

**ПРИВАТНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«МІЖНАРОДНИЙ ЕКОНОМІКО-ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ АКАДЕМІКА СТЕПАНА ДЕМ'ЯНЧУКА»**

**ПЕДАГОГІЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ**

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ВК 3.1 АРТ-МЕТОДИ В РОБОТІ ПСИХОЛОГА

Рівень вищої освіти:	другий (магістерський) рівень
Галузь знань:	С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини»
Спеціальність:	С4 «Психологія»
Освітня програма:	«Психологія»

Робоча програма з навчальної дисципліни «Арт-методи в роботі психолога» для студентів другого (магістерського) рівня вищої освіти за освітньою програмою «Психологія» спеціальністю С4 «Психологія» галузі знань С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини»

Розробник: к.психол.н., доцент Михальчук Ю.О.

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри психології

Протокол № 1 від «27» серпня 2026 року

Завідувач кафедри,
к.психол.н., доцент

(підпис)

(Михальчук Ю.О.)

(прізвище та ініціали)

Робочу програму погоджено з гарантом освітньої програми «Психологія»

Гарант освітньої програми,
к.психол.н, доцент

(підпис)

(Михальчук Ю.О.)

(прізвище та ініціали)

Схвалено навчально-методичною комісією педагогічного факультету

Протокол № 1 від «28» серпня 2026 року

Голова НМК

(підпис)

(Сойко І.М.)

(прізвище та ініціали)

1.Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів 4	Галузь знань: С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини	Вибірковий освітній компонент	
Загальна кількість годин - 120	Спеціальність: С4 Психологія ОП Психологія Рівень вищої освіти: другий (магістерський)	Рік підготовки:	
		1-й	1-й
		Семестр	
		2-й	2-й
		Лекції	
		20- год.	8- год.
		Практичні, семінарські	
		20- год.	8- год.
		Самостійна робота	
		80 год.	104 год.
		Вид контролю: залік	

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Вивчення навчальної дисципліни «Арт-методи в роботі психолога» важливе для психологів, оскільки цей напрям забезпечує ефективні засоби психологічної підтримки, допомагає в самовираженні та корекції психоемоційного стану людей різного віку. Арт-терапевтичні методи дозволяють працювати не лише через мовлення, а й через творчість, що особливо важливо при роботі з дітьми, підлітками, людьми, які пережили травматичний досвід, а також клієнтами, яким важко висловити свої переживання словами, адже арт-терапія пропонує різноманітні методи психологічної допомоги, такі як малювання, ліплення, музикальна терапія та інші, що дозволяють індивідуалізувати підхід до клієнта, тоді як творчі продукти клієнта допомагають психологу краще зрозуміти його психоемоційний стан і внутрішні конфлікти.

Арт-терапія є дієвим методом у зниженні рівня тривожності, подоланні страхів, розвитку емоційної саморегуляції. Арт-терапія – є універсальним методом психологічної допомоги, допомагає в роботі з різними віковими групами та використовується при роботі з дітьми, дорослими, людьми похилого віку та сім'ями. Арт-терапія допомагає клієнтам, яким важко говорити про свої переживання, адже через творчість людина може безпечніше виразити свої емоції та думки. Арт-терапія стимулює уяву і креативність клієнта, сприяє розвитку творчого потенціалу. Методи арт-терапії сприяють емоційному розвантаженню та відновленню внутрішніх ресурсів. Вивчення арт-терапії допомагає майбутнім психологам оволодіти сучасними технологіями в психотерапії та аналізом творчих робіт.

Мета: оволодіння сучасними фахівцями – психологами застосуванням арт-технік у груповій та індивідуальній психологічній роботі, в тому числі, з особами, що переживають тривматичні події та кризові стани.

Завдання: ознайомити практичних психологів із використанням арт-технік в роботі з особистісними, мотиваційними та соціальними проблемами клієнтів, формами їх творчого самовираження.

Після вивчення дисципліни здобувачі вищої освіти: набувають здатності застосовувати знання у практичних ситуаціях; здійснювати практичну діяльність (тренінгову, психотерапевтичну, консультаційну, психодіагностичну) з використанням науково верифікованих методів та технік; приймати фахові рішення у складних і непередбачуваних умовах, адаптуватися до нових ситуацій професійної діяльності; оцінювати межі власної фахової компетентності та підвищувати професійну кваліфікацію; дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями; розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях; застосовувати сучасні методи психологічної допомоги людині в контексті впливу стресової / травматичної ситуації, в тому числі постраждалим від насильства та воєнного терору; надавати психологічну допомогу особам з інвалідністю, розробляти методи психологічного супроводу в адаптації до нових життєвих умов, формувати моделі посилення ресурсів резильєнтності особистості в умовах кризових подій.

Після вивчення дисципліни здобувачі вищої освіти набувають навичок розробляти програми психологічних інтервенцій (тренінг, психотерапія, консультування тощо), провадити їх в індивідуальній та груповій роботі, оцінювати якість; надавати кваліфіковану психологічну допомогу особистості у складних життєвих ситуаціях для активізації ресурсів її життєстійкості; демонструвати навички надання психологічної допомоги особам з інвалідністю, здійснювати розробку методів психологічного супроводу в адаптації до нових життєвих умов, застосування методів емоційної та когнітивної саморегуляції для гармонізації психічного стану та оптимізації власної діяльності.

3.Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Методи та інструменти арт-терапії

Тема 1. Сутність та характеристики арт-терапії. Мистецтво та терапія: спільне та відмінне. Можливості арт-терапії. Ефективність арт-терапії. Переваги арт-терапії.

Література: основна [1-5; 8; 10; 13; 16] додаткова [1-4; 8]

Тема 2. Ізотерапія. Сутність ізотерапії. Трактівня малюнків в ізотерапії. Етапи створення малюнка. Методики малювання.

Література: основна [1-5; 6] додаткова [5]

Тема 3. Піскова терапія. Сутність піскової терапії. Стадії піскової терапії. Аналіз пісочниці.

Література: основна [1-5; 11] додаткова [5]

Тема 4. Глинотерапія. Сутність глинотерапії. Етапи роботи з глиною

Література: основна [1-5; 13]

Тема 5. Казкотерапія. Метод казкотерапії. Етапи роботи з казкою. Алгоритм складання терапевтичної казки. Прийоми та принципи роботи з казкою

Література: основна [1-5; 7; 14-15]

Змістовий модуль 2. Сучасні напрями арт-терапії

Тема 6. Мандалотерапія. Сутність мандалотерапії. Стадії великого кола мандали за Дж. Келлог. Критерії якісної оцінки мандал

Література: основна [1-5; 10] додаткова [6]

Тема 7. Колажування. Колажування як арт-терапевтична техніка. Опорна схема аналізу колажів

Література: основна [1-5; 6; 9] додаткова [5]

Тема 8. Маскотерапія. Маскотерапія як напрямок в арт-терапії. Функції маски в рамках різноманітних підходів. Психотерапевтичний ефект маски

Література: основна [1-5; 8]

Тема 9. Метафоричні асоціативні карти. МАК як проєктивний, діагностичний та корекційний інструмент. Можливості роботи з проєктивними картами. Стратегії та принципи роботи з МАК. Техніки роботи з метафоричними картами

Література: основна [1-5; 13] додаткова [6; 8]

Тема 10. Драматерапія. Драматерапія – напрямок арт-терапії. Основні техніки драматерапії

Література: основна [1-5; 15-16] додаткова [7]

Тема 11. Музикотерапія. Сутність та особливості музикотерапії. Лікувальна дія музики. Техніки сприймання музики

Література: основна [1-5; 104 13]

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин									
	денна форма					Заочна форма				
	усього	у тому числі				усього	у тому числі			
		л	п	лаб	с.р.		л	п	лаб	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Змістовий модуль 1. Методи та інструменти арт-терапії										
Тема 1. Сутність та характеристики арт-терапії	12	2	2	-	8	12	2	-	-	10
Тема 2. Ізотерапія	12	2	2	-	8	12	2	-	-	10
Тема 3. Піскова терапія	12	2	2	-	8	12	-	2	-	10
Тема 4. Глинотерапія	12	2	2	-	8	12	-	-	-	12
Тема 5. Казкотерапія	12	2	2	-	8	12	-	2	-	10
Змістовий модуль 2. Сучасні напрями арт-терапії										
Тема 6. Мандалотерапія	10	-	2	-	8	10	-	-	-	10
Тема 7. Колажування	10	2	2	-	6	10	-	2	-	8
Тема 8. Маскотерапія	10	2	-	-	8	10	-	-	-	10
Тема 9. Метафоричні асоціативні карти	10	2	2	-	6	10	2	-	-	8
Тема 10. Драматерапія	10	2	2	-	6	10	2	-	-	8
Тема 11. Музикотерапія	10	2	2	-	6	10	-	2	-	8
Усього годин	120	20	20	-	80	120	8	8	-	104

5. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Змістовий модуль 1. Методи та інструменти арт-терапії		
1	Сутність та характеристики арт-терапії	2/-
2	Ізотерапія	2/-
3	Піскова терапія	2/2
4	Глинотерапія	2/-
5	Казкотерапія	2/2
Змістовий модуль 2. Сучасні напрями арт-терапії		
6	Мандалотерапія	2/-
7	Колажування	2/2
8	Метафоричні асоціативні карти	2/-
9	Драматерапія	2/-
10	Музикотерапія	2/2
	Разом	20/8

6. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
Змістовий модуль 1. Методи та інструменти арт-терапії		
1	Сутність та характеристики арт-терапії	8/10
2	Ізотерапія	8/10
3	Піскова терапія	8/10
4	Глинотерапія	8/12
5	Казкотерапія	8/10
Змістовий модуль 2. Сучасні напрями арт-терапії		
6	Мандалотерапія	8/10
7	Колажування	6/8
8	Маскотерапія	8/10
9	Метафоричні асоціативні карти	6/8
10	Драматерапія	6/8
11	Музикотерапія	6/8
	Разом	80/104

7. Завдання для опрацювання тем дисципліни

Назва теми	Зміст завдання для відпрацювання пропущених занять і невиконаних завдань	Форми контролю	Література	Кількість балів
Змістовий модуль 1. Методи та інструменти арт-терапії				
Тема 1. Сутність та характеристики арт-терапії	Підготовка до практичного заняття, виконання психотехнік, робота з психотехніками	Творчі завдання: 1. Дебати. Обговоріть тему: « Чи кожна творча діяльність є арт-терапією? » Наведіть аргументи «за» і «проти». 2. Арт-проект «Мої ресурси» Створіть малюнок або колаж, який символізує ваші внутрішні ресурси та способи подолання труднощів. 3. Вправа «Мова кольорів» Передайте свій настрій лише за допомогою кольорів і форм. Потім обговоріть, які емоції відображає ваша робота. 4. Вправа «Малюнок без слів» Створіть малюнок, який передає певну емоцію або життєву ситуацію без використання тексту. Інші студенти мають спробувати інтерпретувати його зміст. 5. Творча майстерня «Символ мого внутрішнього світу» Створіть символ (малюнок, аплікацію, колаж або об'ємну композицію), який відображає ваш внутрішній світ або	основна [1-5; 8; 10; 13; 16] додаткова [1-4; 8]	6

		психологічний ресурс. Після завершення презентуйте свою роботу, пояснивши вибір образів, кольорів і матеріалів та їхнє психологічне значення.		
Тема Ізотерапія	2. Підготовка до практичного заняття, виконання психотехнік, робота з психотехніками	Творчі завдання: 1. Вправа «Мій внутрішній світ» Намалюйте символічний автопортрет без зображення обличчя, використовуючи лише кольори, символи та образи. Презентуйте свою роботу та поясніть значення її елементів. 2. Вправа «Малюнок настрою» Створіть малюнок свого емоційного стану на початку та наприкінці заняття. Проаналізуйте, що змінилося і чому. 3. Дискусія Обговоріть тему: « Чи можна робити психологічні висновки лише на основі одного малюнка? » Наведіть аргументи. 4. Інфографіка Створіть схему « Етапи арт-терапевтичного процесу в ізотерапії ». 5. Вправа «Незавершений малюнок» Один студент починає малюнок, інший його завершує. Після цього обговоріть, як змінилася ідея роботи та які почуття виникали під час виконання. 6. Творча майстерня «Одна тема — чотири техніки» Створіть чотири малюнки на тему « Моє безпечне місце », використовуючи різні техніки (акварель, пастель, колаж, воскові олівці). Порівняйте отримані результати та власні відчуття.	основна [1-5; 6] додаткова [5]	6
Тема 3. Піскова терапія	Підготовка до практичного заняття, виконання психотехнік, робота з психотехніками	Виконання технік та творчих завдань: 1. Вправа «Мій внутрішній світ у пісочниці» За допомогою піску та мініатюрних фігурок створіть композицію, яка символізує ваш емоційний стан або внутрішній світ. Після завершення презентуйте свою роботу та поясніть значення використаних образів. 2. Вправа «Пісочна історія» Створіть композицію на тему « Місце, де я відчуваюся у безпеці ». Після цього придумайте коротку історію про створений світ та його героїв. 3.	основна [1-5; 11] додаткова [5]	6

		Рольова гра «Психолог і клієнт» У парах змодельуйте сеанс піскової терапії. Один студент виконує роль психолога, інший – клієнта. Після завершення обговоріть особливості кожного етапу роботи. 4. Розробка алгоритму Створіть пам'ятку «Етичні принципи аналізу пісочної композиції», включивши правила спостереження, постановки відкритих запитань, обговорення та формулювання гіпотез без категоричних висновків.		
Тема 4. Глинотерапія	Підготовка до практичного заняття, виконання психотехнік, робота з психотехніками	Виконання технік та творчих завдань: 1. Вправа «Скульптура мого настрою» Створіть із глини фігуру, яка символізує ваш поточний емоційний стан. Після завершення роботи презентуйте її, пояснивши форму, розмір, текстуру та символічне значення. 2. Проєкт «Чарівна глина» У групах розробіть заняття з глинотерапії для однієї з категорій клієнтів (діти, підлітки, дорослі, люди похилого віку, військовослужбовці тощо). Визначте мету, вправи, матеріали та очікуваний психологічний результат. 3. Дискусія «Чому глина лікує?» Обговоріть психологічні механізми терапевтичного впливу глини. Поясніть, як робота руками сприяє зниженню тривожності, розвитку саморегуляції та емоційному відновленню. 4. Вправа «Від грудочки до образу» Пройдіть усі етапи роботи з глиною: знайомство з матеріалом, розминання, створення образу, завершення та рефлексія. Після виконання проаналізуйте, які емоції виникали на кожному етапі.	основна [1-5; 13]	6
Тема 5. Казкотерапія	Підготовка до практичного заняття, виконання психотехнік, робота з психотехніками	Творчі завдання: 1. Вправа «Моя улюблена казка по-новому» Оберіть відому казку та змініть її фінал так, щоб головний герой конструктивно подолав життєві труднощі. Поясніть, як новий сюжет може допомогти дитині. 2. Рольова гра «Психолог і дитина» У парах змодельуйте фрагмент заняття з казкотерапії: читання казки, її	основна [1-5; 7; 14-15]	6

		обговорення та творче завдання.3. Вправа «Жива казка» Розподіліть ролі між учасниками та інсценізуйте терапевтичну казку, звертаючи увагу на емоції та поведінку героїв. 4. Написання авторської казки Складіть терапевтичну казку для дитини, яка: 1) боїться темряви; 2) має труднощі у спілкуванні; 3) переживає невпевненість у собі; 4) проявляє агресію до однолітків. 5. Казкова майстерня Створіть набір карток із казковими героями, чарівними предметами, труднощами та ресурсами. За допомогою випадкового вибору карток складіть терапевтичну казку.		
Змістовий модуль 2. Сучасні напрями арт-терапії				
Тема 6. Мандалотерапія	Підготовка до практичного заняття, виконання психотехнік, робота з психотехніками	Творчі завдання: 1. Вправа «Мандала мого сьогодення» Створіть мандалу, яка символізує ваш емоційний стан у даний момент. Після завершення опишіть значення використаних кольорів, символів і форм. 2. Вправа «Дві мандали» Створіть дві мандали: «Я сьогодні»; «Я через рік». Порівняйте їх, визначте спільні та відмінні елементи й обговоріть, які зміни вони символізують. 3. Творчий проєкт «Галерея мандал» Учасники створюють мандали на спільну тему (наприклад, «Внутрішня гармонія», «Мої цінності», «Мій шлях до мети»). Після цього проводиться виставка робіт, під час якої кожен автор презентує власну мандалу, пояснює її символіку та відповідає на відкриті запитання групи без оцінювання чи нав'язування інтерпретацій. Це завдання розвиває навички професійного аналізу, емпатії та етичної взаємодії з клієнтом	основна [1-5; 10] додаткова [6]	5
Тема 7. Колажування	Підготовка до практичного заняття, виконання психотехнік, робота з психотехніками	Творчі завдання: 1. Вправа «Колаж моєї особистості» Створіть колаж, який відображає ваші цінності, інтереси, сильні сторони та мрії. Після завершення презентуйте свою роботу, пояснивши значення обраних зображень, кольорів і	основна [1-5; 6; 9] додаткова [5]	5

		символів. 2. Творчий проєкт «Колаж ресурсів» За допомогою фотографій, вирізок із журналів, малюнків і символів створіть колаж на тему «Мої внутрішні ресурси» або «Що допомагає мені долати труднощі». Проаналізуйте, які ресурси виявилися найважливішими. 3. Робота в групах «Колаж однієї теми». Кожна група створює колаж на одну із запропонованих тем: «Щаслива сім'я»; «Емоційне благополуччя»; «Світ очима дитини»; «Психолог майбутнього». Після завершення групи презентують свої роботи та пояснюють символіку використаних образів. 4. Кейс «Прочитай колаж» Проаналізуйте готовий колаж за такими критеріями: тема; центральний образ; кольорова гама; композиція; символи; емоційне враження. Підготуйте відкриті запитання, які психолог міг би поставити автору. 5. Творча майстерня «Колаж змін» Створіть два колажі: «Я сьогодні»; «Я, який(а) досяг(ла) своєї мети». Порівняйте їх за композицією, кольорами, символами та змістом. Обговоріть, які внутрішні зміни вони відображають, які ресурси необхідні для досягнення бажаного стану та як колажування може використовуватися психологом для оцінки особистісної динаміки й планування психокорекційної роботи.		
Тема 8. Маскотерапія	Підготовка до практичного заняття, виконання психотехнік, робота з психотехніками	Творчі завдання: 1. Вправа «Маска емоцій» За допомогою паперу, фарб або інших матеріалів створіть маску певної емоції (страх, радість, сум, гнів, здивування). Інші студенти повинні визначити, яку емоцію вона передає, та аргументувати свою відповідь. 2. Вправа «Дві сторони маски». Створіть двосторонню маску: зовнішня сторона — «Я, якого бачать інші»; внутрішня сторона — «Моє справжнє Я». Порівняйте обидва образи та обговоріть, що вони символізують. 3. Рольова гра «Голос маски» Одягніть створену маску та від її імені розкажіть історію про її власника. Які	основна [1-5; 8]	5

		почуття, бажання чи труднощі вона приховує? 4. Вправа «Маска героя» Створіть маску літературного або казкового героя. Поясніть, які риси характеру він уособлює та які психологічні ресурси може символізувати. 5. Арт-вправа «Трансформація маски» Спочатку створіть маску, яка відображає проблему або складне переживання (тривогу, страх, невпевненість). Потім змініть або доповніть її так, щоб вона стала символом внутрішньої сили, підтримки чи позитивних змін. Проаналізуйте власні відчуття під час трансформації.		
Тема 9. Метафоричні асоціативні карти	Підготовка до практичного заняття, виконання психотехнік, робота з психотехніками	Творчі завдання: 1. Вправа «Одна карта — багато історій» Кожен студент обирає одну метафоричну карту та складає три різні історії: від імені дитини, підлітка і дорослого. Порівняйте, як змінюється інтерпретація залежно від віку героя. 2. Вправа «Моя історія» Навмання оберіть три карти та складіть історію про життєву ситуацію героя, його труднощі, ресурси та шляхи розв'язання проблеми. 3. Вправа «Карта майбутнього» Оберіть карту, яка символізує ваше бажане майбутнє. Опишіть, які кроки необхідно зробити для досягнення цієї мети. 4. Робота в парах «Інтерв'ю за картою» Один студент виконує роль психолога, інший – клієнта. Використовуючи одну карту, психолог ставить відкриті запитання, допомагаючи клієнту дослідити власні переживання та ресурси.	основна [1-5; 13] додаткова [6; 8]	5
Тема 10. Драматерапія	Підготовка до практичного заняття, виконання психотехнік, робота з психотехніками	Творчі завдання: 1. Вправа «Оживи емоцію» Кожен студент отримує картку з певною емоцією (радість, страх, сум, гнів, здивування, сором тощо) і без слів демонструє її за допомогою міміки, жестів та рухів. Інші учасники визначають емоцію та обговорюють, які невербальні засоби допомогли її впізнати. 2. Рольова гра «На місці іншого» Учасники отримують життєву	основна [1-5; 15-16] додаткова [7]	5

		ситуацію (конфлікт між друзями, непорозуміння між батьками й дитиною, труднощі адаптації до нового колективу тощо) та по черзі виконують ролі всіх учасників події. Після інсценізації обговорюються переживання кожного героя та можливі конструктивні способи розв'язання ситуації. 3. Вправа «Заморожена сцена» Група створює «живу скульптуру», яка символізує певний психологічний стан (довіра, підтримка, самотність, тривога, співпраця). Інші студенти аналізують композицію та пропонують можливі варіанти її розвитку. 4. Творчий проєкт «Терапевтична вистава» У малих групах створіть коротку театральну постановку (5–7 хвилин), яка демонструє подолання психологічної проблеми (страху, невпевненості, булінгу, конфлікту, втрати тощо). Після виступу поясніть, які терапевтичні прийоми були використані. 5. Вправа «Імпровізація предмета» Кожен учасник отримує звичайний предмет (стрічку, книгу, олівець, хустинку тощо) і повинен використати його у несподіваній ролі під час короткої імпровізації. Після вправи обговоріть, як творчість і спонтанність допомагають у психотерапевтичному процесі.		
Тема 11. Музикотерапія	Підготовка до практичного заняття, виконання психотехнік, робота з психотехніками	Творчі завдання: 1. Вправа «Музичний автопортрет» Доберіть 3–5 музичних композицій, які найкраще відображають ваш характер, емоційний стан або життєві цінності. Презентуйте свій вибір та поясніть його. 2. Проєкт «Музика для різних станів» Створіть тематичний плейлист для одного із психологічних запитів: зняття тривожності; покращення настрою; підвищення мотивації; релаксація; відновлення після стресу. Обґрунтуйте вибір кожної композиції. 3. Вправа «Намалюй музику» Прослухайте музичний твір і створіть малюнок або абстрактну композицію, яка передає почуття, образи та	основна [1-5; 104 13]	5

		асоціації, викликані музикою. Обговоріть результати. 4. Вправа «Музична подорож» Прослухайте інструментальний музичний твір із заплющеними очима. Після прослуховування опишіть або намалюйте образи, які виникли у вашій уяві, та поясніть їхній можливий психологічний зміст. 5. Вправа «Музика і рух» Підберіть музичний твір і передайте його характер за допомогою рухів, пластики або пантоміми. Обговоріть, як рух допомагає глибше проживати емоції. 6. Рольова гра «Психологічна консультація» У парах змодельуйте консультацію, під час якої психолог використовує музикотерапію для роботи з клієнтом, який переживає тривожність або емоційне виснаження. Після завершення обговоріть доцільність обраних технік.	
--	--	---	--

Індивідуальні завдання

Презентації на теми:

1. Особливості проведення вправ з кольорами.
2. Принципи роботи з папером. Види роботи з папером.
3. Принципи пісочної терапії.
4. Проективна психодіагностика в пісочниці (індивідуальна та групова форми).
5. Психокорекція в пісочниці (індивідуальна та групова форми).
6. Принципи роботи з глиною.
7. Арт-техніки роботи з природними та синтетичними матеріалами.
8. Арт-терапевтична робота з тканиною.
9. Створення колажів у арт-терапевтичній роботі.
10. Арт-техніки у формуванні практичних навичок у пізнанні оточуючого світу.
11. Арт-техніки у розкритті «Я-образу».
12. Арт-техніки у пізнанні життєвої перспективи особистості.
13. Арт-техніки у психокорекційній роботі з конфліктами.
14. Арт-техніки у психокорекційній роботі з емоційною сферою особистості.
15. Арт-техніки у парній роботі.
16. Арт-терапевтичні вправи для групової роботи.
17. Робота з арт-техніками в поєднанні з музикою і звуками.
18. Використання театральних елементів в арт-техніках.
19. Використання арт-технік в практиці казкотерапії.
20. Арт-терапевтичні вправи для роботи з кризовими станами.

Творчі завдання:

1. Інфографіка

Створіть постер «Як працює арт-терапія?», відобразивши етапи терапевтичного процесу.

2. Створення буклета

Підготуйте інформаційний буклет «**10 переваг арт-терапії**» для батьків, педагогів або майбутніх клієнтів.

3. Проєкт «Валіза ізотерапевта»

Створіть набір матеріалів, необхідних для проведення ізотерапевтичного заняття (фарби, олівці, пастель, крейда тощо), та поясніть, для яких вправ вони можуть використовуватися.

4. Конструктор вправ

У групах розробіть авторську ізотерапевтичну вправу для дітей, підлітків або дорослих. Опишіть її мету, матеріали, послідовність проведення та очікуваний психологічний ефект.

5. Галерея технік

Створіть інформаційний плакат або електронну презентацію «**Сучасні методики ізотерапії**», представивши не менше 10 технік малювання та приклади їх практичного використання.

6. Проєкт «Пісочна лабораторія психолога»

Розробіть перелік матеріалів, необхідних для проведення піскової терапії (пісочниця, пісок, фігурки, природні матеріали тощо). Обґрунтуйте призначення кожного елемента.

7. Вправа «Шлях терапії»

Створіть схему або комікс, що ілюструє всі стадії проведення піскової терапії — від знайомства з матеріалами до обговорення результатів.

8. Інфографіка

Створіть плакат «**Алгоритм проведення піскової терапії**», відобразивши послідовність дій психолога та клієнта.

9. Творча вправа «Трансформація»

Створіть із глини фігуру, яка символізує певну проблему або складне переживання. Потім змініть її форму так, щоб вона стала символом подолання труднощів або внутрішнього ресурсу. Обговоріть, як процес трансформації відображає психологічні зміни та можливості особистісного розвитку.

10. Творчий проєкт «Казкова аптека»

Створіть добірку з 10 казок, які можуть допомогти дітям у різних ситуаціях (страхи, тривожність, конфлікти, самотність, ревності, адаптація до школи тощо). Обґрунтуйте свій вибір.

11. Конструктор казки

Створіть алгоритм написання терапевтичної казки у вигляді блок-схеми або покрокової інструкції.

12. Створення методичної скарбнички

Розробіть пам'ятку «**10 ефективних прийомів казкотерапії**» із прикладами їх практичного використання.

13. Творчий проєкт «Книга терапевтичних казок»

У групах створіть збірку коротких терапевтичних казок для дітей різного віку. До кожної казки визначте:

- психологічну проблему, на яку вона спрямована;
- мету використання;
- вік дітей;
- запитання для обговорення після прочитання;
- творче завдання (малюнок, ліплення, рольова гра або колаж), яке допоможе закріпити терапевтичний ефект казки.

14. Міні-дослідження

Порівняйте можливості мандалотерапії, ізотерапії та піскової терапії. Представте результати у вигляді таблиці або інфографіки

15. Вправа «Досягнення мети»

Розробіть мотиваційний колаж «**Моє професійне майбутнє**» або «**Моя професія через п'ять років**», відобразивши власні цілі, професійні якості та можливі кроки до їх реалізації.

16. Арт-проект «Маска професії»

Створіть маску психолога, використовуючи символи професійних якостей (емпатія, терпіння, мудрість, підтримка, відкритість тощо). Поясніть значення кожного елемента.

17. Творчий проєкт «Галерея масок»

Створіть колекцію масок на теми:

- «Моя сила»;
- «Мій страх»;
- «Моя мрія»;
- «Моє майбутнє».

Організуйте виставку робіт. Кожен учасник презентує свою маску, пояснює її символіку та відповідає на відкриті запитання групи. Під час обговорення важливо дотримуватися принципів безоцінного сприйняття, емпатії та конфіденційності, що сприяє розвитку навичок професійної рефлексії та психологічного аналізу.

18. Арт-проект «Створи власну МАК»

Розробіть авторську метафоричну карту або серію з 5-10 карт на тему «Ресурси», «Емоції», «Мрії» чи «Подолання труднощів». Опишіть можливості їх використання у психологічній практиці.

19. Дискусія

Обговоріть тему: «**Чи може психолог нав'язувати клієнту власне трактування карти?**» Аргументуйте свою позицію з урахуванням етичних принципів психологічної практики.

20. Методичний проєкт «Скарбничка драматерапевта»

У групах розробіть збірник із **10 драматерапевтичних вправ** для різних вікових категорій (діти, підлітки, дорослі). Для кожної вправи визначте:

- мету;
- цільову аудиторію;
- необхідні матеріали;
- алгоритм проведення;
- очікуваний психологічний ефект;
- можливі труднощі під час проведення та способи їх подолання.

21. Арт-проект «Музична аптечка психолога»

Розробіть добірку музичних композицій для різних психологічних станів (стрес, смуток, безсоння, тривога, апатія, радість). Опишіть, у яких випадках їх доцільно використовувати.

22. Методичний проєкт «Програма музикотерапевтичного заняття»

Розробіть сценарій 30-хвилинного музикотерапевтичного заняття для однієї з категорій клієнтів (діти, підлітки, дорослі, люди похилого віку, військовослужбовці). Визначте:

- мету заняття;
- цільову аудиторію;
- музичний матеріал;

- послідовність вправ;
- методи рефлексії;
- очікуваний психологічний результат. Це завдання допоможе сформувати практичні навички використання музикотерапії в професійній діяльності психолога.

Опрацювання технік: «Малювання за допомогою клубка», «Дерево», «Автопортрет», «Малюнок музики», робота із солоним тістом (мукосольки), техніки каракуль і плям, «Глиняні каракулі», робота з мандалами, виготовлення виробу за технікою воскового живопису,

Форми контролю: опитування, перевірка рефератів, експертне оцінювання дискусії, аналіз роботи.

8. Методи навчання

Методи навчання у межах дисципліни «Арт-методи в роботі психолога» спрямовані на формування у здобувачів освіти здатності до надання необхідної допомоги людям у вигляді рекомендацій щодо розв'язання їхніх психологічних проблем.

У навчальному процесі застосовуються:

- лекційні заняття з елементами проблемного викладу та мультимедійного супроводу;
- практичні та семінарські заняття, що передбачають аналіз кейсів, розв'язання ситуаційних завдань і роботу з реальними кейс-прикладми;
- інтерактивні методи (робота в парах (психолог-клієнт), трійках (психолог-клієнт-спостерігач) з подальшим аналізом, міні-дискусії, рольові ігри, мозкові штурми, ділові ігри), спрямовані на розвиток навичок прийняття спільних командних рішень;
- самостійна робота студентів за керівництва викладача, що включає опрацювання наукових та аналітичних матеріалів, використання сучасних інформаційних ресурсів.

9. Методи контролю

При вивченні здобувачами вищої освіти курсу «Арт-методи в роботі психолога» застосовуються такі методи оцінювання набутих знань:

- поточний контроль здійснюється під час проведення практичних занять, і має на меті перевірку рівня підготовленості здобувача до виконання конкретної роботи. Поточний контроль реалізується у формі опитування, оцінювання активності на заняттях, розв'язання ситуаційних завдань та кейсів тощо;
- контроль самостійної роботи, представлення презентацій, доповідей, психологічних есе тощо;
- індивідуальне опитування;
- поточне тестування;
- аналіз та оцінювання результатів навчання;
- підсумковий контроль.

10. Питання гарантованого рівня знань здобувачів вищої освіти

1. Мистецтво та терапія: спільне та відмінне
2. Можливості арт-терапії
3. Ефективність арт-терапії
4. Переваги арт-терапії
5. Сутність ізотерапії
6. Трактівння малюнків в ізотерапії
7. Етапи створення малюнка
8. Методики малювання
9. Сутність піскової терапії.
10. Стадії піскової терапії.

11. Аналіз пісочниці.
12. Сутність глинотерапії
13. Етапи роботи з глиною
14. Метод казкотерапії
15. Етапи роботи з казкою
16. Алгоритм складання терапевтичної казки
17. Прийоми та принципи роботи з казкою
18. Сутність мандалотерапії.
19. Стадії великого кола мандали за Дж. Келлог
20. Критерії якісної оцінки мандал
21. Колажування як арт-терапевтична техніка
22. Схема аналізу колажів
23. Маскотерапія як напрямок в арт-терапії
24. Функції маски в рамках різноманітних підходів
25. Психотерапевтичний ефект маски
26. МАК як проєктивний, діагностичний та корекційний інструмент
27. Можливості роботи з проєктивними картами
28. Стратегії та принципи роботи з МАК
29. Техніки роботи з метафоричними картами
30. Драматерапія – напрямок арт-терапії
31. Основні техніки драматерапії
32. Сутність та особливості музикотерапії
33. Лікувальна дія музики
34. Техніки сприймання музики
35. Особливості проведення вправ з кольорами.
36. Принципи роботи з папером. Види роботи з папером.
37. Принципи пісочної терапії.
38. Проєктивна психодіагностика в пісочниці (індивідуальна та групова форми).
39. Психокорекція в пісочниці (індивідуальна та групова форми).
40. Принципи роботи з глиною.
41. Арт-техніки роботи з природними та синтетичними матеріалами.
42. Арт-терапевтична робота з тканиною.
43. Створення колажів у арт-терапевтичній роботі.
44. Арт-техніки у формуванні практичних навичок у пізнанні оточуючого світу.
45. Арт-техніки у розкритті «Я-образу».
46. Арт-техніки у пізнанні життєвої перспективи особистості.
47. Арт-техніки у психокорекційній роботі з конфліктами.
48. Арт-техніки у психокорекційній роботі з емоційною сферою особистості.
49. Арт-техніки у парній роботі.
50. Арт-терапевтичні вправи для роботи з кризовими станами.

11. Розподіл балів, які отримують студен..ти

Поточне оцінювання та самостійна робота											Підсумковий контроль / залік	Сума
Змістовий модуль 1					Змістовий модуль 2							
T1	T2	T3	T4	T5	T6	T7	T8	T9	T10	T11		
6	6	6	6	6	5	5	5	5	5	5	40	100

T1, T2 ... T11 – теми змістових модулів.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Критерії оцінювання	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	Студент виявляє особливі творчі здібності, глибокі знання навчального матеріалу, що міститься в основних і додаткових рекомендованих літературних джерелах; вміє аналізувати явища, які вивчаються, у їх взаємозв'язку і розвитку; застосовувати теоретичні положення при розв'язанні практичних задач; володіє вмінням надавати чітку аргументовану відповідь на поставленні питання	зараховано
82-89	B	Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує вправи, надає лаконічну відповідь майже на всі поставленні питання; самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких незначна	
74-81	C	Студент вміє оперувати необхідним колом понять та категорій; узагальнювати та систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві	
64-73	D	Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень, слабке їх застосування при розв'язанні практичних завдань; аналізує навчальний матеріал за допомогою викладача, надає мало аргументовані відповіді, виправляє не всі помилки, значна кількість яких є суттєвими	
60-63	E	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні вищому за початковий, проте має фрагментарне уявлення про деякі поняття та категорії курсу; надає неповне висвітлення змісту питань; має недостатнє вміння зробити аргументовані висновки; відповіді містять значну кількість недоліків і помилок	
35-59	FX	Студент не опанував значну частину матеріалу курсу; не володіє понятійним апаратом; не опрацював базову та допоміжну літературу. Мова не виразна, обмежена, бідна, словниковий запас не дає змогу оформити ідею. Практичні навички на рівні розпізнавання	не зараховано
0-34	F	Студент повністю не знає програмного матеріалу, не працював в аудиторії з викладачем або самостійно; допускає суттєві	

		помилки у відповідях на питання, не вміє застосовувати теоретичні положення при розв'язанні практичних завдань	
--	--	--	--

12.Методичне забезпечення

Методичне забезпечення навчальної дисципліни «Арт-методи в роботі психолога» включає:

1. Посібники.
2. Опорний конспект лекцій по всіх темах курсу, у тому числі й для самостійного вивчення в електронному вигляді (навчальна платформа Moodle).
3. Завдання та методичні рекомендації до виконання практичних робіт (навчальна платформа Moodle).
4. Пакети контрольних завдань для підсумкового контролю (навчальна платформа Moodle).

13. Рекомендована література

Основна

1. Арт-терапія : навч. посіб. / уклад. В. І. Станішевська. Умань : Візаві, 2022. 172 с. URL:https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/6777/1/2022-%d0%90%d1%80%d1%82-%d1%82%d0%b5%d1%80%d0%b0%d0%bf%d1%96%d1%8f %d0%bf%d0%be%d1%81%d1%96%d0%b1%d0%bd%d0%b8%d0%ba %d0%a1%d1%82%d0%b0%d0%bd%d1%96%d1%88%d0%b5%d0%b2%d1%81%d1%8c%d0%ba%d0%b0_09.02.2022.pdf
2. Арт-технології : навч.-метод. посіб. / уклад. О. А. Мірошніченко. Житомир : Видав. дім Бук-Друк, 2024. 180 с. URL:https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/5975/1/2024-art-technologies_compressed.pdf
3. Арт-технології в роботі з дітьми : навч. посіб. / уклад. О. Сорочинська. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2025. 140 с. URL:<https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/6780/1/2025.pdf>
4. Калька Н., Ковальчук З., Одинцова Г. Практикум з арт-терапії : навч.-метод. посіб. Львів, 2021. 148 с. URL:https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/5974/1/2021-0049034_compressed.pdf
5. Калька Н., Легка А. Основи арттерапії : практ. посіб. Львів, 2024. 104 с. URL:https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/5976/1/2024-Kalka-Legka ARTTERAPIYA Maket_compressed.pdf
6. Кольори емоцій: зб. арт-терапевтичних методик. Суми, 2023. 24 с. URL:https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/6705/1/2023-kolory_emoczij_zbirnyk_art_terapevtychnyh_tehnik_ta_metodyk-1.pdf
7. Магдисюк Л. І., Федоренко Р. П., Замелюк М. І. Технології казкотерапії у практиці психологічного консультування дітей та дорослих : навч. посіб. Луцьк : Вежа-Друк, 2024. 216 с. URL:<https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/6751/1/2024.pdf>
8. Магдисюк Л.І., Федоренко Р.П. Основи психологічного консультування : навчальний посібник. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 360 с.
9. Охман Н. І., Дерман Л. М. Техніка колажу в арт-терапевтичній практиці у XXI ст. Baltija Publishing, 2025. 14 с. DOI 10.1030525/978-9934-26-592-1-10 URL:<https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/6782/1/2025-640-Chapter%20Manuscript-35975-1-10-20250909.pdf>
10. Панчук Н. П. Основи психокорекції особистості дитини : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Кам'янець-Подільський: Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2021. 282 с.

URL:<https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/6298/1/2021-Panchuk-N.P.-Osnovy-psykhokorektsii-osobystosti-dytyny.pdf>

11. Славина Н.С. Психологічне консультування: навчально-методичний посібник. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2022. 180 с.
12. Стельмах О.В. Основи психокорекції : конспект лекцій. Львів : ЛДУ БЖД, 2023. 120 с. URL:<https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/6300/1/2023-%d0%9e%d1%81%d0%bd%d0%be%d0%b2%d0%b8%20%d0%bf%d1%81%d0%b8%d1%85%d0%be%d0%ba%d0%be%d1%80%d0%b5%d0%ba%d1%86%d1%96%d1%97%20%d0%ba%d0%be%d0%bd%d1%81%d0%bf%d0%b5%d0%ba%d1%82%20%d0%bb%d0%b5%d0%ba%d1%86%d1%96%d0%b9.pdf>
13. Цільмак О. М. Технології психологічного консультування : підручник / підрозд. 2.4.2 у співавт. з А. Д. Онішкевич. Одеса : Астропринт, 2023. 212 с. з іл. Серія «Психотехнології». URL:<https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/handle/123456789/6540>
14. Шабловська О. Терапевтичні казки для дітей щоб бути сильнішим, сміливішим, мудрішим: книга збірник терапевтичних казок. Київ, 2025. 80 с. URL:https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/6781/1/2025-%d0%97%d0%b1%d1%96%d1%80%d0%bd%d0%b8%d0%ba%20%20%d1%82%d0%b5%d1%80%d0%b0%d0%bf%d0%b5%d0%b2%d1%82%d0%b8%d1%87%d0%bd%d0%b8%d1%85_%d0%ba%d0%b0%d0%b7%d0%be%d0%ba_%d0%9c%d0%9f%d0%90%202025.pdf_compressed.pdf
15. Шабловська О. Терапевтичні казки для дітей, які стикнулися з війною: книга збірник терапевтичних казок. Київ, 2023. 69 с. URL:<https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/handle/123456789/6779>
16. Шевченко Н. Ф. Індивідуальне психологічне консультування : навчальний посібник для здобувачів ступеня вищої освіти магістра спеціальності «Психологія» освітньо-професійної програми Психологія». Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2025. 220 с. URL: <https://lnk.ua/oYUHiga4O>

Додаткова

1. Михальчук Ю., Камінська О. Емоційна стійкість особистості: сутність та складові феномену. *Міжнародні тенденції та перспективи розвитку в освіті та науці в умовах глобалізації : Збірник тез доповідей учасників Міжнародної науково-практичної конференції до 100-річчя від дня народження академіка Степана Дем'янчука* (м. Рівне, 13 листопада 2025 р.). Рівне, 2025. Ч І. 340 с. С. 206-207.
2. Михальчук Ю.О. Базові концепти психологічного консультування та психотерапії ВПО. *Інноваційні дослідження та перспективи розвитку науки і техніки у XXI столітті : збірник тез доповідей учасників Міжнародної науково-практичної конференції до 30-річчя Приватного вищого навчального закладу «Міжнародний економіко-гуманітарний університет імені академіка Степана Дем'янчука»*. Рівне, 19 жовтня 2023 р. у 4 т. Рівне : О.Зень, 2023. 275 с. С. 164-166.
3. Михальчук Ю.О. Вербальні, паравербальні та невербальні засоби спілкування психолога-консультанта. *Вісник Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка Степана Дем'янчука. Серія: Педагогіка та психологія*. №3 (2025). 348 с. С.200-206. <https://journals.megu.rovno.ua/index.php/ped-psyh/issue/view/5/6>
4. Михальчук Ю.О. Наративи війни ВПО: досвід консультування та психотерапії. *ГАБІТУС : Науковий журнал*. Випуск 39. Одеса : Видавничий дім «Гельветика». 2022. 282 с. С. 170-174. http://habitus.od.ua/journals/2022/39-2022/39_2022.pdf
5. Lev M. Artmaking Resilience: Reflections on Art-Based Research of Bereavement and Grief. *Creative Arts in Education and Therapy*. 2022. Vol. 8. Issue 1. P. 126–138. URL:<https://doi.org/10.15212/CAET/2022/8/1>
6. Rodriguez Novo N., Novo Muñoz M.M., Cuellar-Pompa L., Rodriguez Gomez J. A. Trends in Research on Art Therapy Indexed in the Web of Science: A Bibliometric Analysis. *Frontiers in*

- psychology* 2021. Vol.12. doi: 10.3389/fpsyg.2021.752026). URL: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.752026/full>
7. Speiser V. M., Zhou T. Y. The Arts in Health and the Creative Arts Therapies, Convergences and Intersections. *Creative Arts in Education and Therapy*. 2026. Vol. 12(1), P. 97–105. URL: <https://doi.org/10.67806/CAET/2026/12/1/09>
8. Xie Y., Xianhua S. An overview of the integration and development trends between arts and psychotherapy. *Frontiers in psychology*. 2025. Vol. 16 . 2025. P. 1-24. doi:10.3389/fpsyg.2025.1617700. URL: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12345296/pdf/fpsyg-16-1617700.pdf>

14. Інформаційні ресурси

1. Етичний кодекс психологів-консультантів. Асоціація психологічного консультування та травматерапії. – Режим доступу: <https://www.psycounseling.org/ethics>
2. Національна бібліотека України імені В.І. Вернадського: www.nbuv.gov.ua
3. Про затвердження Положення про психологічну службу у системі освіти України: Наказ МОН України від 22.05.2018 № 509. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0885-18>
4. Про затвердження Порядку застосування методів психологічного і психотерапевтичного впливу: Наказ МОЗ України від 15.04.2008 № 199. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0577-08>
5. Google Академія: <http://scholar.google.com.ua>