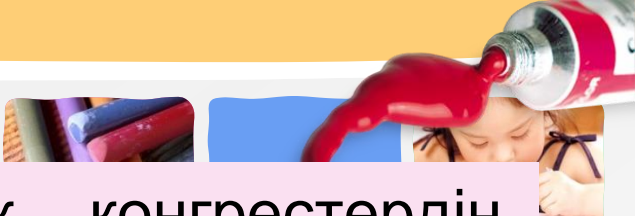
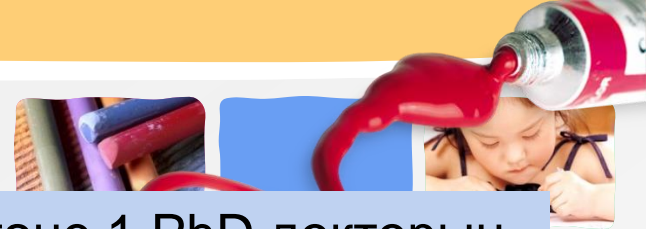


- **Мадалиева Забира Бекешқызы** - психология ғылымдарының докторы, профессор, практикалық психолог,
- арт-терапия және когнитивті психотерапия саласындағы сертифицикатталған маман,
- ҚазҰУ жалпы және қолданбалы психология кафедрасының меңгерушісі

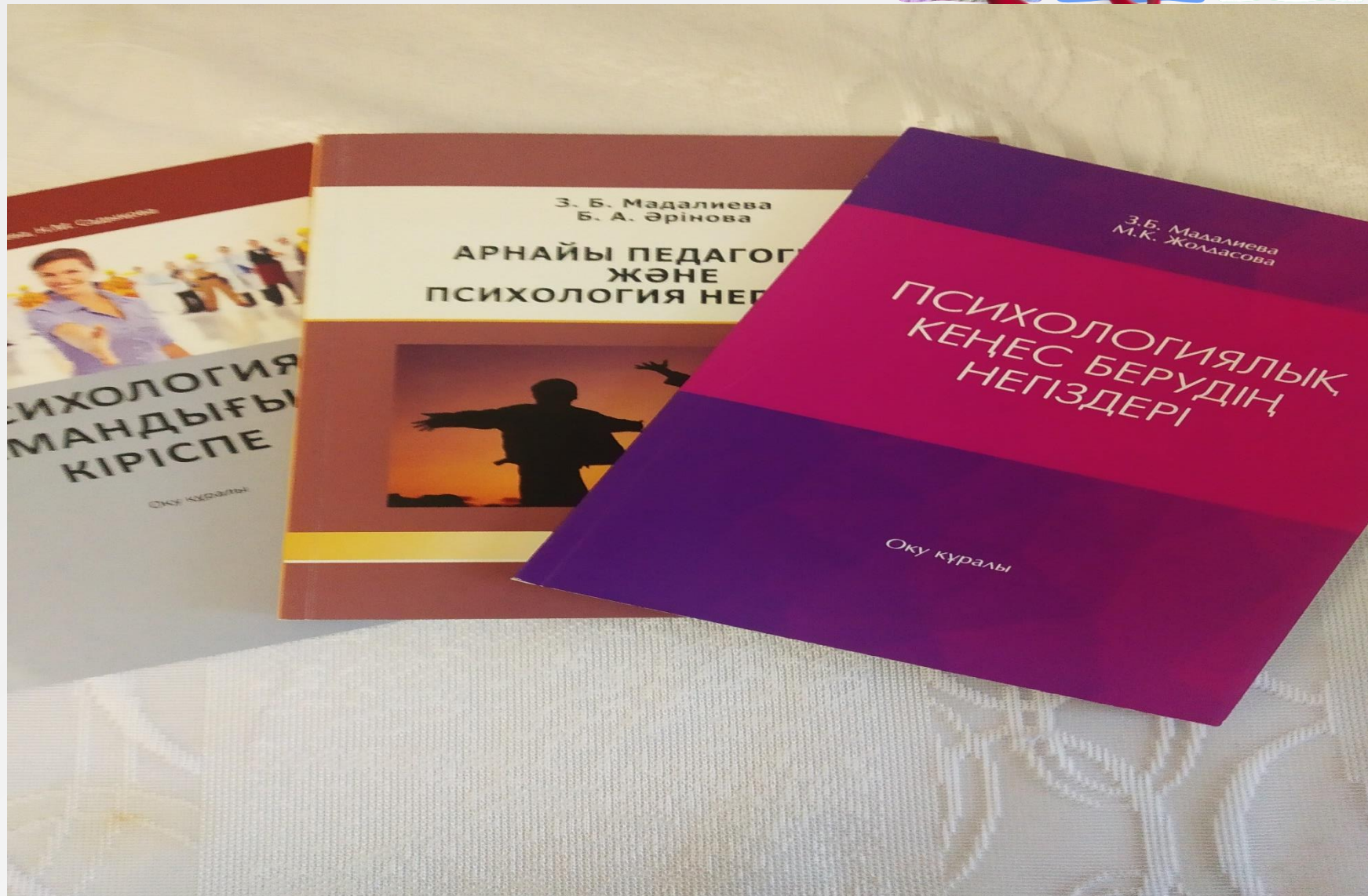
- 
- ҚАӨ (ҚР) тренері, халықаралық конгрестердің, фестивальдердің, конференциялардың спикері, сараптамалық полимодальді супервизиялық топтың мүшесі,
  - ППЛ (РФ), қап (ҚР), ПЛП (ҚР) толық мүшесі, Қазақстан психологтар Одағының сараптамалық кеңесінің мүшесімін.
  - Балинт тобының ( РФ) жетекшісіне оқытудан өттім.
  - 6D 01000 - ҚазҰУ жанындағы білім беру (Гуманитарлық ғылымдар) диссертациялық кеңесінің мүшесімін Әл - Фараби Атындағы Қазуу.



- 3 психология ғылымдарының кандидатын және 1 PhD докторын
- арт-терапия бойынша 275 маман дайындадым,
- 74 тренингтік бағдарламаны әзірлеуші-автор
- тыңдаушылардың жалпы саны 3000-нан астам.
- 3 монографияның,
- 17 оқу құралының,
- 12 оқу-әдістемелік құралдың авторы
- 250-ден астам ғылыми мақалалардың 22-сі Скопус және Томпсон Рейтер дерекқорына кіретін жоғары дәйексөзді журналдарда жарияланды.
- ҚР БҒМ "ЖОО үздік оқытушысы 2010 негізгі ғылыми жобалар" грантының иегері









# бағдарламада



## өнермен емдеу

1

АРТ ТЕРАПИЯ ДЕГЕН НЕ

2

ТАРИХЫНА ШОЛУ

3

ТҮРЛЕРІ, БАҒЫТТАРЫ

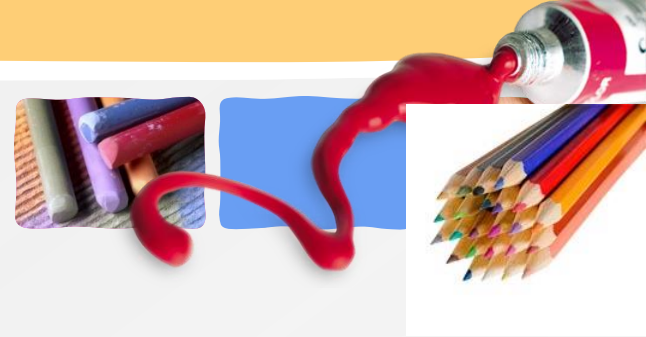
4

ҚОЛДАНЫЛУ САЛАЛАРЫ

5

ПРИНЦИПТЕРІ, МАҚСАТЫ





# өнермен емдеу

**1** Арт-терапия тұлғаның өзін-өзі тану технологиясы ретінде

**2** Арт-терапия денсаулықты технологиясы ретінде.

**3** Отбасымен және ұжыммен жұмыс кезіндегі арт-терапия

**4** Түзету және тұлғаны дамытуға арналған арт-терапиялық технологиялар

**5**



- Арт-терапияның қолдану аялары өте кең: ішкі және тұлғаралық конфликтілер, дағдарыстық қалып, жан аурулары, невротикалық және психосоматикалық бұзылыстар, жасөспірімдер мен балаларға кеңес беру жатады.
- Техникаларға бай, ол әртүрлі аурулардың белгілерін жеңілдетуге және жоюға, ақыл-ой мен денені тыныштандыруға, жеке эмоционалдық, интеллектуалды және әлеуметтік дамуда оң өзгерістерге қабілетті.

# Техникалар мен жаттығулар



ЭМОЦИОНАЛДЫ ЖАҒДАЙДЫ ӨЗІН-ӨЗІ ДИАГНОСТИКАЛАУ.

«Есік», «Көпір»

ӨЗІҢІЗГЕ ХАТ... ТЕХНИКАСЫ.

Афиша техникасы

"МЕНИҢ ПЛАНЕТАМ (ҒАЛАМШАРЫМ)" АРТ-ТЕРАПИЯЛЫҚ  
ТРИПТИХЫ

«МЕНИҢ ЕСІМІМНІҢ ТҮСІ» ЖАТТЫҒУЫ

ТАЛИСМАН ТЕХНИКАСЫ

ЗЕНТАНГЛ

ФРАКТАЛДЫ ТЕХНИКАСЫ

МАНДАЛА

- мына заттар қажет: түрлі түсті қарандаштар,
- түрлі-түсті бояулар мен
- а4 а3 форматындағы қағаздар,
- қаламсап.
- журналдар,
- Газеттер
- Клей, қайшы





- Арт терапия деген не (ағылшын тілінен аударғанда, art –өнер, therapy – терапия дегенді білдіреді. Арт-терапия сөзін қазақшаға тікелей аударғанда «өнермен емдеу» деген мағананы білдіреді. Тарихына шолу жасасақ, оны ғылымға, жалпы қолданысқа ең алғаш енгізген 1938 жылы Адриан Хилл болды.
- Ол туберкулез ауруына шалдыққандар санаториясында емделушілердің көңіл – күйлерін көтеру жұмысында қолданылады. Ол уақыт өте келе аурулардың тез сауығатындығын байқаған.
- Осылайша арт терапия емдік мақсатта қолданыла бастады. Кейіннен бұл термин өнерге қатысты барлық терапияның салаларында (музыкалық, драмалық терапия және т.б) қолданыла бастады. Тарихқа сүйенсек, арттерапия мамандары ұзақ уақыт психиатрлар мен психотерапевтердің көмекшісі болған, олар пациенттің салған суреттерін сырқаттың диагнозын дәлірек анықтауға немесе ем жүргізуге көмектесетін қосалқы әдіс ретінде пайдаланған.
- Арт-терапияның қолдану аялары өте кең :ішкі және тұлғаралық конфликтілер, дағдарыстық қалып, психикалық бұзылыс,невротикалық және психосматикалық бұзылыстар, жасөспірімдер мен балаларға кеңес беру жатады.

# Артықшықтары



- Техникаларға бай, ол әртүрлі аурулардың белгілерін жеңілдетуге және жоюға, ақыл-ой мен денені тыныштандыруға, жеке эмоционалдық, интеллектуалды және әлеуметтік дамуда оң өзгерістерге қабілетті
- Заманауи арт-терапия келесі бағыттарды қамтиды:
  - - Изотерапия – өнер табу арқылы емдік әсер: сурет салу, жабыстыру, декоративті жабыстыру өнері;
  - - Әуен терапиясы – әуен тыңдау арқылы әсер ету;
  - - Ертегі терапиясы – ертегі, аңыз, мысал көмегімен әсер ету;
  - - Кинезитерапия – би-қозғалыс, түзетуші ритмика (әрекеттік ықпал), хореотерапия арқылы әсер ету.



# Арт-терапияның НЕГІЗГІ МАҚСАТЫ



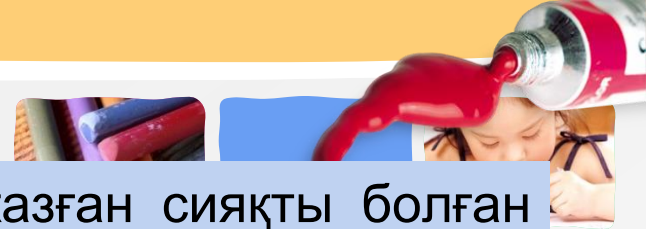
- өзін-өзі тану және түсіну. Оның көмегімен адам қиын өмірлік жағдайлардан шығудың жолын таба алады, өзі үшін маңызды мысалы, «Мен кімін?», «Мен қайда бара жатырмын?» ... «Маған не кедергі?» деген сияқты сұрақтарға жауап бере алады Сондай-ақ, арт-терапия тұлғаны үйлестіруге және оның ішкі күштері мен таланттарын ашуға ықпал етеді.
- Арт-терапияда шығармашылық және қорытындылау кезеңдері бар
- Біріншісі - бұл тікелей өнер туындысын жасау процесі
- Ал екіншісі – осы жұмысты талдау



# ӨЗІҢІЗГЕ ХАТ... ТЕХНИКАСЫ



- Құрал жабдықтар а4 форматындағы 3 ақ қағаз немесе түрлі түсті қағаздар, қалам қажет.
- Қашан қолданылады: күйзеліс, реніш, қажетсіз мазалайтын естеліктер мен ойлар бар кезде Мұның барлығын өзіңізге хат жазу арқылы жоюға болады.)
- Бұл үшін а4 форматының жартысындай бес бет алу керек. Олар түрлі-түсті болса жақсы болады: ақ, сары, жасыл, көк және қоңыр немесе сондай түсті қарындаштар алып, бояуға болады.
- Енді белгілі бір шешімін таппай жүрген мәселені, ренішті есіңізге түсіріп көріңіз. Белгілі бір рөлдерде болып мәселені шешімін іздеп көріңіз.



- Келесі «ақ» қағазға тергеуші хаттамаға жазған сияқты болған күйзеліс жағдайын жазасыз: «мынадай күні мынадай оқиға болды...», осылай басталды, осы жерде, осы уақытта болды.
- «қоңыр» қағазға алдыңғы жазылғанға қатысты барлық жағымсыз сезімдеріңізді жазасыз. Мұнда сіз пессимист-шағымданушы рөлінде боласыз.
- «сары» қағаздағы рөліңіз – эйфория жағдайындағы оптимист сияқты сіз барлық жағымды эмоцияларды мазмұндайсыз. Мәселенің сізге берген жақсы жақтары туралы жазып көріңіз.
- «жасыл» бет – бұл шығармашылық алаңы, мұндағы рөліңіз – «суретші» немесе «жазушы». Сіз сол жағдаятқа өлең арнасаңыз болады немесе қысқаша әңгіме жазыңыз. Бірнәрсе салуға да болады. Жалпы, өз мәселеңізді шығармашылық ойлау.
- «көк» қағазда сіз «ақылшының» рөлін орындайсыз: нақты және дәл қорытынды жасайсыз және өзіңізге өзіңіз кеңес бересіз.



- Осы көк қағаз сіздің мәселеңіздің шешімі. Қалғандарының барлығы сол жағдаятқа әртүрлі қырынан қарауға көмек берді. Енді сіз нақты шешім қабылдай аласыз.
- Хат сіз үшін ауыр болмауы керек. Бұл өте маңызды және өзіңізде кінәлілік сезімін тудырмауы қажет. Шын ниетпен жазыңыз, әйтпесе ешқандай терпиялық әсер болмайды. Бұл қағаздарды өзіңізден басқа адамға оқытпайға құқығыңыз бар.

# "МЕНИҢ ПЛАНЕТАМ (ҒАЛАМШАРЫМ)"



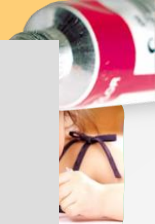
- I кезең. Мениң планетам: ол қандай?
- **Құрал жабдықтар:** а3 және а4 форматындағы ақ қағаз, түрлі түсті акварель бояуы, түрлі түсті қарындаштар қажет.
- 1. Кішкентай ақ қағазға өз өміріңізде бар барлық маңызды нәрселердің тізімін жазыңыз: өз есіміңіз және әртүрлі жағдайлар мен адамдарға қатысты сезімдеріңізден бастап, сіз үшін маңызды адамдар, заттарды, нәрселерді қоса жазыңыз.
- 2. Өзіңіздің әр жазбаңызға «егер мен осының суретін салсам, онда қандай түспен салар едім?» деген оймен қарап, жанына осы түспен бояп қойыңыз. Бұл парақшаны көзден таса қойыңыз. Бұл парақшаны уақытша жасырып қойыңыз.
- 3. Сіздің планетаңыз қандай контурға ие екендігін ойлаңыз – ол домалақ, шаршы, сопақша, үшбұрышты? Сол форманы а3 қағазға түсіріңіз.
- 4. Акварельді қағаздың, дұрысы а3 парағын алып, оны сулы қылқаламмен сулаңыз. Біз “ылғалды қағазға сурет салу” техникасымен жұмыс жасайтын боламыз.

- 5. Енді өз тізіміңізді оқымай, өзіңіз белгілеп қойған түстерді қағазға түсіре бастаңыз. Дұрысы, мұны ретсіз және сезіміңіз қанша қаласа, сонша жасаған дұрыс. Бояулардың бір-біріне еркін араласуына мүмкіндік беріңіз немесе бояулардың қозғалысын өзіңіз қалаған тұсқа бағыттаңыз. Өз планетаңыздың атауын ойлап табыңыз.
- 6. Өзіңіздің планетаңызға қарап, мына сұрақтарға жауап беріңіз:
  - - сізге өз планетаңыз ұнайды ма?
  - - сіздің ол жерде тұрғыңыз келер ме еді?
  - - сіз оны қалай атар едіңіз?
  - - мұнда қандай түс аз немесе мүлде жоқ? Мұнда қандай түс көп?
  - - ол басқа планеталарға несімен ұқсас?
  - - сіздің планетаңыз несімен ерекше, басқа планеталардан несімен айрықшаланады?
  - - сіз оны өзгерткіңіз келер ме еді? Егер өзгертер болсаңыз, бұл планетаға не жетіспейді? (жетпей тұрған нәрсені толықтырып салыңыз)



- III кезең.
- Бір күні бір қайғылы жағдай болды.
- Келесі үлгі бойынша басты кейіпкерлері сіздің планетаңыздың тұрғындары болатын ертегі жазыңыз (Р.Ткач әдістемесінің модификациясы):
- Алыс-алыс жерлерде ешкімге белгісіз n деген планетада екі басқа планеталық өмір сүріпті (жағымды және жағымсыз кейіпкерлер). Олардың әрқайсысын қысқаша сипаттаңыз.
- Бір күні олардың біреуі (жағымды кейіпкер) қайғылы жағдайға ұшырады.
- Ол қандай жағдайға ұшырауы мүмкін?
- Ол бұл жағдайда қандай сезімде болды?
- Қандай әрекеттер жасады?
- Сол кезде ол жағымсыз кейіпкерден көмек сұрады. Ол оған қалай көмек көрсете алды?
- Сол күннен бері... Планета тұрғындарының қарым-қатынасында не өзгерді?
- Олар бір-біріне қалай қарай бастады?
- Олардың әрқайсысының өмірі қалай өзгерді?
- Болған жағдайдан олар қандай сабақ алды?

- **II кезең. Менің планетамның тұрғындары.**
- Келесі кезекте жаңа параққа
- Осы планетаның сізге ұнайтын және ұнамайтын 2 тұрғынын ойлап тауып, суретін салыңыз.
- - оларға ат қойыңыз және ол кейіпкерлерді сипаттаңыз: олардың әрқайсысы қандай қасиеттерге ие?
- - олар сізде қандай ойлар мен сезімдерді туғызады?
- - олар сізге несімен ұнайды және несімен ұнамайды?



## ҚАҒАЗДЫ ЖЫРТУ ТЕХНИКАСЫ



- Кішкентай баладан ересекке дейін бір уақыт қағаз жыртудың көп пайдасы бар. Қағаз жырту процесі балаға жаңа материалды, дыбыстарды естіп, тануға мүмкіндік берсе, ересектерде ашуын шығаруға, эмоциясын шығарып, қалыпқа келуге көп көмегін тигізеді.
- Сондықтан да өз эмоцияңызды басқару қиын боп, бойыңызды ашу мен ыза кернесе қағаз жыртыңыз, барынша кішкентай бөлшектеуге тырысыңыз. Өз сезімдеріңізді бақылап көріңіз. Не сезініп тұрсыз
- Алдымен белгілі бір түрлі түсті қағаздарды жыртып көріңіз. Ол қағазды жыртсаңыз келесі көңіліңіз қалаған түрге көшіңіз.



# ТАЛИСМАН ТЕХНИКАСЫ



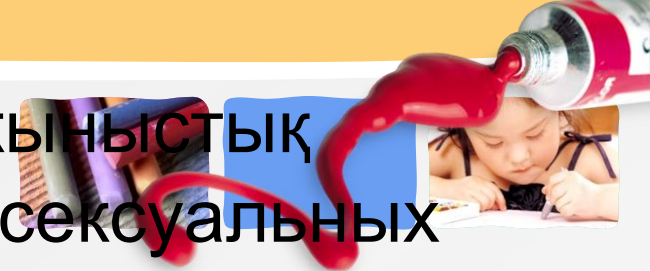
- Қолыңызға қағазды алып, тек қолыңызбен жырту арқылы өз жаныңыздың пішінін жыртыңыз. Формалар түрлі болуы мүмкін дөңгелек, шаршы, үшбұрыш және т.б.
- Қағаз жырту техникасы арқылы қағаздарды жыртып жаныңыз шаршап, ауырып, мазасыздықты, осы сияқты негативті сезімдерді жаныңыздың үстіне қойып көріңіз не сезініп тұрсыз, өзіңізді бақылаңыз.
- Енді жаныңыздың үстіне қуаныш, рахат сезімі тудыратындай етіп қағаздарды жыртып, жаныңыздың үстіне орналастырыңыз. Өзіңізге ұнағанынша өзгертсеңіз болады. Енді орналасқан бөлшектерді желімдеп, жапсырып қойыңыз.
- **Ескерту** негативті сезімдерді жапсыруға болмайды, оларды өзгертіп, позитивтіге айналдырған соң жапсыру қажет.
- Өз туындыңыз ұнады ма
- Не сезініп отырсыз
- Инсайттар пайда болды ма
- Өз сезімдеріңізбен бөліссеңіз болады.

# ЭМОЦИОНАЛДЫ ЖАҒДАЙДЫ ӨЗІН-ӨЗІ ДИАГНОСТИКАЛАУ



- Қазір сізге кішкентай қағаз алуыңызды сұраймын. Мына сезімдерді жазып шығыңыз. Қуаныш, қорқыныш, ашу, күш, махаббат, тыныштық, түсіністік, сабырлылық, тітіркену. Енді бұл сезімдердің жанына түстерді сәйкестендіріңіз. Түстер ақ, қара, сары, қызыл, көк, жасыл, күлгін фиолетовый, қоңыр. бұл парақты көзден таса жерге жасырып қойыңыз.
- II кезен. Сізден адамның мүсінін түрлі түсті қарындаштар мен бояулар арқылы салуды сұраймын. Өзіңізді еркін, бос сезініп жақсы көңіл күйде салып шығыңыз.
- Интерпретация кезеңі. Адам денесінің белгілі бір бөліктері қазіргі сәттегі адам эмоциаларының көрінісін көрсете алады. Мысалы
- Бас бөлігі - актуалды ойлардың бөлігі.
- Көкірек бөлігі - қазіргі сәттегі өзекті эмоциялардың көрінісі.

- Бел мен жамбас бөлігі - жеке жыныстық қарым қатынас бөлігі (область сексуальных отношений).
- Қолдары - коммуникациялық қабілеттер бөлігі.
- Аяқтары, табан бөлігі – өмірдегі тірек, отбасы және жұмыс немесе т. б.
- Осы сипаттамаларды оқып отырып өзіңіздің ең алғаш жазған парақшаңызға қарап, қай бөлікте қандай эмоциялар басым екендігіне мән беріңіз. Неліктен деп ойлайсыз, мұқият ойланып, сараптама жасап көріңіз, шындыққа сәйкес пе?



## Шығармашылық қабілеті дамытуға арналған әдістемесі.



- Жаттығуды орындау, сіздердің шығармашылық қабілеттеріңізді арттыруға бағытталған.
- Жаттығуды орындау үшін бізге қажет емес журнал, газеттер және де ақпарақ немесе ватман, клей, қайшы керек болады. Өзіңізге түсінікті, ыңғайлы болатындай тілде алуларыңызды сұраймын.
- Енді, осы журналдың, газеттің ішінен сізге алғаш көзіңізге түскен, сізге ұнаған сөздер мен сөз тіркестерін теріп, қыйып алуларыңызды сұраймын. Сөздер мен сөз тіркестер саны отыз бестен (35) аспауы қажет.
- Ал енді, алдарыңызда жинақталып тұрған сөздер мен сөз тіркестерін қолдана отырып, нақыл сөз, ұран, белгілі бір анықтама құрыңыздар. Бастысы мағыналы, мәнді сөйлем шығуы қажет.

# Фракталды суретті талдау



- Сурет авторының мінез-құлқының ашық көрінетін қырлары, ерекшеліктері, жеке сапалары мен көңіл-күйін төмендегі параметрлер бойынша анықтауға болады :
- 1. Сызықтың сипаты;
- 2. Суреттің көлемі мен кескіндемесі;
- 3. Ұяшықтардың көлемі мен кескіндемесі;
- 4. Суреттің түсті гаммасы ;
- 5. Үстем түстер мен реңктер.
- Егер суреттің өзіне тән ерекшеліктері оның ауданының 60-75% қамтитын болса, онда бұл автордың мінез-құлық ерекшеліктері мен көңіл-күйі анық көрсетілгенін білдіреді. Сурет ауданының 30-35% қамтитын ерекшеліктер мінез-құлық қырлары мен ерекшеліктерінің орташа көрсеткішін білдіреді.

# 4 негізгі қажеттілік

## Жаттығу



- Қазір жасалатын алдағы жаттығу адамның негізгі 4 қажеттілігін анықтауға көмектеседі. Жаттығуды орындау үшін бізге ақпарақ және қарандаш қажет. Қалаураңыз бойынша түрлі түсті бояулар қолдансаңыздар болады.
- Ақпарақты теңдей төрт бөлікке бөлу керек. Бірінші пайда болған квадратқа кез-келген өсімдікті салыңыздар. Екінші ұяшыққа кез-келген сіз үшін бағалы, құнды көрінетін заттай дүние салыңыз. Үшінші торға кез-келген ыдыстың түрін салыңыз. Төртінші қалған жерге қарудың кез-келген түрін бейнелеңіз.
- БҰЛ ЖЕРДЕ СІЗДЕРДІҢ СУРЕТ САЛУ ҚАБІЛЕТТЕРІҢІЗ БАҒАЛАНБАЙДЫ. СОНДЫҚТАН БАРЫНША КӨП ОЙЛАНБАЙ, ПРОЕКТИВТІ ӘДІСТЕМЕ НАҚТЫЛЫҒЫ ҮШІН ОЙЫҢЫЗҒА АЛҒАШ КЕЛГЕН БЕЙНЕЛЕРДІ ҚАҒАЗ БЕТІНЕ ТҮСІРУЛЕРІҢІЗДІ СҰРАЙМЫН.

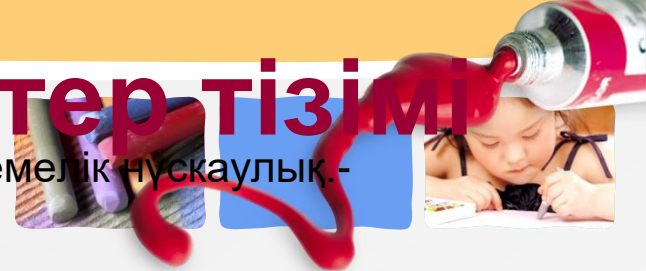
# Кері байланыс



- Сұрақтарыңыз бар ма?
- Семинардан алған өз әсеріңіз?
- Ұнады ма, ұнамады ма?
- Бір нәрсе үйрендіңіз бе?

# Ұсынылатын әдебиеттер тізімі

- 1. Мадалиева З.Б., Сүлеймен М.М Арт-терапия: әдістемелік нұсқаулық.- Алматы: Қазақ университеті,2016-154 б.
- 2.Мадалиева З.Б., Көмекпаева Л.К., Сүлеймен М.М. Жалпыға арналған арт-терапия: әдістемелік нұсқаулық.- Алматы: 2016. -160 б.
- 3. Копытин А.И. Теория и практика арт-терапии. - СПб., 2002.
- 4. Тарарина Е. Практикум по арт-терапии: шкатулка мастера. Луганск.: Элтон-2, 2013.
- 5. Зинкевич-Евстигнеева Т. Путь к волшебству: Учебник / Т. Зинкевич Евстигнеева - СПб: Златоуст, 1998.
- 6.Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии. - СанктПетербург: Издательство «Речь», 2004.
- 7. Қуанәлі М. Ертегіні қолдану тәрбиешінің педагогикалық психологиялық негізгі техникалық құрылымы / Мектепке дейінгі тәрбие мен оқыту. -2013. - №6.
- 8. Кокоренко В.Л. Арт-технологии в подготовке специалистов помогающих профессий. - СПб.: Речь, 2005.
- 10. Копытин А.И. Системная арт-терапия. - СПб.: Питер, 2001.
- 11. Копытин А.И. Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков.- М.: Когито - Центр, 2007.
- 12. Хрестоматия. Арт-терапия. под ред. А.И. Копытина. - СПб.: Питер, 2001.







### *Используемая литература:*

- 1. Аметова Л.А. "Формирование арт-терапевтической культуры младших школьников. Сам себе арт-терапевт". М., 2003.*
- 2. Берн Э. Люди, которые играют в игры. Психология человеческой судьбы. – В кн.: Игры, в которые играют люди. – СПб.: Лениздат, 2004*
- 3. Выготский Л.С. Психология искусства. М., 1965.*
- 4. Зеньковский В.В. «Психология детства» – М., 2000*
- 5. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. "Путь к волшебству, Теория и практика арттерапии". СПб.: Златоуст, 2005.*
- 6. Киселева М.В. "Арт-терапия в работе с детьми". СПб.: Речь, 2008.*
- 7. Копытин А.И. Арттерапия в общеобразовательной школе. Методическое пособие. СПб., 2005.*
- 8. Копытин А.И. Теория и практика арттерапии. СПб., 2002.*
- 9. Короткова Л.Д. "Арт-терапия для дошкольников и младшего школьного возраста". СПб.: Речь -2001.*
- 10. Лебедева Л.Д. "Практика арт-терапии: подходы, диагностика". СПб.: Речь, 2003.*
- 11. Мухина В.С. Детская психология. Апрель Пресс, М., 2000*
- 12. Осорина М.В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых. СПб, 2007.*



