

**Уманський державний педагогічний університет
імені Павла Тичини
Інститут соціальної та економічної освіти
Факультет соціальної та психологічної освіти
Кафедра психології**

**Чудаєва Н.В.
Шулдик Г.О.**

ПСИХОДРАМА

**Курс лекцій : навчальний посібник для студентів
педагогічних вузів**

Умань-2014р

УДК 159.98(075.8)

ББК 88.492.45я73

Ч-84

Рецензенти:

Діхтяренко С.Ю. – кандидат психологічних наук, доцент.

Гриньова Н.В. – кандидат психологічних наук, доцент.

Чудаєва Н.В. Психодрама. Курс лекцій : навчальний посібник /
Н.В.Чудаєва, Г.О.Шулдик. – Умань: ФОП Жовтий, 2014. – 158 с.

УДК 159.98(075.8)

ББК 88.492.45я73

@Чудаєва Н.В., Шулдик Г.О., 2014

У навчальному посібнику подано лекційний курс з навчальної дисципліни “Психодрама”, навчальна програма, завдання для індивідуальної та самостійної роботи, список рекомендованої

літератури. Навчальний посібник рекомендується студентам психологічних спеціальностей та всім тим, хто цікавиться прикладними аспектами психології.

Зміст

Вступ.....
.....4

Тема 1. Психодрама, соціометрія і групова психотерапія Я.Л.Морено.....
.....5

Тема 2. Основні поняття психодрами.....33

Тема 3. Стадії розвитку психодрами.....54

Тема 4. Базові техніки психодрами.....68

Тема 5. Переваги, принципи та правила функціонування психодрами.....
.....88

Програма	навчальної	дисципліни
“Психодрама”	97	
Додатки		
.....	113	

Вступ

Психодрама – це метод групової роботи, розроблений Я. Морено, в якому для розуміння і зміни внутрішнього світу особистості використовується інструмент драматичної імпровізації. Цей метод сьогодні широко застосовується в освітній та психотерапевтичній практиці. За роки свого існування в якості методу психологічної допомоги психодрама накопичила цінний досвід роботи з багатьма складними проблемами, в тому числі і з наслідками психологічних травм. Психодраматичний метод є дієвим і в роботі з дорослими різних професій, національностей, соціального статусу і, звичайно ж, – з дітьми. Така широта

застосування психодрами не дивна: цей метод виходить з того, що здатність до гри природна для людини, вона властива і дітям, і дорослим. Розмірковуючи про потенціал рольових ігор, Я.Морено зазначав, що вони дають людині можливість активно експериментувати як з реальними, так і з нереальними життєвими ролями, вибудовувати стратегію поведінки з різних рольових позицій (як самої людини, так і оточуючих її людей). Учасники рольових ігор набувають навичок спонтанної поведінки, розширюють свій рольовий репертуар. Психодрама надає психологічну допомогу дітям і підліткам, постраждалим від різних видів насильства, допомагає відновити позитивне ставлення до себе та інших людей, до життя в цілому, зміцнити власне “Я”, вийти з позиції “жертви” або “сильної” особистості та стати людиною, яка здатна довіряти собі та іншим, захищати себе.

Психодрама Я.Морено наповнюється повним сенсом лише в синтезі з соціометрією і груповою терапією. Для цього необхідно побачити всю триєдину систему – моренотерапію – в цілому.