



Інна Бабій

Арт-терапія
робочий зошит

УДК 159.98(075.8)
А86

*Рекомендовано до друку Вченою Радою
факультету дошкільної та спеціальної освіти
(протокол № 3 від 25 жовтня 2023 року)*

Рецензенти:

Джус Оксана Володимирівна, доктор педагогічних наук, професор, завідувач кафедри професійної освіти та інноваційних технологій Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника

Лемещук Марина Анатоліївна, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри спеціальної та інклюзивної освіти, в. о. завідувача кафедри спеціальної та інклюзивної освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини

Арт-терапія: Робочий зошит : навчальний посібник / укл.: І. В. Бабій. – Умань : Візаві, 2023. – 20 с.

Робочий зошит створено на основі розробленої робочої програми з курсу «Арт-терапія в інклюзивній освіті». В ньому зібрано різні техніки арт-терапії для знайомства та діагностики. Під час терапії людина вчиться не тільки висловлювати свої емоції, вирішувати якусь певну проблему, але і більше глибоко аналізувати свої вчинки, життя в цілому.

Для здобувачів вищої освіти та практичних працівників.

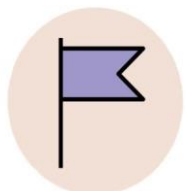
УДК 159.98(075.8)

©Інна Бабій, уклад., 2023

1 ЗУСТРІЧ



Ти бачиш візитівку – це для тебе. Заповни її так, щоб було зрозуміло, що вона твоя.



При роботі з альбомом можеш використовувати різні матеріали: акварельні фарби, кольорові олівці, гуаш, пастель, крейда і т.п..



Прізвище _____

Ім'я _____

Вік _____

Коротка інформація про себе



2 ЗУСТРІЧ

Зараз ти бачиш початок росту.

Кожна справа починається з маленького кроку,
зернятка, одного штриха...

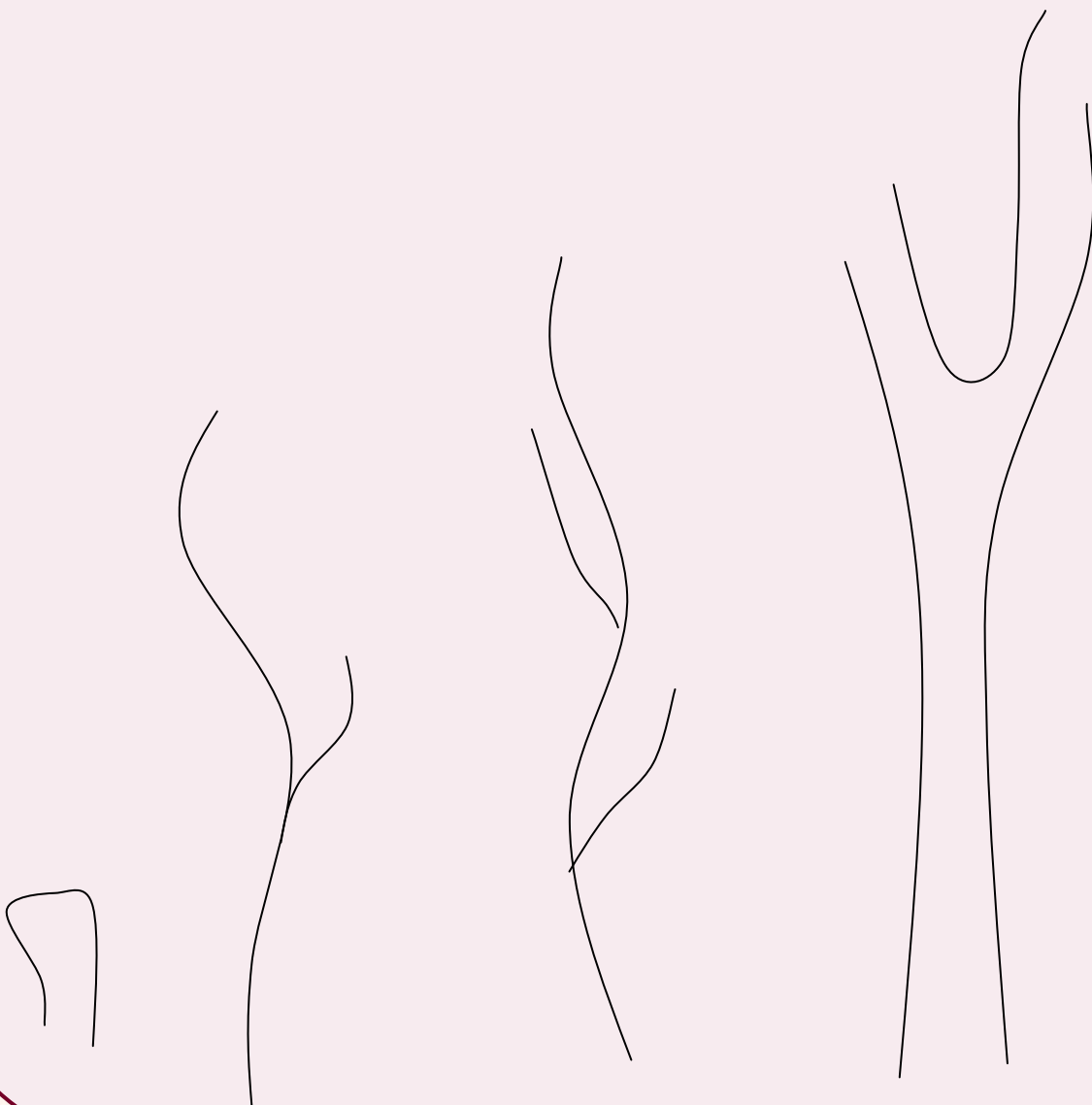
Головне – почати діяти, робити, творити і отримувати від цього радість.

І тоді неодмінно щось виросте і ти зможеш це побачити.

Зроби перший крок!



Посади зернятко і розмалюй його тим кольором, що тобі подобається.
Май на увазі: якщо захочеш, ти можеш виростити особливе дерево.
В тебе все попереду!



3 ЗУСТРІЧ



Зобрази в цих квадратах, що ти
полюбляєш робити

A large, empty, light pink rounded square box with a dark pink border, intended for drawing or writing.A large, empty, light pink rounded square box with a dark pink border, intended for drawing or writing.A large, empty, light pink rounded square box with a dark pink border, intended for drawing or writing.A large, empty, light pink rounded square box with a dark pink border, intended for drawing or writing.

Розкажи про свої малюнки.
Що на них зображено?

4 ЗУСТРІЧ



Розглянь свої руки.

Обведи свою руку. Вибери колір фарби, який тобі зараз подобається, і розмалуй свій відбиток.



Завдання виконується гуашшю.



Розглянь свій відбиток.

Що тобі найбільше сподобалося, виконуючи це завдання?

5 ЗУСТРІЧ



Намалюй кактуса, який тобі подобається.

A large, empty, rounded rectangular area with a light pink background and a dark pink border, intended for the student to draw a cactus.

Розглянь свій малюнок.
Що тобі найбільше сподобалося, виконуючи це завдання?

6 ЗУСТРІЧ



Створи власний автопортрет, використовуючи клаптики різнокольорового паперу. Будь-які деталі можна домалювати фарбами, фломастерами або олівцями.

A large, light pink rounded rectangular area with a thin dark pink border, intended for the student to create their self-portrait using colored paper scraps and drawing tools.

7 ЗУСТРІЧ

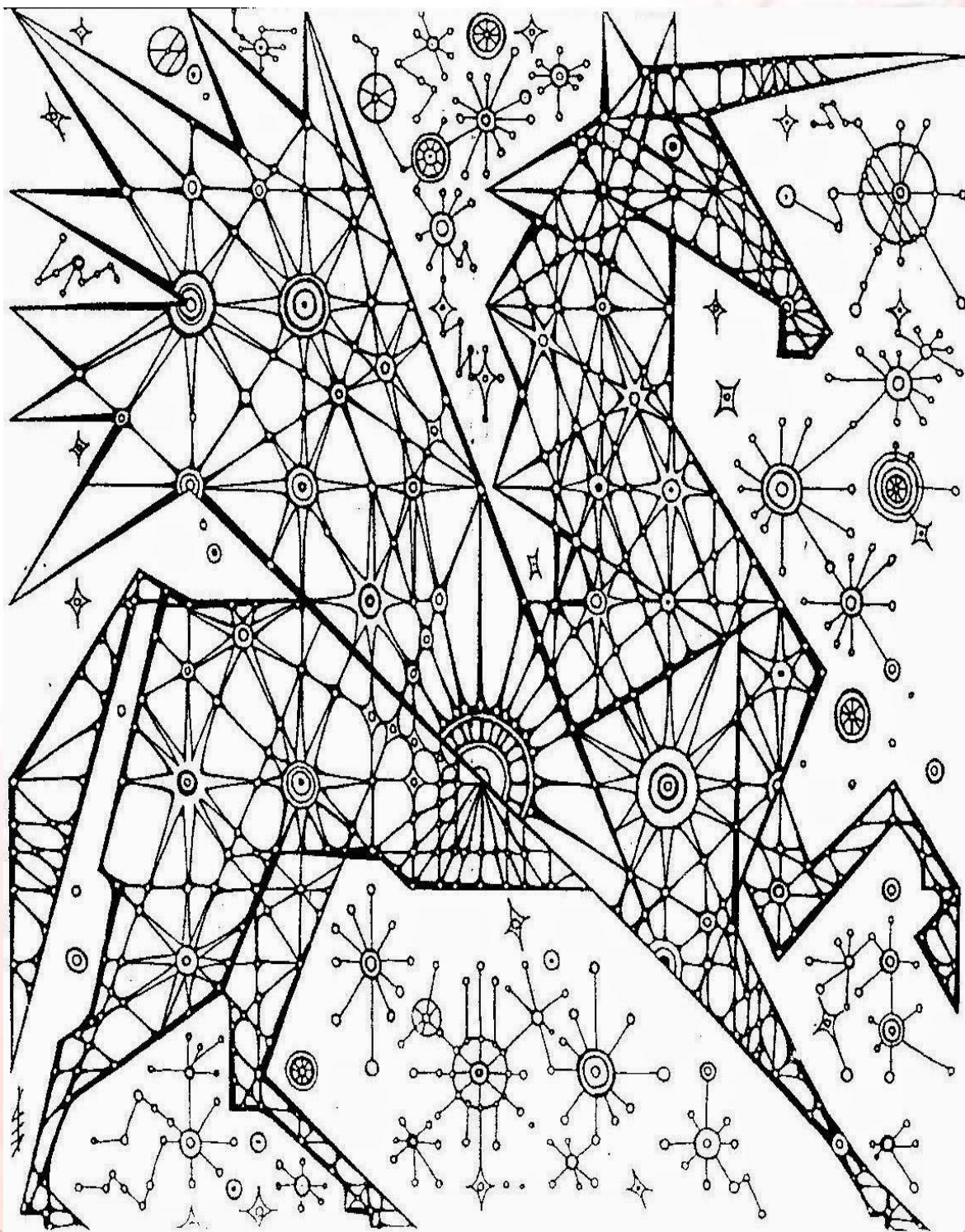


Зобрази свою сім'ю у
вигляді квітів

A large, empty, rounded rectangular area with a light pink background and a dark pink border, intended for drawing or writing.



Разом з батьками зафарбуй образ, який складається із багатьох деталей (кружечків, трикутників і ін.) різними способами і кольорами так, щоб деталі одного кольору не знаходилися поруч. Важливо працювати мовчки.

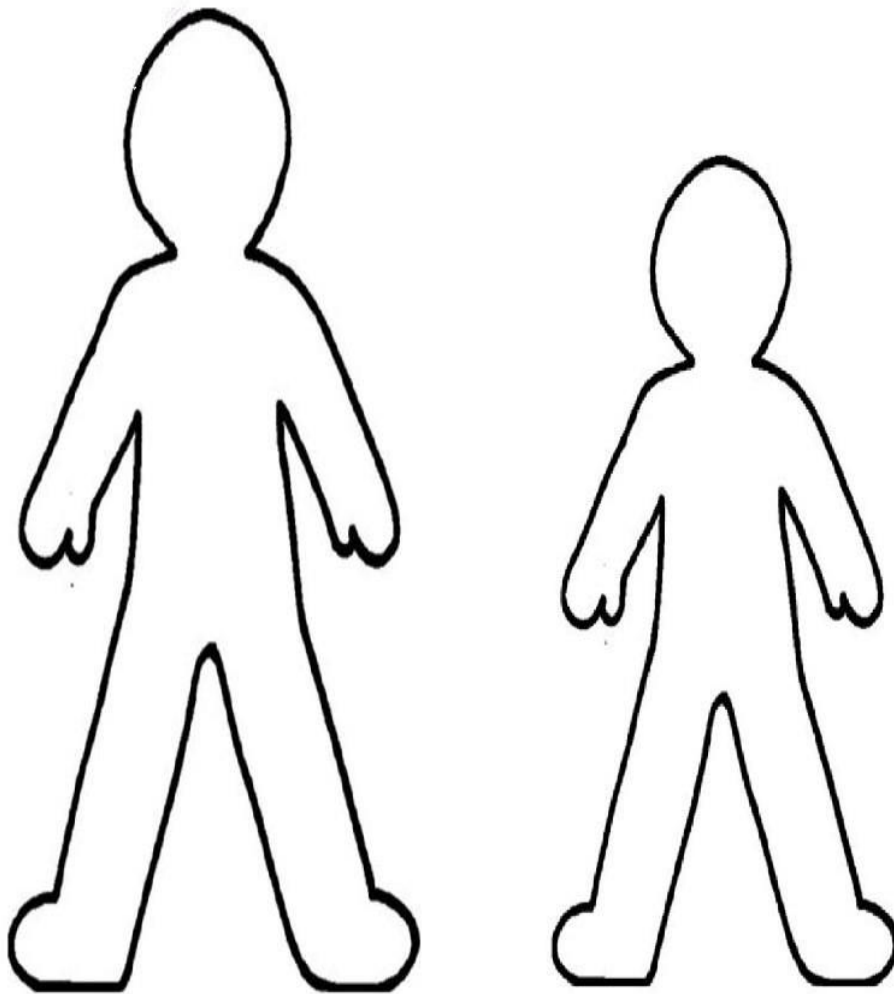


8 ЗУСТРІЧ



Уяви, що це ти з одним із батьків. Підбери фото ваших облич та вклей їх в контур.

Уявімо, що на вас чекають зйомки в кіно. Які б ролі грав кожен із вас? Придумай і намалюй костюми, в яких би ви знімалися в кіно.



Розглянь малюнок і придумай сюжет фільму для цих героїв.
Розкажи про них.

9 ЗУСТРІЧ



Разом з батьками придумайте тему для малюнку, наприклад –Відпочинок, –Щастя, –Сум, –Свято і т. п.
Склади розповідь за своїм малюнком.

A large, empty, rounded rectangular area with a light pink background, intended for drawing and writing.

10 ЗУСТРІЧ



Намалюй, якими ти уявляєш своїх батьків у дитинстві

A large, empty, rounded rectangular area intended for drawing or writing.



Розкажи про свій малюнок.

12 ЗУСТРІЧ



Намалюй малюнок того моменту казки, який найбільше тобі сподобався.

A large, empty, light pink rounded rectangle with a dark pink border, intended for the student to draw a scene from a fairy tale.

Розкажи про свій малюнок. Чи сподобалася тобі казка?

13 ЗУСТРІЧ



Намалюй свою маму чи тата у вигляді якоїсь рослини. Для цього ми пропонуємо використати незвичний засіб – ватні палички.



Спочатку намалюй контур рослини простим олівцем, а потім розмалюй крапочками за допомогою ватних паличок. Пам'ятай про те, що кожену нову фарбу потрібно брати новою паличкою.



Розкажи про рослину, яку ти намалював.

14 ЗУСТРІЧ



Згадай, які емоції бувають у людей. Заповни стрічечки, даючи відповіді на питання. Якщо не вмієш писати, то попроси допомоги дорослого.

*Які
почуття
бувають у
людей?*

*Коли я
відчуваю
таке
почуття?*

*На який
колір
схоже це
почуття?*

*Яким знаком
можна
позначити
це почуття?*

*Яке слово
асоціюється
в тебе з цим
почуттям?*



Розкажи про відчуття, які найчастіше ти відчуваєш і в яких ситуаціях вони проявляються?

15 ЗУСТРІЧ



Вибери одне почуття і намалюй його.

A large, empty, rounded rectangular box with a light pink background and a dark pink border, intended for drawing or writing.



Розкажи, що ти намалював. Чому вибрав саме це почуття?

16 ЗУСТРІЧ



Замалюй коло як тобі того хочеться.
Починай працювати з центру.

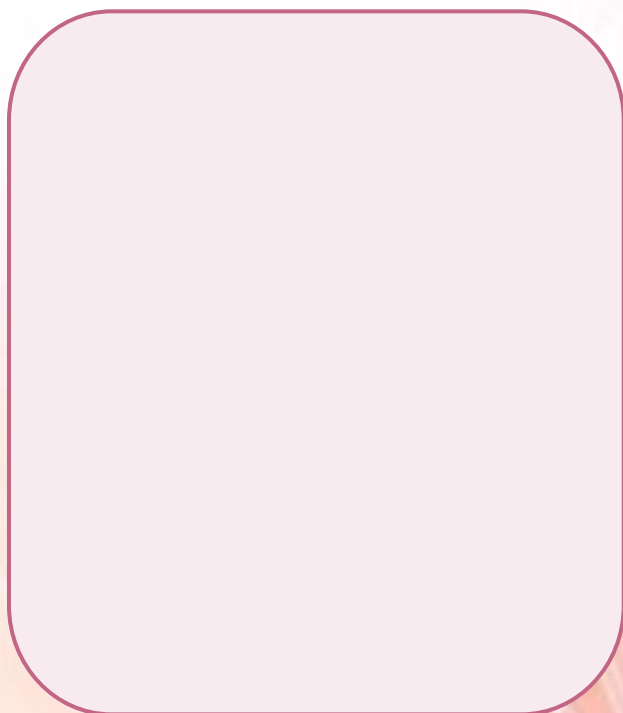
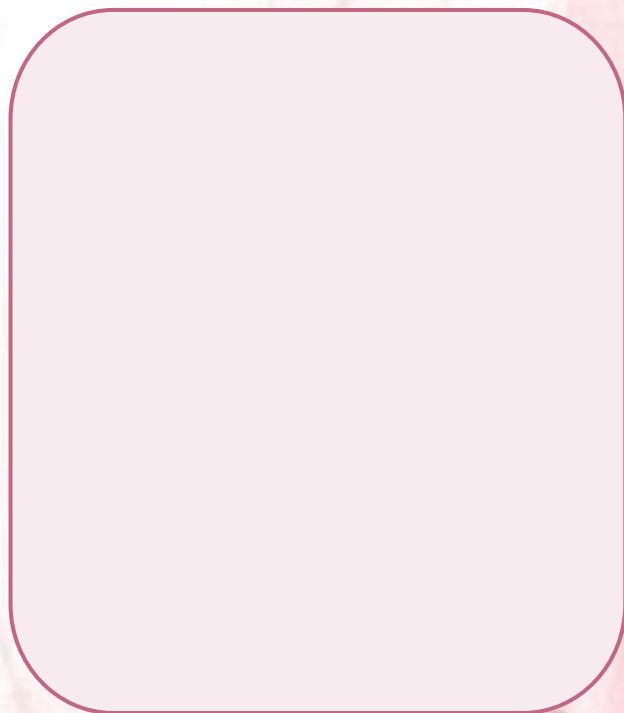
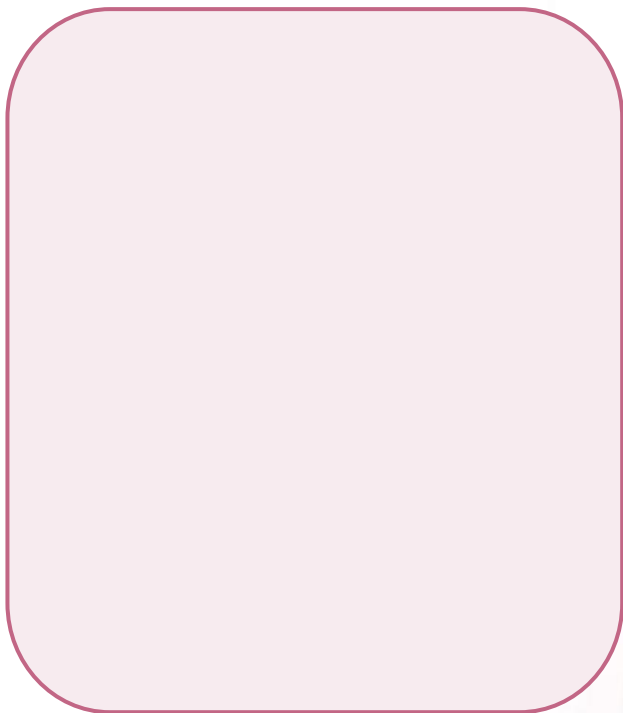


Що ти намалював? Що зображено в середині кола?

17 ЗУСТРІЧ



Перед тобою є 4 квадратики. Прослухай музику і намалюй музику руками.

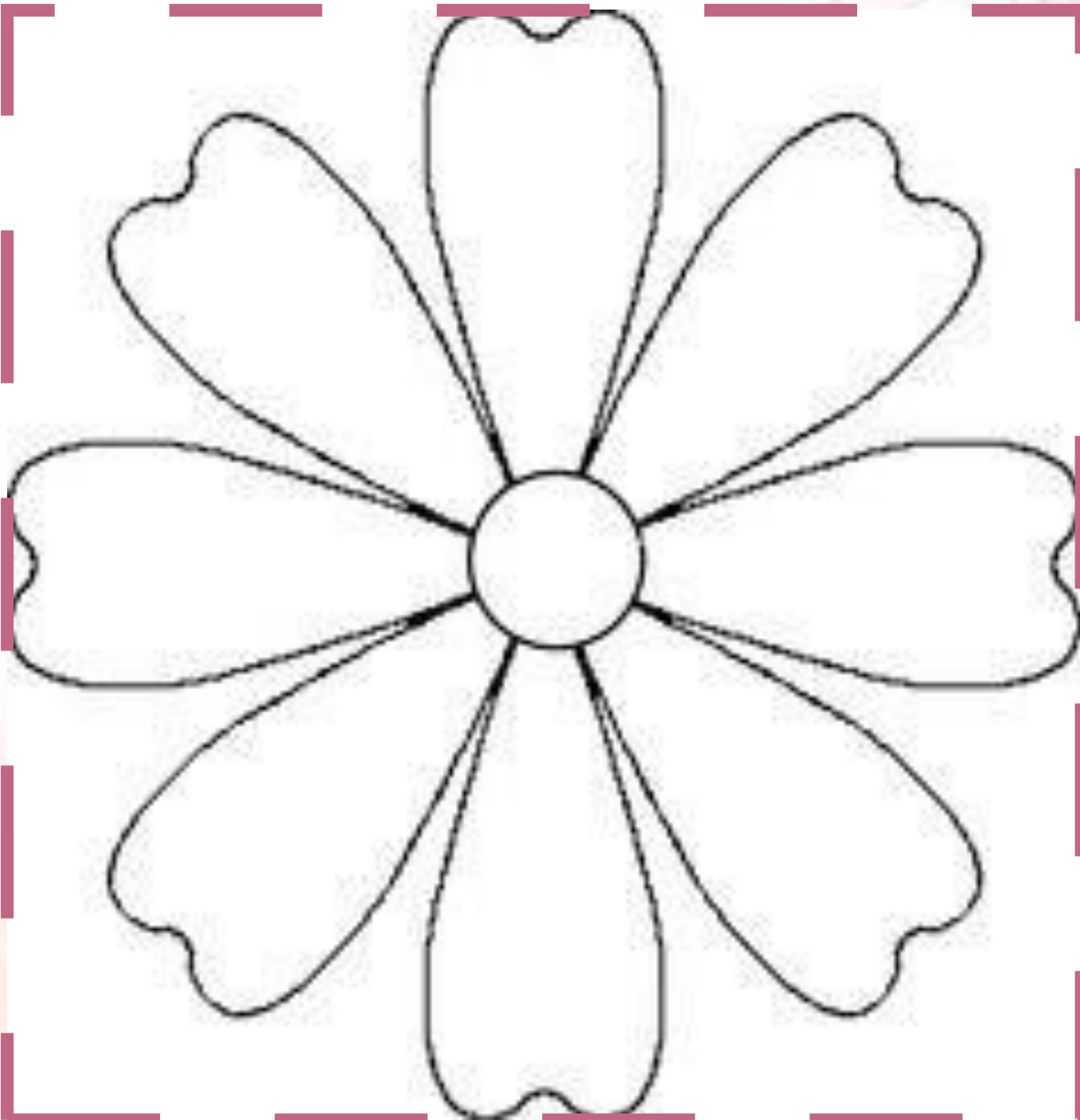


Що ти намалював?
Розкажи про зображення, яке тобі подобається.

18 ЗУСТРІЧ



Створи «Ромашку бажань». На аркуші зображено ромашку. Напиши на кожній пелюстці по одному бажанню. Оздоб ромашку як тобі забажається.



Розкажи про ті бажання, які ти зобразив.

19 ЗУСТРІЧ



Вибери з «Ромашки бажань» одне бажання і створи колаж на цю тему.



Чому ти обрав саме це бажання?
Що колаж тобі нагадує?

20 ЗУСТРІЧ



Закрий очі та розслабся, спробуй уявити себе деревом, роздивися, що це за дерево. Яка у нього коренева система, який стовбур, гілля, воно цвіте чи має плоди? В якій місцевості воно росте.

Коли у Вашій уяві дерево повністю сформується відкрийте очі та спробуйте відтворити його на папері.

A large, empty, rounded rectangular area with a light pink border, intended for drawing or writing.

