

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
УКРАЇНСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ МИХАЙЛА ДРАГОМАНОВА

Кафедра практичної психології



**РОБОЧА ПРОГРАМА**  
вибіркової навчальної дисципліни

*«Техніки роботи з метафорично асоціативними картками  
у роботі практичного психолога»*

**освітнього рівня магістр**

(назва освітнього рівня)

галузі знань **05 Соціальні та поведінкові науки**

(шифр і назва галузі знань)

спеціальності **053 Психологія**

(код і назва спеціальності)

**ОПП «Практична психологія»**

**Шифр за навчальним планом ВВ2.04**

Київ – 2023

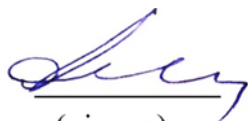
Робоча програма розроблена на підставі навчальної програми *«Техніки роботи з метафорично асоціативними картками у роботі практичного психолога»*, затверджена Вченою радою УДУ імені Михайла Драгоманова

Розробник: *Унінець І.М.*, доктор філософії (Ph.D), професор доцент кафедри практичної психології педагогічного факультету УДУ імені Михайла Драгоманова

Робоча програма затверджена на засіданні кафедри практичної психології

«30» серпня 2023 року, протокол № 1.

Завідувач кафедри



(підпис)

проф. Митник О.Я.

## I. Опис навчальної дисципліни

Загальні характеристики дисципліни	Навчальне навантаження з дисципліни		Методи навчання і форми контролю
Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки	Кількість кредитів – 3 ЄКТС		<i>Методи навчання</i>  Інтерактивні методи: <i>мікрОВикладання, інверсії, емпатії</i> Рольовий тренінг.  Розв'язування психологічних завдань.  <i>Форми поточного контролю</i>  Модульні контрольні роботи, ІНДЗ  <i>Форма підсумкового контролю</i>  Залік
Спеціальність 053 Психологія	Загальна кількість годин -90		
Освітній рівень магістр	<i>Денна</i>	<i>Заочна</i>	
	Лекції:		
	6		
Статус дисципліни вибіркова	Семінарські (практичні) заняття:		
	6		
Рік вивчення дисципліни за навчальним планом 2-й	-	-	
	Індивідуальна робота:		
Семестр 3-й	-	-	
	Самостійна робота:		
Тижневе навантаження (4год.) - аудиторне: год. - самостійна робота: 4год.	-	78	
	Співвідношення аудиторних годин і годин СРС:		
<i>Мова навчання – українська</i>			

**Предметом** вивчення навчальної дисципліни є засоби надання психологічної допомоги за допомогою техніки Метафоричних карт.

**Міждисциплінарні зв'язки:** «Вікова психологія», «Психодіагностика», «Психологічне консультування», «Психодіагностика», «Психологічне консультування», «Основи психокорекції».

### Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою опанування даної дисципліни є теоретико-практичне ознайомлення студентів з техніками у роботі для надання психологічної допомоги особистості.

**Основними завданнями вивчення дисципліни «Техніки роботи з метафорично асоціативними картками у роботі практичного психолога» є:**

- переваги та особливості використання метафорично асоціативних карток;
- ознайомити з особливостями використання метафорично асоціативними картками;
- практично продемонструвати дію метафорично асоціативних карток у роботі психолога.

## II. Основні результати навчання та компетентності, які вони формують:

№ з/п	Результати навчання	Загальні компетентності
1.	<p>ПР1. Здійснювати пошук, опрацювання та аналіз професійно важливих знань із різних джерел із використанням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій.</p> <p>ПР2. Вміти організувати та проводити психологічне дослідження із застосуванням валідних та надійних методів.</p> <p>ПР14. Здатність будувати (розробляти): різноманітні технології розвивальних впливів на особистісно-професійний розвиток людини: технології ігromodelювання, технології психоконсультавання, психокорекційні технології.</p> <p>ПР15. Здатність демонструвати розуміння закономірностей та особливостей розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань та усвідомлювати психофізіологічні засади розвитку особистості, зокрема, становлення творчої особистості.</p> <p>ПР16. Здатність до рефлексії у професійній діяльності, адекватного оцінювання власних досягнень та недоліків у професійній сфері.</p>	<p>ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</p> <p>ЗК2. Здатність проведення досліджень на відповідному рівні.</p> <p>ЗК3. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).</p> <p>СК9. Здатність дотримуватися у фаховій діяльності норм професійної етики та керуватися загальнолюдськими цінностями.</p> <p>СК10. Здатність розробляти та впроваджувати інноваційні методи психологічної допомоги клієнтам у складних життєвих ситуаціях.</p> <p>СК11. Здатність будувати різноманітні технології розвивальних впливів на особистісно-професійний розвиток людини: технології ігromodelювання, технології психоконсультавання, психокорекційні технології розвитку аутокомпетентності.</p>

### III. Тематичний план дисципліни

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 3 кредити ЄКТС 90 годин.

№ з/п	Назви модулів і тем	Кількість годин (заочна (вечірня) форма навчання)				
		Аудиторні	Лекції	Практичні (семінарські)	Лабораторні	СРС
	<b>Модуль 1. Теоретичні засади використання метафорично асоціативних карток</b>					
	Тема 1. Основні поняття метафорично асоціативних карток.	2	1	1		12
	Тема 2 Принципи та правила роботи з МАК.	2	1	1		12
	Тема 3. Вікові особливості використання МАК.	2	1	1		12
	<b>Разом за змістовим модулем 1</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>		<b>36</b>
	<b>Модуль 2 «Напрями використання метафорично асоціативних карток в роботі психолога»</b>					
	Тема 1. Використання МАК з дітьми у індивідуальній та груповій роботі.	2	1	1		14
	Тема 2. Метафорично асоціативні картки в роботі з жінками.	2	1	1		14

	Метафорично асоціативні картки в роботі із страхами.					
	Тема 3. Метафорично асоціативні картки в роботі з групами. Метафорично асоціативні картки в роботі зі специфічними проблемами.	2	1	1		14
	<b>Разом за змістовим модулем 2</b>	<b>6</b>	<b>3</b>	<b>3</b>		<b>42</b>
	Разом:	<b>12</b>	<b>6</b>	<b>6</b>		<b>78</b>

### III. Зміст навчальної дисципліни за модулями і темами:

№ з/п	3.1. Назва модулів, тем та їх зміст	К-сть годин	
		Всього	в т.ч. лекцій
	<b>Модуль 1. «Теоретичні засади використання метафорично асоціативних карток»</b>	<b>6</b>	<b>3</b>
	<i>Тема 1. Основні поняття метафорично асоціативних карток. Рекомендовані інформаційні джерела основні: [1-57]; додаткові: [1-5].</i>	2	1
	<i>Тема 2. Принципи та правила роботи з МАК. Рекомендовані інформаційні джерела основні: [1-57]; додаткові: [1-5].</i>	2	1
	<i>Тема 3. Вікові особливості використання МАК. Рекомендовані інформаційні джерела основні: [1-57]; додаткові: [1-5].</i>	2	1

	<p><b>Модуль 2. «Напрями використання метафорично асоціативних карток в роботі психолога»</b></p> <p>Тема 1. Використання МАК з дітьми у індивідуальній та груповій роботі.  <i>Рекомендовані інформаційні джерела</i>  <b>основні:</b> [1-57];  <b>додаткові:</b> [1-5].</p> <p>Тема 2. Метафорично асоціативні картки в роботі з жінками. Метафорично асоціативні картки в роботі із страхами.  <i>Рекомендовані інформаційні джерела</i>  <b>основні:</b> [1-57];  <b>додаткові:</b> [1-5].</p> <p>Тема 3. Метафорично асоціативні картки в роботі з групами. Метафорично асоціативні картки в роботі зі специфічними проблемами.  <i>Рекомендовані інформаційні джерела</i>  <b>основні:</b> [1-57];  <b>додаткові:</b> [1-5].</p>	<p><b>6</b></p> <p>2</p> <p>2</p> <p>2</p>	<p><b>3</b></p> <p>1</p> <p>1</p> <p>1</p>
--	--	--	--

## 4.2. Плани семінарських та практичних занять

### Модуль 1. «Теоретичні засади використання метафорично асоціативних карток»

#### Тема 1 «МАК: знайомимося ґрунтовно».

*Основи роботи з МАК.* Знайомство з метафоричними асоціативними картами (МАК). Правила і принципи роботи з МАК, їх переваги і обмеження. Класифікація колод. Базові колоди. Як вибрати колоду? Індивідуальна і групова робота. Використання МАК для дозвілля і допомоги своїм близьким.

*«Структура сесії на базі МАК від А до Я. Базові техніки».* Способи пошуку теми для роботи на сесії. Робота без запиту і робота з конкретним запитом. Як перетворити скаргу клієнта в запит? Ключові запитання при роботі з МАК. Базові техніки та схеми роботи з різними колодами. *МАК-практикум.*

#### *Рекомендовані інформаційні джерела:*

- *основні:* [1-57];
- *додаткові:* [1-5].

#### Тема 2. «Створи себе сам».

*МАК в роботі з самими собою,* їх використання для самодослідження і самотворення. Трикутник «Емоції – думки – тілесні реакції». Техніка глибинного самоаналізу. Техніки роботи з субособистостями і соціальними ролями. Алгоритм самодопомоги з МАК.

*«Мозок може все!».* МАК в роботі з переконаннями, внутрішніми настановами. Про спосіб думати і сприймати світ так, щоб почуватися благополучною людиною. Життєві сценарії: дослідження за допомогою МАК. *МАК-практикум.*

#### *Рекомендовані інформаційні джерела:*

- *основні:* [1-57];
- *додаткові:* [1-5].

#### Тема 3. «Рух до омріяного». Знайомство з відомими моделями коучингу у поєднанні з МАК.

Коучинг як мистецтво легко рухатися до своїх цілей. Чого насправді Я хочу і як цього досягнути? Алгоритм коучингової бесіди. Формулювати запитання і слухати – важливі уміння при роботі з МАК. «Мрія – ціль – результат». Колесо життєвого балансу. Дослідження сфер життя та життєвих цілей. Піраміда Р. Ділтса в коучингу. Техніки пошуку внутрішніх та зовнішніх ресурсів (час, енергія, здібності тощо) для підвищення самоефективності в досягненні бажаного. Техніка «10 запитань для самокоучингу». *МАК-практикум.*

#### *Рекомендовані інформаційні джерела:*

- *основні:* [1-57];
- *додаткові:* [1-5].

### Модуль 2. «Напрями використання метафорично асоціативних карток в роботі психолога».



#### Тема 4. «Емоції: перешкода чи ресурс?»

МАК як інструмент в роботі з емоціями. Якщо я не управляю собою, тоді хто? Гнів, страх, образа, вина, сум, сором та ін. Колесо емоцій. Як можна потрапити в замкнуте коло негативних емоцій і як з нього вийти? Негативний осад. Як від нього звільнитися? Використання МАК для підтримки ресурсного емоційного стану. *МАК-практикум.*

##### *Рекомендовані інформаційні джерела:*

- *основні:* [1-57];
- *додаткові:* [1-5].

#### Тема 5. «Розмаїття розкладів МАК для різних сфер життя» (опрацювання тем на вибір учасників курсу).

- «Алхімія стосунків». МАК як інструмент роботи зі стосунками (парними, подружніми, дитячо-батьківськими тощо. Психологічні кордони особистості.
- «Мости чи фортеці. Що важливіше?». Схеми МАК для усвідомлення і пошуку шляхів вирішення емоційно-напружених комунікативних ситуацій. Трикутник Карпмана в стосунках: переслідувач – жертва – рятівник.
- «МАК – сам собі доктор». Психосоматичний аспект в роботі з МАК. Взаємозв'язок емоцій і симптомів в тілі.

##### *Рекомендовані інформаційні джерела:*

- *основні:* [1-57];
- *додаткові:* [1-5].

**Тема 6.** Метафорично асоціативні картки в роботі з групами. Метафорично асоціативні картки в роботі зі специфічними проблемами.

- Робота зі снами. Можливості використання МАК для роботи зі снами.
- «Танго з грошима». Взаємини з грошима. Опрацювання фінансових задач.
- «Я і моя робота, кар'єра, досягнення». Дослідження за допомогою МАК і планування змін.
- «Драйв» змін. Стабільність чи зміни. Що краще? Техніки з МАК для вирішення життєвих завдань.

##### *Рекомендовані інформаційні джерела:*

- *основні:* [1-57];
- *додаткові:* [1-5].

### 4.3. Організація самостійної роботи студентів

1. Аналіз літературних джерел з теми дослідження та написання конспектів.
2. Написання рефератів.
3. Розв'язання психологічних задач.

№ з/п	Зміст завдання	Форма звітності
1.	Знайомство з метафоричними асоціативними картами (МАК).	Демонстрація на практ..з. 1 (модуль 1)
2.	Правила і принципи роботи з МАК, їх переваги і обмеження.	Демонстрація та обговорення на практ..з. 2(модуль 1)
3.	Класифікація колод. Базові колоди. Як вибрати колоду?.	Демонстрація на практ. з. 1 (модуль 1)
4.	Індивідуальна і групова робота.	Презентація на практ..з. 2(модуль 1)
5.	Використання МАК для дозвілля і допомоги своїм близьким.	Демонстрація та обговорення на практ..з. 3(модуль 1)
6.	Базові техніки». Способи пошуку теми для роботи на сесії.	Презентація на практ.з. 4 (модуль 1)
7.	Робота без запиту і робота з конкретним запитом. Як перетворити скаргу клієнта в запит?	Демонстрація на прак.з. 1 (модуль 1)
8	Ключові запитання при роботі з МАК. Базові техніки та схеми роботи з різними колодами.	Презентація на практ.з. (модуль 1)
9	<i>МАК в роботі з самими собою</i> , їх використання для самодослідження і самотворення.	Презентація на практ.з. (модуль 1)
10	Трикутник «Емоції – думки – тілесні реакції». Техніка глибинного самоаналізу.	Презентація на практ.з. (модуль 1)
11	Техніки роботи з субособистостями і соціальними ролями. Алгоритм самопомоги з МАК.	Презентація на практ.з. (модуль 1)
12	<i>«Мозок може все!»</i> . МАК в роботі з переконаннями, внутрішніми настановами. Про спосіб думати і сприймати світ так, щоб почуватися благополучною людиною.	Презентація на практ.з. (модуль 1)

13	Життєві сценарії: дослідження за допомогою МАК.	Презентація на практич.з. (модуль 1)
14	Коучинг як мистецтво легко рухатися до своїх цілей. Чого насправді Я хочу і як цього досягнути? Алгоритм коучингової бесіди.	Презентація на практич. (модуль 2)
15	Формулювати запитання і слухати – важливі уміння при роботі з МАК. «Мрія – ціль – результат».	Презентація на практич. (модуль 2)
16	Колесо життєвого балансу. Дослідження сфер життя та життєвих цілей. Піраміда Р. Ділтса в коучингу.	Презентація на практич. (модуль 2)
17	Техніки пошуку внутрішніх та зовнішніх ресурсів (час, енергія, здібності тощо) для підвищення самоефективності в досягненні бажаного. Техніка «10 запитань для самокоучингу».	Презентація на практич. (модуль 2)
18	МАК як інструмент в роботі з емоціями. Якщо я не управляю собою, тоді хто? Гнів, страх, образа, вина, сум, сором та ін.	Презентація на практич.з. (модуль 2)
19	Колесо емоцій. Як можна потрапити в замкнуте коло негативних емоцій і як з нього вийти?	Презентація на практич.з. (модуль 2)
20	Негативний осад. Як від нього звільнитися? Використання МАК для підтримки ресурсного емоційного стану.	Презентація на практич.з. (модуль 2)
21	«Алхімія стосунків». МАК як інструмент роботи зі стосунками (парними, подружніми, дитячо-батьківськими тощо. Психологічні кордони особистості.	Презентація на практич.з. (модуль 2)
22	«Мости чи фортеці. Що важливіше?». Схеми МАК для усвідомлення і пошуку шляхів вирішення емоційно-напружених комунікативних ситуацій. Трикутник Карпмана в стосунках: переслідувач – жертва – рятувальник.	Презентація на практич.з. (модуль 2)
23	«МАК – сам собі доктор». Психосоматичний аспект в роботі з МАК. Взаємозв'язок емоцій і симптомів в тілі.	Презентація на практич.з. (модуль 2)
24	Робота зі снами. Можливості використання МАК для роботи зі снами. «Танго з грошима». Взаємини з грошима. Опрацювання фінансових задач.	Презентація на практич.з. (модуль 2)

25	«Я і моя робота, кар'єра, досягнення». Дослідження за допомогою МАК і планування змін.	Презентація на пр.з. (модуль 2)
26	«Драйв» змін. Стабільність чи зміни. Що краще? Техніки з МАК для вирішення життєвих завдань. Модель Н. Пезешкіана у поєднанні з МАК. <i>МАК-практикум</i> .	Презентація на пр.з. (модуль 2)

### Вказівки до виконання ІНДЗ

Мета творчої роботи — виявити рівень засвоєння студентами фундаментальних понять спецсемінару «Стрес-менеджмент. Тему творчої роботи визначає викладач. Практичне завдання – описати алгоритм самопомоги при переживанні стресового стану, використовуючи практичні знання курсу.

### Теми ІНДЗ

1. Основи роботи з МАК. Знайомство з метафоричними асоціативними картами (МАК). Правила і принципи роботи з МАК, їх переваги і обмеження. Класифікація колод. Базові колоди. Як вибрати колоду? Індивідуальна і групова робота. Використання МАК для дозвілля і допомоги своїм близьким.
2. «Структура сесії на базі МАК від А до Я. Базові техніки». Способи пошуку теми для роботи на сесії. Робота без запиту і робота з конкретним запитом. Як перетворити скаргу клієнта в запит? Ключові запитання при роботі з МАК. Базові техніки та схеми роботи з різними колодами. МАК в роботі з самими собою, їх використання для самодослідження і самотворення. Трикутник «Емоції – думки – тілесні реакції». Техніка глибинного самоаналізу. Техніки роботи з субособистостями і соціальними ролями. Алгоритм самопомоги з МАК.
3. «Мозок може все!». МАК в роботі з переконаннями, внутрішніми настановами. Про спосіб думати і сприймати світ так, щоб почуватися благополучною людиною. Життєві сценарії: дослідження за допомогою МАК.
4. Коучинг як мистецтво легко рухатися до своїх цілей. Чого насправді Я хочу і як цього досягнути? Алгоритм коучингової бесіди. Формулювати запитання і слухати – важливі уміння при роботі з МАК. «Мрія – ціль – результат». Колесо життєвого балансу. Дослідження сфер життя та життєвих цілей. Піраміда Р. Ділтса в коучингу. Техніки пошуку внутрішніх та зовнішніх ресурсів (час, енергія, здібності тощо) для підвищення самоефективності в досягненні бажаного. Техніка «10 запитань для самокоучингу».
5. МАК як інструмент в роботі з емоціями. Якщо я не управляю собою, тоді хто? Гнів, страх, образа, вина, сум, сором та ін. Колесо емоцій. Як можна потрапити в замкнуте коло негативних емоцій і як з нього вийти? Негативний осад. Як від нього звільнитися? Використання МАК для підтримки ресурсного емоційного стану. «Алхімія стосунків». МАК як інструмент роботи зі стосунками (парними, подружніми, дитячо-батьківськими тощо). Психологічні кордони особистості.
6. «Мости чи фортеці. Що важливіше?». Схеми МАК для усвідомлення і пошуку шляхів вирішення емоційно-напружених комунікативних ситуацій.

- Трикутник Карпмана в стосунках: переслідувач – жертва – рятівник.
7. «МАК – сам собі доктор». Психосоматичний аспект в роботі з МАК. Взаємозв'язок емоцій і симптомів в тілі.
  8. Робота зі снами. Можливості використання МАК для роботи зі снами.
  9. «Танго з грошима». Взаємини з грошима. Опрацювання фінансових задач.
  10. «Я і моя робота, кар'єра, досягнення». Дослідження за допомогою МАК і планування змін.
  11. «Драйв» змін. Стабільність чи зміни. Що краще? Техніки з МАК для вирішення життєвих завдань. Модель Н. Пезешкіана у поєднанні з МАК.

### **Завдання до контрольної роботи. Модульна контрольна робота № 1 (приклад)**

1. Правила і принципи роботи з МАК, їх переваги і обмеження.
2. Класифікація колод. Базові колоди. Як вибрати колоду?
3. Індивідуальна і групова робота. Використання МАК для дозвілля і допомоги своїм близьким.
4. «Структура сесії на базі МАК від А до Я. Базові техніки».
5. Способи пошуку теми для роботи на сесії. Робота без запиту і робота з конкретним запитом. Як перетворити скаргу клієнта в запит? Ключові запитання при роботі з МАК.
6. Базові техніки та схеми роботи з різними колодами.
7. МАК в роботі з самими собою, їх використання для самодослідження і самотворення.
8. Трикутник «Емоції – думки – тілесні реакції». Техніка глибинного самоаналізу.
9. Техніки роботи з субособистостями і соціальними ролями. Алгоритм самопомоги з МАК.
10. «Мозок може все!». МАК в роботі з переконаннями, внутрішніми настановами. Про спосіб думати і сприймати світ так, щоб почуватися благополучною людиною. Життєві сценарії: дослідження за допомогою МАК.
11. Коучинг як мистецтво легко рухатися до своїх цілей. Чого насправді Я хочу і як цього досягнути?
12. Алгоритм коучингової бесіди. Формулювати запитання і слухати – важливі уміння при роботі з МАК.
13. «Мрія – ціль – результат». Колесо життєвого балансу. Дослідження сфер життя та життєвих цілей.
14. Піраміда Р. Ділтса в коучингу. Техніки пошуку внутрішніх та зовнішніх ресурсів (час, енергія, здібності тощо) для підвищення самоефективності в досягненні бажаного.
15. Техніка «10 запитань для самокоучингу».

#### **1. Модульна контрольна робота № 2 (приклад)**

16. МАК як інструмент в роботі з емоціями. Якщо я не управляю собою, тоді хто?

- Гнів, страх, образа, вина, сум, сором та ін.
17. Колесо емоцій. Як можна потрапити в замкнуте коло негативних емоцій і як з нього вийти?
  18. Негативний осад. Як від нього звільнитися? Використання МАК для підтримки ресурсного емоційного стану.
  19. «Алхімія стосунків». МАК як інструмент роботи зі стосунками (парними, подружніми, дитячо-батьківськими тощо).
  20. Психологічні кордони особистості.
  21. «Мости чи фортеці. Що важливіше?». Схеми МАК для усвідомлення і пошуку шляхів вирішення емоційно-напружених комунікативних ситуацій.
  22. Трикутник Карпмана в стосунках: переслідувач – жертва – рятівник.
  23. «МАК – сам собі доктор». Психосоматичний аспект в роботі з МАК. Взаємозв'язок емоцій і симптомів в тілі.
  24. Робота зі снами. Можливості використання МАК для роботи зі снами.
  25. «Танго з грошима». Взаємини з грошима. Опрацювання фінансових задач. «Я і моя робота, кар'єра, досягнення».
  26. Дослідження за допомогою МАК і планування змін. «Драйв» змін. Стабільність чи зміни. Що краще?
  27. Техніки з МАК для вирішення життєвих завдань. Модель Н. Пезешкіана у поєднанні з МАК.

## **Форма підсумкового контролю успішності навчання**

залік

### **Питання до заліку:**

1. Правила і принципи роботи з МАК, їх переваги і обмеження. Класифікація колод.
2. Базові колоди. Як вибрати колоду? Індивідуальна і групова робота.
3. Використання МАК для дозвілля і допомоги своїм близьким.
4. «Структура сесії на базі МАК від А до Я. Базові техніки». Способи пошуку теми для роботи на сесії.
5. Робота без запиту і робота з конкретним запитом. Як перетворити скаргу клієнта в запит? Ключові запитання при роботі з МАК.
6. Базові техніки та схеми роботи з різними колодами.
7. МАК в роботі з самими собою, їх використання для самодослідження і самотворення.
8. Трикутник «Емоції – думки – тілесні реакції».
9. Техніка глибинного самоаналізу. Техніки роботи з субособистостями і соціальними ролями. Алгоритм самодопомоги з МАК.
10. «Мозок може все!». МАК в роботі з переконаннями, внутрішніми настановами.
11. Про спосіб думати і сприймати світ так, щоб почуватися благополучною людиною. Життєві сценарії: дослідження за допомогою МАК.
12. Коучинг як мистецтво легко рухатися до своїх цілей. Чого насправді Я хочу і як цього досягнути?
13. Алгоритм коучингової бесіди. Формулювати запитання і слухати – важливі уміння при роботі з МАК. «Мрія – ціль – результат».
14. Колесо життєвого балансу. Дослідження сфер життя та життєвих цілей.

15. Піраміда Р. Ділтса в коучингу.
16. Техніки пошуку внутрішніх та зовнішніх ресурсів (час, енергія, здібності тощо) для підвищення самоефективності в досягненні бажаного.
17. Техніка «10 запитань для самокоучингу».
18. МАК як інструмент в роботі з емоціями. Якщо я не управляю собою, тоді хто? Гнів, страх, образа, вина, сум, сором та ін.
19. Колесо емоцій. Як можна потрапити в замкнуте коло негативних емоцій і як з нього вийти? Негативний осад. Як від нього звільнитися?
20. Використання МАК для підтримки ресурсного емоційного стану.
21. «Алхімія стосунків». МАК як інструмент роботи зі стосунками (парними, подружніми, дитячо-батьківськими тощо). Психологічні кордони особистості.
22. «Мости чи фортеці. Що важливіше?». Схеми МАК для усвідомлення і пошуку шляхів вирішення емоційно-напружених комунікативних ситуацій.
23. Трикутник Карпмана в стосунках: переслідувач – жертва – рятівник.
24. «МАК – сам собі доктор». Психосоматичний аспект в роботі з МАК. Взаємозв'язок емоцій і симптомів в тілі.
25. Робота зі снами. Можливості використання МАК для роботи зі снами.
26. «Танго з грошима». Взаємини з грошима. Опрацювання фінансових задач.
27. «Я і моя робота, кар'єра, досягнення». Дослідження за допомогою МАК і планування змін.
28. «Драйв» змін. Стабільність чи зміни. Що краще?
29. Техніки з МАК для вирішення життєвих завдань. Модель Н. Пезешкіана у поєднанні з МАК.

## **V. Контроль якості знань студентів Форми і методи поточного контролю**

Оцінювання знань студентів відбувається на семінарах і практичних заняттях, також оцінюються індивідуальні завдання, що виконуються студентами протягом семестру.

### **Форми і методи підсумкового контролю**

Поточний контроль включає в себе:

- тестування (на початку кожного лекційного заняття, як контроль засвоєних студентами знань);
- самостійна робота (самостійний пошук інформації, написання ІНДЗ);
- оцінювання активної роботи під час семінарських та лабораторних занять;
- модульні контрольні роботи.

### **Критерії оцінювання знань студентів**

1. Грамотність використання термінологічного апарату
2. Логічність викладу матеріалу
3. Обізнаність з науковою літературою по темі
4. Повнота висвітлення матеріалу у виступі
5. Творчі здібності до розкриття теми, висвітлення проблеми при

виконанні практичних завдань.

Вимоги до знань та умінь студентів	Максимальна кількість балів, оцінка за шкалою ECTS
Повно й ґрунтовно володіє знаннями, фактичною інформацією та поняттєвим апаратом, в логічній послідовності передає знання першого та другого модуля з відповідним аналізом й узагальненням вивченого. Простежувався зв'язок теоретичного матеріалу з практикою.	A: 90 – 100 б.
Свідомо володіє знаннями, фактичною інформацією та поняттєвим апаратом, в логічній послідовності передає знання першого та другого модуля з відповідним аналізом й узагальненням вивченого.	B: 80 – 89 б.
Свідомо володіє знаннями, фактичною інформацією та поняттєвим апаратом. Проте відсутня логічна послідовність у викладі матеріалу, відсутні певні висновки щодо викладеної інформації.	C: 70 – 79 б.
Знання модулів передаються зазубреними з підручників (з конспекту) фразами. Відсутня логічна послідовність у викладі навчального матеріалу, відсутні певні висновки щодо викладеної інформації.	D: 65 – 69 б.
Знання модуля передаються тільки за допомогою певних питань з боку викладача.	E: 60 – 69 б.

**Розрахунок максимальної кількості балів, що присвоюються студентам**

Вид діяльності	Максимальна кількість балів за одиницю	Кількість одиниць до розрахунку	Всього
Робота на семінарському (практичному) занятті (в тому числі доповідь, виступ, повідомлення, участь у дискусії)	8	5	40
ІНДЗ	30	1	30
Модульна контрольна робота	15	2	30
<b>максимальна кількість балів</b>			<b>100</b>

**Форма підсумкового контролю успішності – залік.**



**VI. Навчально-методична картка спецкурсу «Техніки роботи з метафорично асоціативними картками у роботі практичного психолога»**

**Разом: 90 год., із них 6 год. – лекції, 6 год. – практичні (семінарські) заняття, 78 год. – самостійна робота.**

Модулі	I модуль						II модуль					
Лекції	4	6	6	4			4	4	6			
Дати	6.09	8.09	14.10	20.10			10.11	15.11	25.11			
		10.09	14.10	20.10			10.11	15.11	25.11			
		10.09	16.10						02.12			
Теоретичні розділи	<b>«Теоретичні засади використання метафорично асоціативних карток»</b>						<b>«Напрями використання метафорично асоціативних карток в роботі психолога»</b>					
Теми лекцій	Основні поняття метафорично асоціативних карток.	Принципи та правила роботи з МАК.	Вікові особливості використання МАК.				Використання МАК з дітьми у індивідуальній та груповій роботі.	Метафорично асоціативні картки в роботі з жінками. Метафорично асоціативні картки в роботі із	Метафорично асоціативні картки в роботі з групами. Метафорично асоціативні картки в роботі зі специфічними проблемами.			
Модулі	I модуль						II модуль					
Лабораторні заняття								4	6			
Семінарські заняття				4	4	4	4					
Дати				15.09	22.09	24.09	10.11	20.11	14.12			
				15.09	22.09	24.09	10.11	20.11	14.12			

Теми				Основні поняття метафорично асоціативних карток.	Принципи та правила роботи з МАК.	Вікові особливості використання МАК.		Використання МАК з дітьми у індивідуальній та груповій роботі.	Метафорично асоціативні картки в роботі з жінками. Метафорично асоціативні картки в роботі із страхами.	Метафорично асоціативні картки в роботі з групами. Метафорично асоціативні картки в роботі зі специфічними проблемами.	
Модулі	I модуль						II модуль				
Самостійна робота							ІНДЗ				
Поточний контроль	МКР № 1						МКР №2				
Підсумковий контроль	залік										

## VII. Основні й допоміжні інформаційні джерела для вивчення курсу

### Базова

1. Секрети внутрішньої гармонії / автор-укладач Л. В. Туріщева // Вивчаємо українську мову та літературу. – 2009. – № 14. – С. 20-2–20-5 [вкладка].
2. Бернацька, О. Виховання самостійної особистості засобами філіо-арт-терапії / О. Бернацька // Психолог. Шкільний світ. – 2010. – № 16. – С. 3–7.
3. Белогурова, М. Арт-терапевтичний супровід дошкільників / Марина Белогурова // Психолог дошкілля. – 2013. – № 4. – С. 1–16.
4. Бреусенко-Кузнецов, О. Застосування казки в контексті групової арт-терапії / О. Бреусенко-Кузнецов // Психолог. Шкільний світ. – 2005. – № 39. – С. 15–20.
5. Власюк, М. Арт-терапія : лікування мистецтвом / М. Власюк // Відкритий урок: розробки, технології, досвід. – 2008. – № 7/8. – С. 90.
6. Вознесенська, О. Арт-терапії сім'ї / О. Вознесенська // Психолог. Шкільний світ. – 2005. – № 39. – С. 9–14.
7. Вознесенська, О. Особливості арт-терапії як методу / О. Вознесенська // Психолог. Шкільний світ. – 2005. – № 39. – С. 5–8.
8. Вознесенська, О. Простір арт-терапії: можливості й перспективи : Друга міждисциплінарна науково-практична конференція / О. Вознесенська // Психолог. Шкільний світ. – 2005. – № 39. – С. 2–4.
9. Вознесенська, О. Шляхом арт-терапії у пошуках натхнення / Ольга Вознесенська // Психолог. – 2011. – № 17. – С. 3–5.
10. Вознесенська, О. Арт-терапевтична майстерність : радість й розвиток для

- всієї сім'ї / О. Вознесенська, М. Сидоркіна // Психолог. Шкільний світ. – 2008. – № 1. – С. 24–26.
11. Волошина, М. Арт-терапія у роботі зі студентами в період адаптації до навчання / Марія Волошина // Психолог. Шкільний світ. – 2013. – № 13/14. – С. 107–112.
12. Галамейко, Н. Мелодія душі : арт-терапевтичний клуб для педагогів ДНЗ / Наталія Галамейко // Психолог дошкілля. – 2014. – № 2. – С. 18–21. – Бібліогр. в кінці ст.
13. Галіцина, Л. Корекція страхів : [цикл занять методами арт-терапії] / Людмила Галіцина // Психолог. – 2015. – № 17/18. – С. 60–68. – Бібліогр. в кінці ст.
14. Горбова, С. А. Музикотерапія. Досвід чи інновація? / С. А. Горбова // Логопед. – 2012. – № 12. – С. 10–13.
15. Грищенко, Н. Досвід використання арт-терапії у роботі з дітьми-жертвами домашнього насильства / Наталія Грищенко // Дитинство без насилля: суспільство, школа і сім'я на захисті прав дітей : збірник матеріалів Міжнар. наук.-практ. конф., 29–30 квіт. 2014 р. / ТНПУ ; [за заг. ред. О. Кікінежді]. – Тернопіль : [Стереарт], 2014. – С. 528–531. – Бібліогр. в кінці ст.
16. Деркач, О. Арт-терапія на допомогу школі / О. Деркач // Мистецтво та освіта. – 2010. – № 2. – С. 25–28.
17. Деркач, О. Є. Впровадження елементів музичної терапії в навчальний процес підготовки майбутніх учителів початкових класів / О. Є. Деркач, М. Вацьо // Рідна школа. – 2005. – № 12. – С. 54–56.
18. Дмитрієва, Л. Арт-терапія в роботі практичного психолога : [в дошкільному дитячому закладі] / Людмила Дмитрієва // Психолог дошкілля. – 2014. – № 8. – С. 31–41.
19. Дутчак, У. Арт-терапія як засіб естетичного виховання підлітків / У. Дутчак // Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Сер. Педагогіка / редкол.: А. Вихрущ, В. Кравець, В. Мадзігон [та ін.] – Тернопіль : ТНПУ, 2006. – № 5. – С. 134–139.
20. Животенко, Л. Арт-терапія : популярні методи в роботі психолога / Леся Животенко // Психолог дошкілля. – 2016. – № 1. – С. 26–27.
21. Животенко, Л. Арт-терапія як інноваційна технологія у позашкільному навчальному закладі / Леся Животенко // Психолог дошкілля. – 2016. – № 1. – С. 4–8.
22. Животенко, Л. Я – скарб : авторська арт-терапевтична методика / Леся Животенко // Психолог дошкілля. – 2016. – № 1. – С. 28–30.
23. Заболотна, Н. Арт-терапія у психологічному супроводі дітей, що зазнали насильства / Наталія Заболотна // Дитинство без насилля: суспільство, школа і сім'я на захисті прав дітей : збірник матеріалів Міжнар. наук.-практ. конф., 29–30 квіт. 2014 р. / ТНПУ ; [за заг. ред. О. Кікінежді]. – Тернопіль : [Стереарт], 2014. – С. 538–540. – Бібліогр. в кінці ст.
24. Зборюк, Т. П. Арт-терапевтичні технології у психокорекційній практиці / Т. П. Зборюк // Шкільному психологу. Усе для роботи. – 2010. – № 4. – С. 23–31.
25. Злочевська, Л. С. Арт-терапія у професійному самовизначенні учнівської молоді / Л. С. Злочевська // Професійно-технічна освіта. – 2013. – № 1. – С. 46–49.
26. Іванюк, Н. «Кольорові казки» лікують, розвивають, розважають :

[кольоротерапія] / Наталя Іванюк // Дошкільне виховання. – 2012. – № 2. – С. 16–17.

- 27.Кваша, Т. Ми до тебе, казко, в гості завітали : розвивальне заняття з використанням арт-терапії / Тетяна Кваша // Психолог дошкілля. – 2014. – № 5. – С. 36–38.
- 28.Кондрицька, О. І. До проблеми особистісно-орієнтованого виховання дитини засобами арт-терапії / О. І. Кондрицька // Науковий вісник Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К. Д. Ушинського. – 2004. – Вип. 12. – С. 41–46.
- 29.Краснікова, Н. І. Казка та малюнок у житті дитини / Н. І. Краснікова // Психологічна газета. – 2006. – № 20. – С. 13–14.
- 30.Куб'як, Н. Арт-терапія як засіб реабілітації дітей та підлітків, які постраждали від насильства / Наталія Куб'як // Дитинство без насилля: суспільство, школа і сім'я на захисті прав дітей : збірник матеріалів Міжнар. наук.-практ. конф., 29–30 квіт. 2014 р. / ТНПУ ; [за заг. ред. О. Кікінежді]. – Тернопіль : [Стереарт], 2014. – С. 556–558. – Бібліогр. в кінці ст.
- 31.Куртішова, І. Арт-терапія для дітей : майстер-клас для педагогів / Інга Куртішова // Психолог дошкілля. – 2015. – № 7. – С. 24–26.
- 32.Михайлова, І. В. Особливості використання методів арт-терапії в психокорекції турботи про себе в ранній юності / І. В. Михайлова // Практична психологія та соціальна робота. – 2014. – № 7. – С. 40–43.
- 33.Оденцова, В. М. Використання символ-драми й арт-терапії в коригувальній роботі з подолання дитячих страхів у консультативній практиці / В. М. Оденцова // Шкільному психологу. Усе для роботи. – 2011. – № 4. – С. 8–17. – Бібліогр. в кінці ст.
- 34.Оденцова, В. М. Використання символ-драми й арт-терапії у подоланні дитячих страхів / В. М. Оденцова // Шкільному психологу. Усе для роботи. – 2010. – № 4. – С. 13–22.
- 35.Осадчук, Л. «Швидка допомога» : мистецтво оригамі / Л. Осадчук // Психолог. Шкільний світ. – 2005. – № 41. – С. 28–30.
- 36.Осадчук, Л. Спосіб життя оригамі. Оригамі в педагогіці й арт-терапії / Л. Осадчук // Психолог. – 2007. – № 18/19. – С. 39–43.
- 37.Павленко, Л. П. Казки і поезії у житті дитини або джерела дитячої творчості і саморозвитку особистості / Л. П. Павленко // Бібліотечка вчителя початкової школи. – 2006. – № 1. – С. 1–9.
- 38.Підлипна, Л. В. Психотерапія мистецтвом : програма з основ арт-терапії / Л. В. Підлипна // Психологічна газета. – 2008. – № 5. – С. 10–32.
- 39.Полозюк, Ю. Застосування технік фототерапії в діяльності психолога / Юлія Полозюк // Психолог. – 2014. – № 23. – С. 21–23.
- 40.Полякова, Н. Корекція емоційно-поведінкових розладів засобами музичної терапії / Н. Полякова // Психолог. Шкільний світ. – 2005. – № 39. – С. 27–31.
- 41.Рибак, О. Арт-терапія в роботі з розумово відсталими дітьми / Ольга Рибак, Євгенія Пархомчук, Тетяна Шлапацька // Дефектолог. – 2015. – № 4. – С. 7–9. – Бібліогр. в кінці ст.
- 42.Скнар, О. Арт-терапевтична техніка «колаж» у роботі психолога / О. Скнар // Психолог. Шкільний світ. – 2009. – № 9. – С. 12–14.
- 43.Скорченко, Ю. Арт-терапія – профілактика емоційних і психологічних

- негараздів / Ю. Скорченко // Мистецтво та освіта. – 2006. – № 1. – С. 62–63.
44. Сорока, О. В. Арт-терапія як засіб корекції важковиховуваності молодших школярів-вихованців притулку для неповнолітніх / О. В. Сорока // Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Сер. Педагогіка / гол. ред. Г. Терещук ; редкол.: Л. Вознюк,
45. В. Кравець, В. Мадзігон [та ін.]. – Тернопіль : ТНПУ, 2011. – № 4. – С. 177–183. – Бібліогр. в кінці ст.
46. Стреж, Л. Техніка «мандала» : [техніка з трансперсонального напрямку арт-терапії] / Людмила Стреж // Психолог дошкілля. – 2013. – № 1. – С. 18–21.
47. Субботіна, В. Родзинки техніки «ошибана» : флористика / Валентина Субботіна // Квіти України. – 2013. – № 2. – С. 28–31.
48. Терлецька, Л. Г. Арт-терапія як метод дослідження творчого аспекту психічного здоров'я особистості / Л. Г. Терлецька // Психологічна газета. – 2006. – № 1. – С. 3–14.
49. Черкашина, Д. Кольорові емоції : використання елементів арт-терапії в роботі практичного психолога ДНЗ / Діана Черкашина // Психолог дошкілля. – 2014. – № 5. – С. 23–31.
50. Чернявська, О. Сприйняття кольору дітьми / О. Чернявська // Психолог. Шкільний світ. – 2007. – № 17. – С. 25–27.
51. Шестопалова, К. М. Використання методів арт-терапії в роботі з інтимно-особистісними проблемами юнаків / К. М. Шестопалова // Світ виховання. – 2010. – № 1. – С. 28–30.
52. Шестопалова, О. П. Художня творчість та арт-терапія в роботі експериментального навчального закладу / О. П. Шестопалова // Світ виховання. – 2010. – № 1. – С. 10–16.
53. Шидлюх, С. Аналіз зарубіжного досвіду використання арт-терапії у корекційній роботі з дітьми-жертвами насилля / Сюзанна Шидлюх // Дитинство без насилля: суспільство, школа і сім'я на захисті прав дітей : збірник матеріалів Міжнар. наук.-практ. конф., 29–30 квіт. 2014 р. / ТНПУ ; [за заг. ред. О. Кікінежді]. – Тернопіль : [Стереарт], 2014. – С. 129–132. – Бібліогр. в кінці ст.
54. Шитікова, М. Пластилінові етюди : [арт-терапія] / Марина Шитікова // Психолог. Шкільний світ. – 2013. – № 3. – С. 52–53.
55. Юрків, Я. Арт-терапевтичні методики як засіб реабілітації розумово відсталих дітей / Я. Юрків // Соціальна педагогіка: теорія та практика. – 2007. – № 2. – С. 59–65.
56. Якубовська, Н. Корекція страхів : арт-терапевтичні методики для дітей 5–10 років / Н. Якубовська // Психолог. Шкільний світ. – 2010. – № 43. – С. 17–26.
57. Янчишин, В. Н. Інтуїційне музиціювання – цікавий напрям арт-терапії / В. Н. Янчишин // Практична психологія та соціальна робота. – 2005. – № 12. – С. 6–12.

#### Допоміжна

1. Пеньковська Н. Методологічний аналіз теорії особистості в позитивній психотерапії/Н.Пеньковська, В.Дишлевук//Позитум Україна. – 2013. - №5 – С. 85-94
2. Patterson C. H. Counseling and psychotherapy: Theory and practice/C.H.Patterson.

– New York: Harper&Row, 1959. -178p.

### **Інтернет-ресурси**

3. [https://stud.com.ua/85543/psihologiya/metodika\\_vikladannya\\_psihologiyi](https://stud.com.ua/85543/psihologiya/metodika_vikladannya_psihologiyi)
4. [http://maup.com.ua/ua/navchannya-u-maup/library/pidruchniki/psihologiya/metodika\\_vikladannya\\_psihologii.html](http://maup.com.ua/ua/navchannya-u-maup/library/pidruchniki/psihologiya/metodika_vikladannya_psihologii.html)
5. <http://www.kspu.edu/FileDownload.ashx/%D0%BC%D0%B5%D1%82%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BA%D0%B0%20%D0%B2%D0%B8%D0%BA%D0%BB%D0%B0%D0%B4%D0%B0%D0%BD%D0%BD%D1%8F.pdf?id=1cce4002-ce8d-4991-809f-f0fcd3d3994b>