



ЗИГМУНД ФРОЙД УНІВЕРСИТЕТ УКРАЇНА

КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

ЗАТВЕРДЖЕНО
Вченою радою
університету

Протокол №10 від
«11» червня 2025 р.

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«АРТ-ТЕРАПІЯ»

Освітній рівень: Перший (бакалаврський)

Галузь знань: С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини»

Спеціальність С4 «Психологія»

Освітньо-професійна програма "Психологія"

Статус дисципліни: вибіркова

Форма навчання: денна

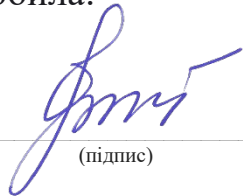
<u>Форма навчання</u>	<u>Курс</u>	<u>Семестр</u>	<u>Лекції (год.)</u>	<u>Практичні (год.)</u>	<u>Самостійна робота студента (год.)</u>	<u>Разом (год.)</u>	<u>Залік (сем.)</u>
<u>Денна</u>	<u>3</u>	<u>6</u>	<u>20</u>	<u>16</u>	<u>54</u>	<u>90</u>	<u>6</u>

Київ-ЗФУУ
2025

Робоча програма розроблена на основі освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів галузі С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини», спеціальності С4 Психологія, затвердженої вченою радою ЗФУУ (протокол № 10 від «11» червня 2025 року)

Програму навчальної дисципліни розробила:

Кандидат психологічних наук,
доцент кафедри психології



(підпис)

О. Шльонська

Робочу програму обговорено та затверджено на засіданні кафедри психології

Протокол № 9 від “21” травня 2025 року

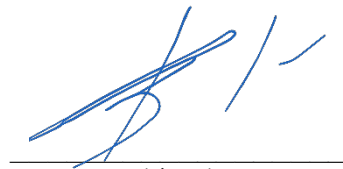
Завідувач кафедри психології



(підпис)

І. Клименко

Гарант ОПП «Психологія»



(підпис)

І. Клименко

Пролонговано:

на 20__ /20__ н.р. _____ (_____), “__” _____ 20__ р., протокол №__
(підпис) (ПІБ)

на 20__ /20__ н.р. _____ (_____), “__” _____ 20__ р., протокол №__
(підпис) (ПІБ)

на 20__ /20__ н.р. _____ (_____), “__” _____ 20__ р., протокол №__
(підпис) (ПІБ)

на 20__ /20__ н.р. _____ (_____), “__” _____ 20__ р., протокол №__
(підпис) (ПІБ)

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, ОПП, ступень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни	
		Денна форма навчання	
Кількість кредитів - 3	Галузь знань – С «Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини»	Статус дисципліни вибіркова	
Змістових модулів - 2		Мова навчання Українська	
Загальна кількість кредитів/годин - 3/90	Спеціальність: С4 Психологія Освітньо-професійна програма «Психологія»	Рік підготовки	
		3-й	
		Семестр	
		6-й	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних - 2 год.;	Ступень вищої освіти - Бакалавр	Лекції (год.)	
		20	
		Практичні(год.)	
		16	
		Самостійна робота(год.)	
		54	
		Всього	
		90	
		Вид контролю	
		Залік	

2.1. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою вивчення дисципліни «Арт-терапія» є формування у здобувачів вищої освіти системні знання про теоретичні основи арт-терапії, методи використання мистецтва у психотерапевтичній практиці, а також розвинути навички застосування творчих технік для психологічної допомоги та розвитку особистості.

2.2. Завдання вивчення дисципліни

Основними завданнями вивчення дисципліни «Арт-терапія» є:

- Ознайомити студентів із історією та сучасними напрямками арт-терапії.
- Розкрити психотерапевтичний потенціал різних видів мистецтва — малювання, музики, танцю, театру.
- Сформувані вміння застосовувати арт-терапевтичні методи у роботі з дітьми та дорослими.
- Навчити аналізувати результати арт-терапевтичної діяльності та інтегрувати їх у психодіагностику.
- Розвинути навички використання арт-терапії у профілактиці та корекції психологічних труднощів.

- Сприяти формуванню професійної компетентності психолога у сфері психотерапії.

2.3. Передумови для вивчення дисципліни.

Для успішного засвоєння дисципліни «Арт-терапія» студентам необхідно мати ґрунтовні знання з таких дисциплін:

Пререквізіти:

- Основи психологічного консультування — дисципліна, що вивчає теоретичні та практичні засади надання психологічної допомоги клієнтам у процесі консультування.
- Індивідуальна та групова терапія — курс, присвячений методам психотерапевтичної роботи з клієнтами у форматі індивідуальних консультацій та групових занять.
- Психологічна допомога дітям під час війни — навчальна дисципліна, що досліджує теоретичні та практичні засади надання психологічної підтримки дітям, які пережили травматичний досвід воєнних дій, з метою стабілізації їхнього емоційного стану, розвитку адаптаційних ресурсів та забезпечення психічного здоров'я у кризових і післявоєнних умовах.
- Феноменологія в психології та психотерапії — курс, що розкриває феноменологічний підхід до розуміння психіки та його застосування у психотерапевтичній практиці.

Постреквізіти:

Після завершення дисципліни студенти зможуть застосовувати отримані знання у таких предметах та професійних сферах:

- Психологія сім'ї та подружжя — дисципліна, що досліджує закономірності розвитку сімейних і подружніх стосунків, їхній вплив на особистість та методи психологічної допомоги сім'ї.
- Сексологія — курс, що аналізує психологічні та біологічні аспекти сексуальності, проблеми сексуальної поведінки та методи психотерапевтичної роботи у сфері сексуального здоров'я.
- Переддипломна практика — навчальна дисципліна, спрямована на інтеграцію теоретичних знань і практичних навичок у реальних умовах професійної діяльності психолога та підготовку до виконання кваліфікаційної роботи.

3. Зміст навчальної дисципліни

Змістовний модуль 1. Теоретичні та методологічні основи арт-терапії

Тема 1. Арт-терапія як напрям психотерапії

Арт-терапія є спеціалізованим напрямом психотерапії, що використовує мистецтво як засіб вираження внутрішнього світу людини. Вона виникла на перетині психології та мистецтвознавства й поступово утвердилася як ефективний метод допомоги. Арт-терапія сприяє розвитку творчого потенціалу,

зниженню психологічної напруги та пошуку нових способів самовираження. Її застосування охоплює як індивідуальну, так і групову роботу з клієнтами.

Тема 2. Теоретичні засади арт-терапії

Теоретичні основи арт-терапії ґрунтуються на психоаналітичних, гуманістичних та екзистенційних підходах. Вона розглядає мистецтво як інструмент символізації та комунікації несвідомого. Арт-терапевтичні концепції пояснюють механізми впливу творчості на психіку та процеси самопізнання. Теоретичні засади забезпечують наукове підґрунтя для практичного застосування методів арт-терапії.

Тема 3. Види та форми арт-терапії

Арт-терапія включає різні форми роботи: малюнкову терапію, музикотерапію, танцювально-рухову терапію, драматерапію та інші. Кожна форма має власні техніки та специфіку застосування залежно від потреб клієнта. Види арт-терапії дозволяють адаптувати методи до індивідуальних особливостей та вікових груп. Їхнє поєднання створює інтегративний підхід у психотерапевтичній практиці.

Тема 4. Психологічні механізми арт-терапевтичного впливу

Арт-терапія діє через механізми символізації, творчої експресії та невербальної комунікації. Вона активізує внутрішні ресурси особистості та сприяє емоційному розвантаженню. Завдяки творчості клієнт отримує можливість виразити складні переживання у безпечній формі. Психологічні механізми арт-терапії забезпечують її ефективність у корекційній та психотерапевтичній роботі.

Тема 5. Арт-терапія у системі психотерапевтичних методів

Арт-терапія займає особливе місце серед психотерапевтичних методів завдяки своїй універсальності та інтегративності. Вона може поєднуватися з когнітивно-поведінковими, психоаналітичними та гуманістичними підходами. Її використання розширює можливості психотерапевта у роботі з різними категоріями клієнтів. Арт-терапія доповнює традиційні методи, створюючи нові шляхи психологічної допомоги.

Змістовний модуль 2. Практичні аспекти та застосування арт-терапії

Тема 6. Арт-терапія у роботі з дітьми

Арт-терапія є ефективним методом роботи з дітьми, оскільки дозволяє виражати емоції через творчість. Вона допомагає у розвитку комунікативних навичок, подоланні страхів та корекції поведінкових труднощів. Використання малювання, гри та музики створює безпечний простір для самовираження. Арт-терапія сприяє гармонійному розвитку особистості дитини.

Тема 7. Арт-терапія у роботі з дорослими

У роботі з дорослими арт-терапія використовується для подолання стресу, тривожності та кризових станів. Вона допомагає клієнтам усвідомити внутрішні конфлікти та знайти нові способи їх вирішення. Творчі методи сприяють самопізнанню та розвитку особистісного потенціалу. Арт-терапія стає інструментом психологічної підтримки у складних життєвих ситуаціях.

Тема 8. Арт-терапія у груповій роботі

Групова арт-терапія створює умови для спільної творчості та взаємної підтримки. Вона сприяє розвитку комунікації, емпатії та соціальних навичок. Групові процеси дозволяють учасникам відчувати приналежність та отримати новий досвід взаємодії. Арт-терапія у групах має потужний терапевтичний ефект завдяки колективній динаміці.

Тема 9. Арт-терапія у клінічній практиці

У клінічній психології арт-терапія застосовується для роботи з психічними та поведінковими розладами. Вона допомагає пацієнтам виражати емоції, які важко передати словами. Арт-терапевтичні методи використовуються як частина комплексної терапії разом із медикаментозним та психотерапевтичним лікуванням. Її ефективність підтверджується у випадках депресії, тривожних розладів та посттравматичних станів.

Тема 10. Арт-терапія у профілактиці та розвитку особистості

Арт-терапія має значний потенціал у профілактиці психологічних труднощів та розвитку особистості. Вона сприяє формуванню позитивного мислення, підвищенню самооцінки та розвитку творчих здібностей. Використання арт-терапії у профілактичній роботі допомагає знижувати рівень стресу та запобігати емоційному вигоранню. Творчі методи стають ресурсом для особистісного зростання та самореалізації.

4. Структура залікового кредиту з дисципліни

Назви змістовних модулів і тем практичних занять	Кількість годин			
	денна форма			
	усього	у тому числі		
		л.	пр.	с.р.
Змістовний модуль 1. Теоретичні та методологічні основи арт-терапії				
Тема 1. Арт-терапія як напрям психотерапії. Визначення, історія становлення та місце арт-терапії у системі психологічної допомоги.	10	2	2	6
Тема 2. Теоретичні засади арт-терапії. Основні концепції, психологічні та психотерапевтичні підходи, що лежать в основі арт-терапії.	10	2	2	6
Тема 3. Види та форми арт-терапії. Малюнок, музична, танцювальна, драматерапія та інші форми використання мистецтва у психотерапії.	10	2	2	6

Тема 4. Психологічні механізми арт-терапевтичного впливу. Роль символізації, творчої експресії та невербальної комунікації у процесі терапії.	10	2	2	6
Тема 5. Арт-терапія у системі психотерапевтичних методів. Співвідношення арт-терапії з іншими напрямками психотерапії, її інтегративний потенціал.	9	2	2	5
Змістовний модуль 2. Практичні аспекти та застосування арт-терапії				
Тема 6. Арт-терапія у роботі з дітьми. Особливості застосування творчих методів у дитячій психології та корекційній практиці.	9	2	2	5
Тема 7. Арт-терапія у роботі з дорослими. Використання арт-терапії для подолання стресу, тривожності та особистісних криз.	8	2	1	5
Тема 8. Арт-терапія у груповій роботі. Методи організації групових занять, динаміка групових процесів та їх терапевтичний ефект.	8	2	1	5
Тема 9. Арт-терапія у клінічній практиці. Застосування арт-терапевтичних технік у роботі з психічними та поведінковими розладами.	8	2	1	5
Тема 10. Арт-терапія у профілактиці та розвитку особистості. Використання творчих методів для профілактики психологічних труднощів та розвитку потенціалу особистості.	8	2	1	5
Усього:	90	20	16	54

5. Тематика практичних та занять з дисципліни

Змістовний модуль 1. Теоретичні та методологічні основи арт-терапії

Практичне заняття 1. Арт-терапія як психотерапевтичний напрям

- Охарактеризуйте історію становлення арт-терапії.
- Назвіть основні сфери застосування арт-терапії.
- Опишіть роль мистецтва у психотерапевтичному процесі.
- Зазначте переваги арт-терапії порівняно з іншими методами.

Практичне заняття 2. Теоретичні основи арт-терапії

- Охарактеризуйте психоаналітичні засади арт-терапії.
- Назвіть гуманістичні підходи у використанні мистецтва.
- Опишіть роль символізації у терапевтичному процесі.
- Зазначте значення теоретичних концепцій для практики.

Практичне заняття 3. Види та форми арт-терапії

- Охарактеризуйте малюнкову терапію та її особливості.
- Назвіть основні методи музикотерапії.
- Опишіть значення танцювально-рухової терапії.
- Запропонуйте приклади використання драматерапії.

Практичне заняття 4. Психологічні механізми арт-терапевтичного впливу

- Охарактеризуйте процес символізації у творчості.
- Назвіть механізми емоційного розвантаження через мистецтво.
- Опишіть роль невербальної комунікації у терапії.
- Зазначте значення творчої експресії для самопізнання.

Практичне заняття 5. Арт-терапія серед психотерапевтичних методів

- Охарактеризуйте місце арт-терапії у системі психотерапії.
- Назвіть можливості інтеграції арт-терапії з іншими методами.
- Опишіть переваги комплексного підходу у терапії.
- Запропонуйте приклади поєднання арт-терапії з когнітивними методами.

Змістовний модуль 2. Практичні аспекти та застосування арт-терапії

Практичне заняття 6. Арт-терапія у роботі з дітьми

- Охарактеризуйте особливості дитячої арт-терапії.
- Назвіть методи роботи з емоційними труднощами дітей.
- Опишіть значення гри та малювання у терапії.
- Запропонуйте приклади корекційних занять для дітей.

Практичне заняття 7. Арт-терапія у роботі з дорослими

- Охарактеризуйте застосування арт-терапії для подолання стресу.
- Назвіть методи роботи з кризовими станами.
- Опишіть значення творчості для самопізнання дорослих.
- Запропонуйте приклади арт-терапевтичних технік у роботі з дорослими.

Практичне заняття 8. Арт-терапія у груповій роботі

- Охарактеризуйте особливості групової арт-терапії.
- Назвіть методи організації групових занять.
- Опишіть значення групової динаміки у терапії.
- Запропонуйте приклади колективних творчих вправ.

Практичне заняття 9. Арт-терапія у клінічній практиці

- Охарактеризуйте застосування арт-терапії у лікуванні психічних розладів.
- Назвіть методи роботи з пацієнтами у клініці.
- Опишіть значення творчості для вираження емоцій у хворих.
- Запропонуйте приклади арт-терапії при депресії чи тривожності.

Практичне заняття 10. Арт-терапія у профілактиці та розвитку особистості

- Охарактеризуйте роль арт-терапії у профілактиці психологічних труднощів.
- Назвіть методи розвитку творчого потенціалу особистості.
- Опишіть значення арт-терапії для формування позитивного мислення.
- Запропонуйте приклади використання арт-терапії для самореалізації.

6. Тематика самостійних занять з дисципліни

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Самостійне заняття 1. Арт-терапія як психотерапевтичний напрям – Ознайомитися з історією становлення арт-терапії.	6

	– Визначити основні сфери застосування арт-терапії. – Підготувати приклади використання мистецтва у психотерапії. – Проаналізувати переваги арт-терапії порівняно з іншими методами.	
2	Самостійне заняття 2. Теоретичні основи арт-терапії – Вивчити психоаналітичні засади арт-терапії. – Ознайомитися з гуманістичними та екзистенційними підходами. – Підготувати схему психологічних концепцій арт-терапії. – Проаналізувати роль символізації у терапевтичному процесі.	6
3	Самостійне заняття 3. Види та форми арт-терапії – Охарактеризувати малюнкову терапію. – Вивчити методи музикотерапії. – Ознайомитися з танцювально-руховою терапією. – Підготувати приклади драматерапії. – Порівняти ефективність різних форм арт-терапії.	6
4	Самостійне заняття 4. Психологічні механізми арт-терапевтичного впливу – Охарактеризувати процес символізації у творчості. – Вивчити механізми емоційного розвантаження. – Ознайомитися з роллю невербальної комунікації. – Підготувати приклади творчої експресії у терапії.	6
5	Самостійне заняття 5. Арт-терапія серед психотерапевтичних методів – Вивчити місце арт-терапії у системі психотерапії. – Ознайомитися з інтеграцією арт-терапії з іншими методами. – Підготувати приклади комплексного підходу. – Проаналізувати поєднання арт-терапії з когнітивними методами.	5
6	Самостійне заняття 6. Арт-терапія у роботі з дітьми – Охарактеризувати особливості дитячої арт-терапії. – Вивчити методи роботи з емоційними труднощами дітей. – Підготувати приклади корекційних занять. – Проаналізувати значення гри та малювання.	5
7	Самостійне заняття 7. Арт-терапія у роботі з дорослими – Охарактеризувати застосування арт-терапії для подолання стресу. – Вивчити методи роботи з кризовими станами. – Підготувати приклади технік самопізнання. – Проаналізувати значення творчості для дорослих.	5
8	Самостійне заняття 8. Арт-терапія у груповій роботі – Охарактеризувати особливості групової арт-терапії. – Вивчити методи організації групових занять. – Підготувати приклади колективних вправ. – Проаналізувати значення групової динаміки.	5
9	Самостійне заняття 9. Арт-терапія у клінічній практиці	5

	– Охарактеризувати застосування арт-терапії у лікуванні психічних розладів. – Вивчити методи роботи з пацієнтами. – Підготувати приклади арт-терапії при депресії. – Проаналізувати роль творчості у вираженні емоцій.	
10	Самостійне заняття 10. Арт-терапія у профілактиці та розвитку особистості – Охарактеризувати роль арт-терапії у профілактиці. – Вивчити методи розвитку творчого потенціалу. – Підготувати приклади формування позитивного мислення. – Проаналізувати значення арт-терапії для самореалізації.	5
Всього		54

7. Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

У процесі вивчення дисципліни «Арт-терапія» використовуються наступні методи оцінювання навчальної роботи студентів:

- стандартизовані тести;
- поточне опитування;
- залікове модульне тестування та опитування;
- реферати, презентації;
- залік.

8. Критерії, форми поточного та підсумкового контролю

Підсумковий бал (за 100-бальною шкалою) з дисципліни «Арт-терапія» визначається як середньозважена величина, залежно від питомої ваги кожної складової залікового кредиту:

Модуль 1		Модуль 2	
40%	10%	40%	10%
Поточне оцінювання	Модульний контроль 1	Поточне оцінювання	Модульний контроль 2
Оцінка за поточне оцінювання визначається як середнє арифметичне з оцінок, отриманих під час занять (5 занять, 5 тем – 5 оцінок).		Оцінка за поточне оцінювання визначається як середнє арифметичне з оцінок, отриманих під час занять (5 занять, 5 тем – 5 оцінок).	
2.Модульний контроль 1 проводиться на 4 занятті. Оцінка за Модульний контроль 1 виставляється на підставі виконання письмового завдання.		2.Модульний контроль 2 проводиться на останньому практичному занятті. Оцінка за Модульний контроль 2 виставляється на підставі виконання письмового завдання.	

Усі форми контрольних заходів та критерії оцінювання здобувачів зазначенні в положенні університету про оцінювання результатів вивчення навчальної дисципліни.

Шкала оцінювання

За шкалою університету	За національною шкалою	За шкалою ECTS
90-100	відмінно	A (відмінно)
85-89	добре	B (дуже добре)
75-84		C (добре)
65-74	задовільно	D (задовільно)
60-64		E (достатньо)
35-59	незадовільно	FX (незадовільно з можливістю повторного складання)
1-34		F (незадовільно з обов'язковим повторним курсом)

9. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення, використання яких передбачає навчальна дисципліна

№ п/п	Найменування	Номер теми
1	Мультимедійний проектор	1-10
2	Проекційний екран	
3	Комунікаційне програмне забезпечення (Google Chrome, Firefox)	
4	Наявність доступу до мережі Інтернет	
5	Персональні комп'ютери, ноутбук.	
6	Комунікаційне програмне забезпечення (Zoom) для проведення занять у режимі он-лайн (за необхідності)	
7	Комунікаційна навчальна платформа (Moodle) для організації дистанційного навчання (за необхідності)	
8	Програмне забезпечення: ОС Windows	
9	Інструменти Microsoft Office (Word; Excel; Power Point і т. і.)	

10. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основні:

1. Брюховецька О. В., Перун М. Б. (ред.). *Простір арт-терапії: збірник наукових праць*. Київ: Арт-терапевтична асоціація, 2025.
2. Вознесенська О. Л., Перун М. Б. (ред.). *Простір арт-терапії: єднання у творчій співдії*. Львів: ДВНЗ «УМО» НАПН України, 2024.
3. Калька Н., Легка А. *Основи арт-терапії: практичний посібник*. Львів: ЛьвДУВС, 2024.
4. Кобець Д. С. *Особливості арт-терапії в Україні*. Запоріжжя: ЗНУ, 2024.
5. Лушин П. В., Перун М. Б., Титаренко Т. М. та ін. *Простір арт-терапії: мистецтво відновлення психічного здоров'я в часи війни*. Київ: ДВНЗ «УМО» НАПН України, 2023.

Додаткові:

6. Case C., Dalley T. *The Handbook of Art Therapy*. London: Routledge, 2019.
7. Junge M. B. *Creative Arts Therapies: Past, Present, and Future*. Springfield: Charles C Thomas, 2022.

8. Malchiodi C. A. *The Art Therapy Sourcebook*. New York: McGraw-Hill, 2020.
9. Rubin J. A. *Approaches to Art Therapy: Theory and Technique*. New York: Routledge, 2021.
10. Кітура О. *Групові заняття з використанням арт-методик*. Київ: ГО «Мережа Центрів Едукації», 2024.

Інформаційні ресурси:

1. [DSpace ZNU – електронні роботи з арт-терапії](#)
2. Digital Library NAES of Ukraine – Простір арт-терапії ([lib.iitta.gov.ua in Bing](http://lib.iitta.gov.ua))
3. [Google Scholar – Art Therapy Research](#)
4. [ResearchGate – Art Therapy Publications](#)
5. [Всеукраїнська Арт-терапевтична Асоціація](#)
6. [Українська асоціація арт-терапевтів](#)
7. [Національна академія педагогічних наук України](#)
8. [Міністерство освіти і науки України](#)