чи гріє його сонце? Чи дає земля точку опори?

3) Після того, як учасники закінчили вправу, слідує обговорення в групі результатів візуалізації.

6. «Коло».

Мета цієї вправи – самоаналіз різних сфер життєдіяльності особистості. Студенти мають спільно обрати 6 – 8 найважливіших сфер своєї життєдіяльності (наприклад, духовна, інтелектуальна, емоційна, фізична, соціальна, професійна, психологічна тощо). Після цього, кожен студент на листку паперу малює коло діаметром приблизно 10 см і ділить це коло на стільки рівних секторів, скільки сфер життєдіяльності було обрано. Кожен сектор відповідатиме за певну сферу діяльності. Кінець та початок кожного сектору слід позначити так, щоб біля центру кола зібралися назви, що вказують на «-», а на відстані від нього – «+»:

Духовна сфера («-» не активний – «+» активний)

Інтелектуальна сфера (не ерудований - ерудований)

Емоційна сфера (нестабільний - стабільний)

Фізична сфера (нездоровий - здоровий)

Професійна сфера (незадоволений - задоволений)

Психологічна сфера (неадаптований - адаптований)

Завдання студентів полягає в тому, щоб заповнити (замалювати) кожен сектор наскільки, наскільки вони задоволені розвитком тієї чи іншої сфери їх життєдіяльності. Після того, як усі сектори заповнені, можна попросити студентів порівняти отриманий малюнок із колесом і відповісти на ряд запитань:

- чи здатне таке колесо «їхати» і що заважає його «пересуванню»;
- які зі сфер життєдіяльності розвинені недостатньо і що можна зробити, щоб поліпшити становище;
- у якому аспекті ви відчуваєте себе найкраще, як це можна використати для покращення інших аспектів;
- що ви відчуваєте стосовно результату роботи;

4. Написання есе на тему: «Для мене арт-терапія – це...».

Вимоги до есе:

- приблизний обсяг – 300 слів;
- повне розкриття теми есе;
- висловлення власних думок та переконань.

5. Проведення арт-терапевтичних методик відповідно до тем, що вивчаються.

Форми й методи контролю

У процесі вивчення дисципліни контроль за виконанням самостійної роботи здійснюється в таких формах:

1. Поточний контроль: поточний контроль здійснюється під час практичних занять з метою перевірки рівня підготовки студентів з кожної теми навчальної дисципліни. Він може здійснюватися шляхом усного чи письмового опитування, проведення вільної дискусії, виступу-презентації, розв'язання тестових завдань тощо (див. табл.1).

Таблиця 1

Критерії оцінювання виконаної самостійної роботи

	Критерії та показники оцінки навчально-пізнавальної діяльності студентів	Кількість балів	Загальна кількість балів
Виступ на практичному занятті	➤ вільне володіння матеріалом, його переказ	1	5 балів
	➤ пояснення головних понять, наведення прикладів	1	
	➤ взаємодія з аудиторією, вміння ставити питання (питання проблемного характеру, на роздум, на кмітливість)	1	
	➤ використання наочності (роздаткових матеріалів, малювання на дошці, плакати)	1	
	➤ вміння робити висновки	1	
Доповнення на практичному занятті	➤ вільне володіння матеріалом, його переказ	1	5 балів
	➤ пояснення головних понять, наведення прикладів	1	
	➤ взаємодія з аудиторією, вміння ставити питання (питання проблемного характеру, на роздум, на кмітливість)	1	
	➤ вміння робити висновки	1	
	➤ використання матеріалів додаткової літератури, їх аналіз та рекомендація студентам	1	
Виступ-презентація на практичному занятті	1. висвітлення усіх питань	1	7 балів
	2. вільне володіння матеріалом, його переказ	1	
	3. схематичність побудови відповіді на кожне питання.	1	
	4. посилання на літературу	1	
	5. вираження власного ставлення до питань, що висвітлюються	1	
	6. доцільність використаних фотографій та малюнків	1	
	7. взаємодія з аудиторією, вміння ставити питання (питання проблемного характеру, на роздум, на кмітливість)	1	
Робота на практичному занятті	Групова або індивідуальна робота на практичному занятті оцінюється в залежності від змісту завдання	0-5	5 балів
Самостійна	➤ висвітлення усіх питань (у письмовому вигляді	1	

робота (конспект)	від руки)		5 балів
	➤ виділення та пояснення базових понять	1	
	➤ детальність відповіді на кожне питання	1	
	➤ посилення на літературу	1	
	➤ висловлення власного ставлення до питань, що висвітлюються, або формулювання висновків.	1	

2. Підсумковий контроль: підсумковий контроль проводиться з метою оцінки результатів навчання студентів за семестр: протягом семестру – модульний контроль; семестровий – у формі заліку.

3. Контроль залишкових знань проводиться в наступному семестрі у формі ректорських контрольних робіт за спеціальним завданням для.

ЛІТЕРАТУРА

Основна:

1. Арт-терапия / [ред. и сост. А.И.Копытин]. – СПб. : Речь, 2001. – 150 с.
2. Бурно М.Е. Терапия творческим самовыражением / Бурно М.Е. – М. : Академический проект, 1999. – 364 с.
3. Вачков И.В. Арт-терапия. Развитие самопознания через психологическую сказку / Вачков И.В. – М. : Ось-89, 2007. – 144 с.
4. Диагностика в арт-терапии. Метод «Мандала» / [ред. А.И.Копытин]. СПб. : Речь, 2002. – 144 с.
5. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Путь к волшебству, Теория и практика сказкотерапии / Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. – СПб. : Златоуст, 1998. – 300 с.
6. Киселева М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе / Киселева М.В. – СПб. : Речь, 2007. – 336 с.
7. Кокоренко В.Л. Арт-технологии в подготовке специалистов помогающих профессий / Кокоренко В.Л. – СПб. : Речь, 2005. – 112 с.
8. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии / Копытин А.И. – СПб. : Речь, 2003. – 256 с.
9. Копытин А.И. Системная арт-терапия / Копытин А.И. – СПб. : Питер, 2001. – 216 с.
10. Короп И. Законы Радости. Исцеление словом и музыкой / Короп И. – М. : Открытый Мир, 2008. – 56 с.
11. Лебедева Л.Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика / Лебедева Л.Д. – СПб. : Речь, 2003. – 254 с.
12. Остер Дж. Рисунок в психотерапии / Дж. Остер, П. Гоулд. – М. : Генезис, 2000. – 192 с.
13. Практикум по арт-терапии / [ред. А.И.Копытин]. – СПб. : Питер, 2001. – 448 с.
14. Пурнис Н.Е. Арт-терапия. Аспекты трансперсональной психологии / Пурнис Н.Е. – СПб. : Речь, 2008. – 224 с.
15. Сусанина И. Введение в арт-терапию / Сусанина И. – М. : Когито-Центр, 2007. – 95 с.

Додаткова:

1. Будза А. Арт-терапия: Йога внутреннего художника / Будза А. – М. : Феникс, 2006. – 317 с.
2. Дрешер Ю.Н. Библиотерапия, теория и практика: учебное пособие / Дрешер Ю.Н. – М. : Профессия, 2007. – 272 с.
3. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Психодиагностика через рисунок в сказкотерапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, Д.Б. Кудзилов. – СПб. : Речь, 2006. – 144 с.
4. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Психотерапия зависимостей: метод арт-терапии / Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. – СПб. : Речь, 2002. – 224 с.
5. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми / Киселева М.В. – СПб. : Речь, 2008. – 160 с.
6. Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков / А.И. Копытин, Е.Е. Свистовская. – М. : Когито-Центр, 2007. – 197 с.
7. Копытин А.И. Тест "Нарисуй историю" / Копытин А.И. – СПб. : Речь, 2003. – 80 с.
8. Королева З. Говорящий рисунок: 100 графических тестов / Королева З. – Екатеринбург : У-Фактория, 2006. – 304 с.
9. Короткова Л.Д. Сказкотерапия для дошкольников и младшего школьного возраста / Короткова Л.Д. – СПб. : Речь, 2001. – 225 с.
10. Кузьмина Е. Р. Нарисуй мне о себе: практическая психология для взрослых и детей / Кузьмина Е. Р. – М. : Когелет, 2001. – 48 с.
11. Лановой В.Е. Метод «Напишите рассказ». Диагностика, терапия и прогноз / Лановой В.Е. – СПб. : Речь, 2006. – 198 с.

12. Лебедева Л. Д. Энциклопедия признаков и интерпретаций в проективном рисовании и арт-терапии / Л.Д. Лебедева, Ю.В. Никонорова, Н.А. Тараканова. – СПб. : Речь, 2006. – 336 с.
13. Назарова Л. Фольклорная арт-терапия / Назарова Л. – СПб. : Речь, 2002. – 224 с.
14. Никитин В. Пластикодрама: Новые направления в арт-терапии / Никитин В. – М. : Когито-Центр, 2003. – 183 с.
15. Копытин А.И. Тест «Нарисуй историю» / Копытин А.И. – СПб. : Речь, 2003. – 80 с.
16. Потёмкина О. Ф. Психологический анализ рисунка и текста / О. Ф. Потёмкина, Е. В. Потёмкина. – СПб. : Речь, 2005. – 524 с.
17. Пурнис Н.Е. Арт-терапия в развитии персонала / Пурнис Н.Е. – СПб. : Речь, 2008. – 176 с.
18. Рудестам К. Групповая психотерапия / Рудестам К. – СПб. : Питер, 2000. – 384 с.
19. Сельченко К.В. Новейшая цветопсихология / Сельченко К.В. – М. : Харвест, 2007. – 672 с.
20. Черемнова Е.Ю. Танцетерапия. Танцевально-оздоровительные методики / Черемнова Е.Ю. – М. : Феникс, 2008. – 144 с.