

ПРОЄКТ

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ КЕРІВНИХ КАДРІВ КУЛЬТУРИ І МИСТЕЦТВ
ЦЕНТР НЕПЕРЕРВНОЇ КУЛЬТУРНО-МИСТЕЦЬКОЇ ОСВІТИ

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Перший проректор

з науково-педагогічної роботи

Людмила СТЕПАНЕНКО

« ____ » _____ 2024 року

КУЛЬТУРНО-МИСТЕЦЬКІ ПРАКТИКИ ЯК ІНСТРУМЕНТ
ВІДНОВЛЕННЯ МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я.
ПСИХОКОРЕКЦІЯ НЕГАТИВНИХ ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ
ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

Програма підвищення кваліфікації керівників та спеціалістів
закладів культури

Форма навчання	<u>очна/заочна</u>
Навчальний рік	<u>2024/2025</u>
Кількість кредитів ECTS	<u>0.5</u>
Мова викладання, навчання й оцінювання	<u>українська</u>
Форма підсумкового контролю	<u>Тест</u>

Розробник: Гавеля Оксана Миколаївна

Київ – 2024

Розробник: ГАВЕЛЯ Оксана Миколаївна, кандидат педагогічних наук, доцент;

ПОГОДЖЕНО

Директорка Центру неперервної
культурно-мистецької освіти
кандидат педагогічних наук, доцент

Ірина ШЕВЧЕНКО

СХВАЛЕНО

В.о. зав. кафедри арт-менеджменту та
івент технологій, доктор наук з
соціальних комунікацій, професор,
академік ГО "Національна академія
наук вищої освіти України", член
спілки документознавців України
Вікторія ДОБРОВОЛЬСЬКА
Протокол № __ від «__» _____ 2024 р.

Затверджено Вченою радою Академії протокол від «__» _____ 2024 р. № __

© Гавеля О.М., 2024

© НАКККіМ, 2024

1. Анотація (опис) навчальної програми (у т. ч. міждисциплінарні зв'язки).

Згідно з визначенням Всесвітньої організації охорони здоров'я, ментальне здоров'я - це стан благополуччя, при якому людина може реалізувати свій власний потенціал, справлятися зі звичайними життєвими стресами, продуктивно і плідно працювати, а також вносити вклад в життя своєї спільноти. Культурно-мистецькі практики є ефективним інструментом відновлення ментального здоров'я. Населення України потребує в психокорекції негативних психоемоційних станів засобами арт-терапії. Адже психічно здорова людина може розрізняти свої емоції, керувати ними та гармонійно функціонувати; здатна спілкуватися і будувати стосунки з іншими; розвивається й навчається; позитивно оцінює себе; приймає власні тверді рішення; нормально адаптується до нових умов життя; може розв'язувати проблеми.

Програма підвищення кваліфікації «Культурно-мистецькі практики як інструмент відновлення ментального здоров'я. Психокорекція негативних психоемоційних станів засобами арт-терапії» присвячена актуальній темі, пов'язаній з необхідністю впровадження у функціонування базової мережі закладів культури нових форм і методів роботи, арт-терапевтичних практик. Програма орієнтована на освоєння знань в галузі психології та арт-терапії, надає змістовну інформацію, що може бути використана у професійній діяльності працівників закладів культурно-мистецької освіти. Передбачається вивчення теоретичних засад арт-терапії, практичної організації та проведення арт-терапевтичних практик в сфері культури з метою реабілітації культурою, впровадження нових форм і методів роботи як інструменту відновлення ментального здоров'я, надання психологічної допомоги у боротьбі зі стресом, здійснення психокорекції негативних психоемоційних станів. Актуальність програми полягає у тому, що сучасний культурно-творчий простір володіє здатністю зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства, отже наявний культурологічний потенціал може використовуватися як інструмент відновлення ментального здоров'я.

Об'єктом програми є культурно-мистецькі практики як інструмент відновлення ментального здоров'я. *Предметом* – психокорекція, збереження і відновлення психічного здоров'я населення України засобами культурних практик з арт-терапії. Тематичний план програми передбачає лекційні, семінарські та практичні заняття.

2. Мета програми: отримання практичних знань з теорії та практики збереження і відновлення ментального здоров'я населення України засобами арт-терапії, усвідомлення руйнуючого впливу негативних емоційних станів на психіку і організм людини, набуття творчих компетенцій, які дозволять впроваджувати в роботу закладів культури і мистецтв нових форм і методів роботи, різних видів рухової активності для активного відпочинку, способів зняття стресу та ведення здорового способу життя.

3. Завдання програми: освоїти теоретичний матеріал психології та арт-терапії і на цій основі навчитись переживати тяжкі психоемоційні стани, знижуючи ризик виникнення негативних наслідків; оволодіти інструментами відновлення психічного здоров'я та інноваційними формами та методами роботи в закладах культури з метою реабілітації та покращення ментального здоров'я відвідувачів.

Програма забезпечує набуття таких компетентностей:

інтегральна компетентність: здатність розв'язувати складні задачі і проблеми в професійній діяльності.

загальні:

- здатність спілкуватися з представниками інших професійних груп різного рівня (з експертами з інших галузей знань/видів економічної діяльності);
- здатність до ефективного спілкування, самоконтролю, пізнання, комунікування з іншими людьми, розвитку та самореалізації;
- здатність до реабілітації культурою;
- здатність до зняття стресу та покращення ментального здоров'я відвідувачів закладів культури;
- здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт;
- здатність приймати обґрунтовані рішення;
- здатність генерувати нові ідеї (креативність);
- здатність визначати способи взаємодії особистості та соціуму;
- здатність враховувати й створювати психологічні умови для ефективного вирішення поставленого завдання;
- здатність визначати ефективні способи вирішення психологічних проблем.

фахові:

- вирішення соціокультурних проблем відвідувачів закладів культури;
- розуміння сучасних соціокультурних процесів;
- використання міждисциплінарного підходу у вивченні та застосуванні методик культурних практик арт-терапії;
- визначати психологічні причини поведінки особистості;
- здатність до практичної адаптації науково-обґрунтованих соціокультурних та арт-терапевтичних теорій та практик;
- запровадження засобів і методів арт-терапії як культурних практик та лікувально-виховних методів в корекційно-реабілітаційну роботу, спрямовану на збереження ментального здоров'я нації;
- здатність створювати авторські культурного-мистецьки практики з відновлення ментального здоров'я.

4. Попередні вимоги до опанування навчальної програми.

Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності;

Уміння працювати з високим ступенем автономії, оцінювати потенційні результати, приймати відповідальність за планування і впровадження культурних практик арт-терапії в роботу закладів культури.

5. Результати навчання за програмою:

Результат навчання (1. знати; 2. вміти; 3. комунікація; 4. автономність та відповідальність)		Форми (та/або методи і технології) викладання і навчання	Методи оцінювання та пороговий критерій оцінювання (за необхідності)	Відсоток у підсумковій оцінці з дисципліни
Код	Результат навчання			
1	Знати та вміти розрізняти поняття “стрес, дістрес, фрустрація, афект, депресія”, класифікувати стреси та депресивні стани, розрізняти депресію та схожі на неї негативні стани. Класифікувати види депресії. Ідентифікація фізичних симптомів негативних психічних станів. Знати та розуміти предметну область та професійну діяльність.	Лекції, семінарські заняття, самостійна робота з джерелами та інформаційними ресурсами	Оцінювання на семінарських заняттях, залік	50%
2	Вміти працювати з високим ступенем автономії, оцінювати потенційні результати та ризики, приймати відповідальність за планування і впровадження інноваційних форм та методів роботи закладів культури, засобів реабілітації культурою, методів культурної роботи, пов'язаної з психологією людини, культурних практик арт-терапії в роботу закладів та установ культури. Вміти виявляти небезпечні для життя ознаки депресії та запобігати спробам суїциду.	Лекції, семінарські заняття, самостійна робота з джерелами та інформаційними ресурсами	Оцінювання на практичних заняттях, залік	20%
3	Бути здатним діагностувати та розрізняти в себе та оточуючих стани депресії, дистимії, фрустрації, дістресу, афекту та ін. Вміння свідомо поводитись під час панічних атак та самостійно справлятися з власними негараздами та допомогти тим, хто поряд. Налагодження власного психоемоційного стану та допомога в цьому оточуючим.	Лекції, практичні роботи, самостійна робота з джерелами та інформаційними ресурсами	Оцінювання на практичних заняттях	10%
4	Набути здатність до моніторингу та пошуку джерел інформації у мережі інтернет, до використання документів й матеріалів, що перебувають у відкритому доступі та походять з офіційних джерел;	Лекції, практичні роботи, самостійна робота з інформаційними ресурсами	Оцінювання на практичних заняттях	20%

<p>використовувати пошукові системи як джерела отримання інформації. Набути навички підвищення якісного та кількісного потенціалу соціокультурних послуг, ефективного управління закладами культури; працювати з високим ступенем автономії, оцінювати потенційні результати та ризики, приймати відповідальність за планування складання запитів до державних органів влади щодо вирішення невідкладних питань, що виникають під час операційної діяльності закладів; здатність оцінювати та забезпечувати якість виконуваних робіт.</p>			
---	--	--	--

6. Співвідношення результатів навчання дисципліни із програмними результатами навчання *(необов'язково для вибіркових дисциплін, які не входять до блоків спеціалізації)*

7. Схема формування оцінки (згідно п.7 «Положення про організацію освітнього процесу в НАКККіМ» від 30 серпня 2022 р.)

- **підсумкове оцінювання:** тестування.

ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ЗАНЯТЬ
для підвищення кваліфікації керівників і спеціалістів
закладів культури за програмою
«КУЛЬТУРНО-МИСТЕЦЬКІ ПРАКТИКИ ЯК ІНСТРУМЕНТ ВІДНОВЛЕННЯ
МЕНТАЛЬНОГО ЗДОРОВ'Я. ПСИХОКОРЕКЦІЯ НЕГАТИВНИХ
ПСИХОЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ»

з/п теми	Назва теми	Навчальна робота			Вид підсумкового контролю	
		Усього кредитів	Години			
			Лекції	Семінарські		Практичні заняття
1	Стрес, його прояви, психологічні та фізіологічні наслідки (лекційне заняття).		2			Самоконтроль
2	Діагностика та робота зі стресом, апатією та депресією (лекційне заняття).		2			Самоконтроль
3	Самопоміч у важких станах. <i>(практична робота).</i>				2	Самоконтроль
4	Ментальне здоров'я. Діагностичний та культурологічний потенціал культурних практик арт-терапії.		2			Самоконтроль
5	Шляхи відновлення ментального здоров'я: вітчизняний та європейський досвід. Робота з художніми образами та метафорами.		2			Письмова відповідь
6	Арт-терапевтичні техніки із зняття стресу. Фотоартерапія. Техніки колажування. Нейрографіка. (тренінг).				2	
7	Арт-терапевтичні техніки роботи з емоціями та почуттями клієнтів «Фігурка емоцій», «Карта емоцій», «Розморозка емоцій» (тренінг).				2	
	Тестування	1				
Усього за програмою		0,5	8		6	

Загальний обсяг 15 год., в тому числі:

Лекції – 8 год.

Практичні заняття – 6 год.

Тестування – 1 год.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА:

Публікації автора робочої програми:

1. Гавеля О. М. Групова арт-терапія: культурні практики та арт-терапевтичні техніки роботи з груповими процесами та тимбілдингом. *У пошуку нових сенсів полікультурного світу. Повоєнний діалог культур* : матеріали Міжнародної наук.-практ. конф. (Київ, 2–3 лютого 2023 р.) / упоряд. В. П. Дячук. Київ : НАКККіМ, 2023. С. 228–231.
2. Гавеля О. М. Інтерпретація образів, символів, знаків та метафор в культурних практиках арт-терапії. *Сценічне та музичне мистецтво: циркові та естрадні жанри. Науково-методичний аспект*: матеріали XII Всеукраїнської наук.-практ. конф. (13 – 14 квітня 2023 року) / редкол: О.В. Яковлев, Г.Е. Овчаренко [та ін.]. Київ: КМАЕЦМ, 2023. С. 14–18.
3. Гавеля О. М. Новітні тенденції розвитку культурного простору арттерапії: нейрографіка. *Культурні та мистецькі студії XXI століття: науково-практичне партнерство* : матеріали IV Всеукр. наук.-практ. конф. / М-во культ. України та інформ. політики ; Нац. акад. кер. кадрів культ. і мистец. (Київ, 09 листопада 2023 р.). Київ : НАКККіМ, 2023. С. 64–66.
4. Гавеля О.М. Культурні практики бібліотерапії та приклади створення сценаріїв атр-терапевтичних казок. *Бібліосвіт* : інформ. вісн. / [редкол. : Г. Саприкін (голова редкол.), Т. Сопова (відп. ред.), О. Виноградова, Т. Якушко; ред.: Н. Лінкевич, І. Новоселецька]; Держ. б-ка України для юнацтва. Київ: [б. в.], 2023. № 2 (86). С. 48–57.
5. Гавеля О.М. Культурні цінності обдарованої особистості: інтеріоризація в контексті сучасного українського суспільства : монографія. Київ : НАКККіМ, 2014. 352 с.
6. Гавеля О.М. Феномен обдарованої особистості як творця культурних цінностей: монографія. Київ : Національна академія керівних кадрів культури і мистецтв, 2020. 415 с.
7. Гавеля О.М., Гавеля О.Р. Інтереси та пріоритети обдарованої особистості в галузі мистецтва: кроскультурне дослідження. *Scientific practice: modern and classical research methods: Collection of scientific papers «ΛΟΓΟΣ» with Proceedings of the International Scientific and Practical Conference*, Boston, February 26, 2021. Boston-Vinnytsia: Primedia eLaunch&European Scientific Platform, 2021. Vol. 3. С. 144–148.
8. Гавеля О.М., Гавеля О.Р. Кроскультурне дослідження вибору культурних цінностей молодим поколінням України. *Theoretical and practical scientific achievements: research and results of their implementation: collection of scientific papers «SCIENTIA» with Proceedings of the I International Scientific and Theoretical Conference*, February 12, 2021. Pisa, Italian Republic: NGO European Scientific Platform, 2021. Vol. 4. С. 78–83.
9. Гавеля О. М. Національно-культурна ідентичність та її ціннісні основи: освіченість, вихованість, моральність і патріотизм українців. *Культура і сучасність*. 2018. № 1. С. 20–26.
10. Gavelya O.M., Drach T. L. Development of Plastic Abilities of Children-Autistics By Means Of Modern-Dance in the Conditions of Modern Cultural and Artistic Practices. *International Journal of Arts and Social ience*. 2021. Vol. 4, Is. 2 March-April. P. 5–9. URL: www.ijassjournal.com ISSN: 2581-7922.
11. Havelia O., Havelia O. Introduction of new art therapeutic practices of collage in the work of in cultural and art institutions. *Advanced discoveries of modern science: experience, approaches and innovations: collection of scientific papers «SCIENTIA» with Proceedings of the V International Scientific and Theoretical Conference*, February 23, 2024. Amsterdam, The Netherlands: International Center of Scientific Research. 2024. P. 340–348.
12. Havelia O., Havelia O. New trends in the development of the artistic space of art therapy: doodling and zentangle. *Sectoral research XXI: characteristics and features: collection of scientific papers «SCIENTIA» with Proceedings of the VII International Scientific and Theoretical Conference*, March 15, 2024. Chicago, USA: International Center of Scientific Research. 2024. P. 92–97.
13. Havelia O., Kvetsko O. Folklore as the primary of forming the boiko's dance. *European Journal of Arts*, Austria. Vienna, 2020. № 1.

14. Havelia O.M. Expert evaluation of the condition and prospects for the development of a gifted person in the context of artistic culture of Ukraine. *European Journal of Humanities and Social Sciences*. Vienna : Premier Publishing, 2019. № 6.

Основна література:

15. Гавеля О.М., Драч Т.Л. Розвиток пластичних здібностей дітей-аутистів засобами танцю модерн в умовах сучасних культурно-мистецьких практик. *Мистецтвознавчі записки*: зб. наук. праць. 2021. Вип. 39. С. 59–63.

16. Дениско П. Інсайт. Візуальні й мультимодальні метафори в живописі, скульптурі, кіно та інших візуальних мистецтвах. Полтава: ФОП Говоров С. В., 2021. 248 с.

17. Донченко О. Арт-терапія як засіб розвитку емоційної креативної спрямованості майбутніх вихователів дошкільних навчальних закладів. *Вісник ОНУ ім. І. Мечникова. Психологія*. 2017. Т. 22, вип. 3 (45). URL: <http://fas.onu.edu.ua/index.php/2304-1609/article/view/135179> (дата звернення: 12.03.2024).

18. Зеленська К.О. Персоніфікована програма корекції постстресових розладів у різних категорій осіб, які пережили бойові дії (комбатантів та волонтерів). *Український вісник психоневрології*: наук.-практ. медичний журнал. 2021. Т. 29, вип. 4. С. 27–29.

19. Кідалова К.С. Психологічні особливості самоствавлення особистості: аналіз концепцій та підходів. *Український психологічний журнал*. 2018. № 2(8). С. 48–58.

20. Колодязна А.В. Поєднання компонентів самоствавлення особистості відповідно до її творчих проявів. *Scientific Journal*. 2016. № 5. С. 93–96.

21. Орленко І. Психологічні аспекти впливу арт-терапії на позитивні зміни самоствавлення у жінок. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова*. Київ, 2022. С. 72–83.

22. Плахотнюк О. Педагогічні прийоми танцювальної арт-терапії у практиці джаз-танцю. URL: <http://www.pulib.sk/web/kniznica/elpub/dokument/bernatova8/subor/plakhotnyuk.pdf> (дата звернення: 12.03.2024).

23. Простір арттерапії: творчість як задзеркалля реальності : матеріали XVII Міжнар. міждисциплінарної наук.-практ. конф. (м. Київ, 27–29 лютого 2020 р.) / [за наук. ред. Л. А. Найдьоновой, О. Л. Вознесенської, О. М. Скнар]. Київ : ФОП Назаренко Т. В, 2020. 204 с.

24. Рурик Г. Робота з образами та метафорами в арт-терапії. URL: <https://upsihologa.com.ua/robo-ta-z-simvolami-ta-metaforami-v-art-t-02log92f3.html> (дата звернення: 12.03.2024).

25. Степанова Л. Метафоричні асоціативні карти: теоретичні основи. URL: http://www.b17.ru/article/metaphorical_association_cards_the_new/ (дата звернення: 12.03.2024).

26. Ткаченко О. 10 підходів до колажування, що зможуть вас надихнути. 11 березня 2021. URL: <https://telegraf.design/10-pidhodiv-do-kolazhuvannya-shho-zmozhut-vas-nadyhnuty> (дата звернення: 12.03.2024).

27. Шмиглюк О. Г. Статеві-вікові особливості ідентичності: крос-культурний аспект. *Sapience and Education a New Dimension*. 2018. № VI (73). С. 57–63.

28. Шмиглюк О. Г. Феноменологія та структура етнічної ідентичності особистості в ранньому юнацькому віці. *Теорія і практика сучасної психології*. 2020. № 1, т. 2. С. 174–180.

Додаткова:

29. Метафоричні карти. Відео. URL: <https://www.kozaky.org.ua/metaforichni-karti-shho-ce-take-yak-pracyuvati-z-asociativnimi-kartami/> (дата звернення: 12.03.2024).

30. Havelia O.M. Prospects of using media practices and open educational systems to provide the special cultural needs of the gifted persons. URL : <https://www.newmedia21.eu/izsledvaniq/prospects-of-using-media-practices-and-open-educational-systems-to-provide-the-special-cultural-needs-of-the-gifted> (Accessed 10 March 2024).

Інформаційні ресурси:

31. Бібліотека Конгресу. URL: <https://www.loc.gov/collections/world-digital-library/>
32. Глобальна цифрова бібліотека. URL: <https://digitallibrary.io>
33. Електронна бібліотека. Підручники. URL: <http://www.info-library.com.ua/>
34. Електронний каталог Наукової бібліотеки НАКККиМ. URL: <http://library.nakkkim.edu.ua/>
35. Наукова періодика України. Сайт електронних видань вищих навчальних закладів і наукових установ України. URL: <http://journals.uran.ua>.
36. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>.
37. 1 198 578 музичних файлів, звукових ефектів та аудіотреків. URL: <https://ua.depositphotos.com/music.html>.
38. Перелік сайтів, де розміщені колажі-зображення. URL: unsplash.com, pexels.com, pixabay.com, [Negativespace.co](https://negativespace.co), [British Library imagery collection](https://britishlibrary.org.uk/collections/imagery), [University of California collection](https://www.library.uci.edu/collections/ucicollection), [Creative Commons archive](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), [Europeana imagery collection](https://www.europeana.eu/en/collections/imagery), [Smithsonian Open Access](https://www.si.edu/openaccess).