

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**Східноєвропейський національний університет імені Лесі Українки**  
**Факультет психології та соціології**  
**Кафедра загальної і соціальної психології та соціології**

**СИЛАБУС**  
**вибіркової навчальної дисципліни**

**Основи піскової терапії**

---

підготовки бакалаврів

спеціальності 053 Психологія

освітньо-професійної програми Психологія

*Силабус навчальної дисципліни  
для денної і заочної форм навчання*

**Силабус вибіркової навчальної дисципліни «Основи піскової терапії»** підготовки бакалаврів, галузі знань 05 Соціально-поведінкові науки, спеціальності 053 Психологія, за освітньою програмою Психологія.

**Розробник:** Коструба Наталія Сергіївна, старший викладач кафедри загальної і соціальної психології та соціології, кандидат психологічних наук.

**Силабус навчальної дисципліни затверджено на засіданні кафедри загальної і соціальної психології та соціології**

---

протокол № 1 від 15 вересня 2020 р.

Завідувач кафедри: *О. Лазорко* (Лазорко О.В.)

## I. Опис навчальної дисципліни

| Найменування показників                  | Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійна /освітньо-наукова/освітньо-творча програма, освітній рівень | Характеристика навчальної дисципліни                |  |
|--|--|---|--|
|  |  | Денна / Заочна                                      | Денна м/с / Заочна м/с                               |
| <b>Денна /заочна форма навчання</b>      | 05 Соціально-поведінкові науки   | <b>Вибіркова</b>                                    |  |
| <b>Кількість годин/кредитів</b>          | 053 Психологія   | <b>Рік навчання <u>2-й</u></b>                      |  |
| <b>Денна і Заочна <u>150/ 3</u></b>      | Психологія   | <b>Семестр <u>3-ий</u></b>                          |  |
| <b>Денна і Заочна м/с <u>120 / 3</u></b> | Бакалавр   | <b>Лекції <u>20 / 6</u></b><br>год.                 | <b>Лекції <u>20 / 10</u></b><br>год.                 |
|  |  | <b>Практичні (семінарські) <u>24/ 4</u></b><br>год. | <b>Практичні (семінарські) <u>18 / 6</u></b><br>год. |
|  |  | <b>Лабораторні <u>28 / 6</u></b><br>год.            | <b>Лабораторні <u>18/ 8</u></b><br>год.              |
| <b>ІНДЗ: <u>немає</u></b>                |  | <b>Самостійна робота <u>70 /126</u></b><br>год.     | <b>Самостійна робота <u>54 / 82</u></b><br>год.      |
|  |  | <b>Консультації <u>8 /8</u></b><br>год.             | <b>Консультації <u>10 / 14</u></b><br>год.           |
|  |  | <b>Форма контролю: залік</b>                        |  |
| <b>Мова навчання українська</b>          |  |   |  |

## II. Інформація про викладача

ППП Коструба Наталія Сергіївна

Науковий ступінь кандидат психологічних наук

Вчене звання —

Посада старший викладач

Контактна інформація:

мобільний телефон +38066-939-58-98;

електронна адреса [nataliia.kostruba@vnu.edu.ua](mailto:nataliia.kostruba@vnu.edu.ua)

Дні занять <http://194.44.187.20/cgi-bin/timetable.cgi?n=700>

Консультації з навчальної дисципліни проводяться протягом семестру щосереди з 15.00 до 16.00 в кабінеті № 111. В разі додаткової потреби здобувача в консультації час погоджується з викладачем.

### III. Опис дисципліни

#### 1. Анотація курсу

Піскова терапія одна із напрямків арт-терапії. У теоретичному блоці ми розглянемо історію методу гри з піском (Sand-play) та специфіку використання у терапевтичній психологічній практиці, символізм та метафоричність піскових картин, архетипи, окреслимо поняття піскових пейзажів та енергоінформаційного поля, етапи сеансу піскової терапії, особливості застосування методу піскової психотерапії у роботі з різними категоріями людей (діти, підлітки, сімейні системи тощо).

У результаті вивчення дисципліни Ви дізнаєтеся як: застосовувати піскову терапію в роботі із складними екзистенційними та життєвими ситуаціями клієнтів, при кризових станах; активізувати внутрішні ресурси людини через гру з піском; працювати з мокрим піском, пісковими мандалами, створювати казки на піску.

#### 2. Пререквізити

Дисципліна поєднує теоретичні та прикладні аспекти таких дисциплін як «Клінічна психологія», «Психотерапія» ін.

#### 3. Мета і завдання навчальної дисципліни

**Мета викладання дисципліни:** формування теоретичних уявлень про концептуальні основи та історію виникнення піскової терапії; розширення практичних навичок проведення піскової терапії в юнгіанській пісочниці; ознайомлення з особливостями використання різних видів піскової терапії; розширення уявлень про використання сучасних напрямків психотерапії при здійсненні психоедукації клієнтам.

#### **Завдання навчальної дисципліни:**

- вивчення коцептуальних основ піскової терапії, символічного значення тривимірності терапевтичного процесу юнгіанської пісочниці, структурою психіки за Г. Юнгом;
- оволодіння навичками роботи та технікою піскової терапії з різними віковими категоріями;
- ознайомлення студентів зі особливостями психологічної профілактики та психоедукації населення з питання збереження психічного здоров'я.

#### 4. Результати навчання (Компетентності)

##### **Загальні компетентності**

ЗК1. Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

ЗК6. Здатність приймати обґрунтовані рішення.

ЗК8. Навички міжособистісної взаємодії,

##### **Спеціальні (фахові, предметні) компетентності**

СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології

СК5. Здатність використовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій

СК8. Здатність організовувати та надавати психологічну допомогу

(індивідуальну та групову)

СК9. Здатність здійснювати просвітницьку та психопрофілактичну відповідно до запиту

СК11. Здатність дотримуватися норм професійної етики

### Програмні результати навчання

ПР1. Аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання

ПР5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги

ПР11. Складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій

ПР12. Складати та реалізовувати програму психопрофілактичних та просвітницьких дій, заходів психологічної допомоги у формі лекцій, бесід, круглих столів, ігор, тренінгів, тощо, відповідно до вимог замовника.

ПР16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога

### 5. Структура навчальної дисципліни

Структура навчальної дисципліни представлена у вигляді таблиць 2 та 3 (денна та заочна форми навчання відповідно).

Таблиця 1

#### Денна форма навчання (ДФН)

| Назви змістових модулів і тем   | Усього | Лек. | Прак<br>т. | Лабор<br>. | Сам.<br>роб. | Конс. | Форма<br>контролю/<br>Бали |
|---|--------|------|------------|------------|--------------|-------|----------------------------|
| <b>Змістовий модуль 1. Вступ до піскової терапії</b>  |        |      |            |            |              |       |                            |
| Тема 1. Теоретичні та історичні основи піскової терапії                                       | 18     | 2    | 2          | 4          | 10           |       | ДС/5                       |
| Тема 2. Основні поняття піскової психотерапії   | 18     | 2    | 2          | 4          | 10           |       | ДС/5                       |
| Тема 3. Загальні умови роботи з «психологічною пісочницею».                                   | 22     | 2    | 4          | 4          | 10           | 2     | ІРС/5                      |
| Тема 4. Практика роботи з пісочницею: принципи, обладнання, типи запитів для роботи з піском. | 22     | 4    | 4          | 4          | 10           |       | РМГ/5                      |
| Тема 5. Специфіка піскової терапії з різними віковими категоріями;                            | 24     | 4    | 4          | 4          | 10           | 2     | РМГ /5                     |
| Тема 6. Специфіка індивідуальної та групової піскової терапії                                 | 24     | 4    | 4          | 4          | 10           | 2     | ТР /10                     |
| Тема 7. Психопрофілактика, розвиток і навчання в пісочниці.                                   | 22     | 2    | 4          | 4          | 10           | 2     | ТР / 5                     |
| Разом за модулем 1  | 150    | 20   | 24         | 28         | 70           | 8     | 40 балів                   |

|  |     |    |    |    |    |   |     |
|--|-----|----|----|----|----|---|-----|
| <b>Види підсумкових робіт</b>                                      |     |    |    |    |    |   | Бал |
| Модульна контрольна робота (МКР1)                                  |     |    |    |    |    |   | 60  |
| Участь у конференції з доповіддю про результати власних досліджень |     |    |    |    |    |   | +5  |
| <b>Всього годин/ Балів</b>   | 150 | 20 | 24 | 28 | 70 | 8 | 100 |

Таблиця 2

## Заочна форма навчання (ЗФН)

| Назви змістових модулів і тем   | Усього | Лек. | Прак т. | Лабор . | Сам. роб. | Конс. | Форма контролю/ Бали |
|---|--------|------|---------|---------|-----------|-------|----------------------|
| <b>Змістовий модуль 1. Вступ до Sundplay терапії</b>  |        |      |         |         |           |       |                      |
| Тема 1. Теоретичні та історичні основи піскової терапії                                       | 20     | 2    |         |         | 18        |       | ДС/5                 |
| Тема 2. Основні поняття піскової психотерапії   | 20     | 2    |         |         | 18        |       | ДС/5                 |
| Тема 3. Загальні умови роботи з «психологічною пісочницею».                                   | 20     |      | 2       |         | 18        |       | ІРС/5                |
| Тема 4. Практика роботи з пісочницею: принципи, обладнання, типи запитів для роботи з піском. | 24     | 2    | 2       |         | 18        | 2     | РМГ/5                |
| Тема 5. Специфіка піскової терапії з різними віковими категоріями;                            | 22     |      |         | 2       | 18        | 2     | РМГ /5               |
| Тема 6. Специфіка індивідуальної та групової піскової терапії                                 | 22     |      |         | 2       | 18        | 2     | ТР /10               |
| Тема 7. Психопрофілактика, розвиток і навчання в пісочниці.                                   | 22     |      |         | 2       | 18        | 2     | ТР / 5               |
| <b>Разом за модулем 1</b>   | 150    | 6    | 4       | 6       | 126       | 8     | 40 балів             |
| <b>Види підсумкових робіт</b>   |        |      |         |         |           |       | Бал                  |
| Модульна контрольна робота (МКР1)   |        |      |         |         |           |       | 60                   |
| Участь у конференції з доповіддю про результати власних досліджень                            |        |      |         |         |           |       | +5                   |
| <b>Всього годин/ Балів</b>  | 150    | 6    | 4       | 6       | 126       | 8     | 100                  |

Таблиця 3

## Заочна форма навчання (ЗФН) на основі молодшого спеціаліста

| Назви змістових модулів і тем   | Усього | Лек. | Прак т. | Лабор . | Сам. роб. | Конс. | Форма контролю/ Бали |
|---|--------|------|---------|---------|-----------|-------|----------------------|
| <b>Змістовий модуль 1. Вступ до Sundplay терапії</b>  |        |      |         |         |           |       |                      |
| Тема 1. Теоретичні та історичні основи піскової терапії                                       | 12     |      |         |         | 10        | 2     | ДС/5                 |
| Тема 2. Основні поняття піскової психотерапії   | 18     | 2    | 2       |         | 12        | 2     | ДС/5                 |
| Тема 3. Загальні умови роботи з «психологічною пісочницею».                                   | 18     | 2    |         | 2       | 12        | 2     | ІРС/5                |
| Тема 4. Практика роботи з пісочницею: принципи, обладнання, типи запитів для роботи з піском. | 18     | 2    | 2       |         | 12        | 2     | РМГ/5                |

|  |            |           |          |          |           |           |                 |
|--|------------|-----------|----------|----------|-----------|-----------|-----------------|
| Тема 5. Специфіка піскової терапії з різними віковими категоріями; | 20         | 2         | 2        | 2        | 12        | 2         | РМГ /5          |
| Тема 6. Специфіка індивідуальної та групової піскової терапії      | 18         | 2         |          | 2        | 12        | 2         | ТР /10          |
| Тема 7. Психопрофілактика, розвиток і навчання в пісочниці.        | 16         |           |          | 2        | 12        | 2         | ТР / 5          |
| <b>Разом за модулем І</b>  | <b>120</b> | <b>10</b> | <b>6</b> | <b>8</b> | <b>82</b> | <b>14</b> | <b>40 балів</b> |
| Види підсумкових робіт   |            |           |          |          |           |           | Бал             |
| Модульна контрольна робота (МКР1)                                  |            |           |          |          |           |           | 60              |
| Участь у конференції з доповіддю про результати власних досліджень |            |           |          |          |           |           | +5              |
| <b>Всього годин/ Балів</b>   | <b>120</b> | <b>10</b> | <b>6</b> | <b>8</b> | <b>82</b> | <b>14</b> | <b>100</b>      |

Форма контролю\*: ДС – дискусія, ДБ – дебати, Т – тести, ТР – тренінг, РЗ/К – розв’язування задач/кейсів, ІНДЗ/ІРС – індивідуальне завдання/індивідуальна робота студента, РМГ – робота в малих групах, МКР/КР – модульна контрольна робота/ контрольна робота, Р – реферат, а також аналітична записка, аналітичне есе, аналіз твору тощо.

#### 6. Завдання для самостійного опрацювання

1. Етичні принципи консультування.
2. Правила оформлення консультативного кабінету.
3. Карти пісочної арт-терапії.
4. Символіка відбитків на піску та форм з піску.
5. Основні психодіагностичні „мішені” в груповій роботі.
6. Психокорекція в пісочниці (індивідуальна та групова форми).

### ІV. Політика оцінювання

#### *Політика викладача щодо студента*

##### Вимоги викладача:

- обов’язкове відвідування навчальних занять;
- активність студента під час практичних занять;
- своєчасне виконання завдань самостійної роботи;
- виконання модульних контрольних завдань;
- відпрацювання занять, що були пропущені або не підготовлені (незадовільні оцінки) на консультаціях;

##### Не допустимо:

- пропуск занять без поважних причин;
- запізнення на заняття;
- користування мобільним телефоном, планшетом чи іншими мобільними пристроями під час заняття (за винятком дозволу викладача при необхідності виконання певних завдань, передбачених навчальною дисципліною);
- порушення дисципліни;
- списування та плагіат.

Поточний контроль проводиться на кожному практичному занятті. Він передбачає оцінювання теоретичної підготовки здобувачів вищої освіти із зазначеної теми (у тому числі, самостійно опрацьованого матеріалу) під час роботи на практичних заняттях та

набутих навичок під час виконання завдань практичних робіт. Критерії поточного оцінювання знань здобувачів на практичному занятті (оцінюється в діапазоні від 0 до 5 балів): 5 балів – завдання виконане в повному обсязі, відповідь вірна, наведено аргументацію, використовуються професійні терміни. 3 бали – завдання виконане, але обґрунтування відповіді недостатнє, у звіті допущені незначні помилки. 1 бал – завдання виконане частково, допущені значні помилки. 0 балів – завдання не виконане. Викладачем оцінюється повнота розкриття питання, цілісність, системність, логічна послідовність, вміння формулювати висновки, акуратність оформлення письмової роботи, самостійність виконання. Модульна контрольна робота є складовою поточного контролю і здійснюється через проведення аудиторної письмової роботи під час проведення останнього практичного заняття в межах окремого залікового модуля. Кожен варіант модульної контрольної роботи складається з трьох питань. Відповіді на поставленні питання слухачів повинні відображати вільне володіння обсягом матеріалу, передбаченим програмою, зокрема, вміти застосовувати його на практиці (у вигляді наведення власних прикладів, розв'язання психологічних ситуацій тощо), оцінювати факти, явища, вільно висловлювати власні думки, самостійно оцінювати різноманітні явища та факти, виявляючи особисту позицію що до них, вміло використовувати міжпредметні зв'язки. Критерії оцінювання знань здобувачів при виконанні контрольних робіт (оцінюється в діапазоні від 0 до 30 балів): 30-20 балів – вільно володіє обсягом матеріалу, вільно висловлює власні думки, повністю і якісно розкрив всі питання виявляючи особисту позицію що до них, вміло використовує міжпредметні зв'язки. 12-19 балів – вільно висловлює власні думки, але недостатнє обґрунтування відповіді, допущені незначні помилки; 5-11 балів – не повністю з допущенням помилок розкрив всі питання; 1-4 бали – розкрив тільки перше питання; 0 балів – відповідь відсутня.

За об'єктивних причин (наприклад, хвороба, працевлаштування, міжнародне стажування) навчання може відбуватись в он-лайн формі за погодженням із керівником курсу.

### *Політика щодо академічної доброчесності*

Дотримання академічної доброчесності здобувачами освіти передбачає:

- Самостійне виконання навчальних завдань, завдань поточного та підсумкового контролю результатів навчання;
- Посилання на джерела інформації у разі використання ідей, розробок, тверджень, відомостей;
- Дотримання норм законодавства про авторське право і суміжні права; дотримання принципів та положень Етичного кодексу психолога (<http://nsj.gov.ua/files/1448287570%D0%95%D1%82%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%B9%20%D0%BA%D0%BE%D0%B4%D0%B5%D0%BA%D1%81%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0.docx.pdf>);
- Надання достовірної інформації про результати власної (наукової, творчої) діяльності, використанні методики досліджень і джерела інформації.

За порушення академічної доброчесності (плагіат, фальсифікація, списування, обман тощо) здобувачі освіти можуть бути притягнені до академічної відповідальності: повторне проходження оцінювання (контрольна робота, іспит, залік тощо); повторне проходження відповідного освітнього компонента освітньої програми; відрахування з Університету.



Усі письмові роботи перевіряються на наявність плагіату і допускаються до захисту із коректними текстовими запозиченнями не більше 25%. Списування під час контрольних робіт та екзаменів заборонені (в т.ч. із використанням мобільних пристроїв). Мобільні пристрої дозволяється використовувати лише під час он-лайн тестування (наприклад, програма Kahoot).

### *Політика щодо дедлайнів та перескладання*

Роботи, які здаються із порушенням термінів без поважних причин, оцінюються на нижчу оцінку (75% від можливої максимальної кількості балів за вид діяльності балів). Перескладання модулів відбувається за наявності поважних причин (наприклад, лікарняний).

## **I. Підсумковий контроль**

На іспит виносяться основні питання, що потребують творчої відповіді та уміння синтезувати отриманні знання і застосовувати їх під час розв'язання практичних задач.

Форма проведення іспиту – усний екзамен.

### **ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ, ЩО ВІНОСЯТЬСЯ НА ЗАЛІК**

1. Історія виникнення піскової арт-терапії.
2. Принципи пісочної терапії.
3. Подання інструкції при роботі з піском.
4. Обладнання для роботи з піском. Піднос: форма, колір, розміри. Матеріали: пісок, вода, предмети пісочниці.
5. Типи предметів, які використовуються в пісковій арт-терапії.
6. Проективна психодіагностика в пісочниці (індивідуальна та групова форми).
7. Символізм та метафоричність піскових картин, архетипи.
8. Поняття піскових пейзажів та енергоінформаційного поля.
9. Етапи сеансу піскової терапії.
10. Карти пісочної арт-терапії.
11. Символіка відбитків на піску та форм з піску.
12. Покази до застосування групової піскової арт-терапії.
13. Основні психодіагностичні „мішені” в груповій роботі.
14. Психокорекція в пісочниці (індивідуальна та групова форми).
15. Прийоми обговорення. Основні способи гри з піском і водою.
- 16. Психопрофілактика, розвиток і навчання в пісочниці.**

## **VI. Шкала оцінювання**

| Оцінка в балах за всі види навчальної діяльності | Оцінка     |
|--|------------|
| 90 – 100   | Відмінно   |
| 82 – 89  | Дуже добре |
| 75 - 81  | Добре      |

|         |              |
|---------|--------------|
| 67 -74  | Задовільно   |
| 60 - 66 | Достатньо    |
| 1 – 59  | Незадовільно |

## **VI. Рекомендована література та інтернет-ресурси**

1. Вебер М., Ремен Н. Работа с песочницей. Психосинтез и другие интегративные техники психотерапии / Под ред. А. А. Бад-хена, В. Е. Кагана. М.: Смысл, 1997.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. Практикум по песочной терапии. СПб.: Речь, 2002.
3. Штейнхард Л. Юнгианская песочная психотерапия. СПб.: Питер, 2001.
4. Labovitz Boih B., Goodwin E. A Sandplay therapy. Lnd.: W. W. Norton and Company, 2000.
5. Ammann, Ryth. Healing and Transformation in Sandplay: Creative Processes Become Visible. USA:
6. Грабенко Т. М., Зинкевич-Евстигнеева Т. Д. Чудеса на песке. Песочная игротерапия. СПб.: Институт специальной педагогики и психологии, 1998. 50 с.
7. 15. Сакович Н. А. Технология игры в песок. Игры на мосту. СПб.: Речь, 2006. 176 с.
8. Тернер Б. Руководство по сэндплей-терапии. 2015.
9. Щербакова (Батня) В. Миры на песке. Песочная терапия. 2010.
10. Нікітін В. Арт-терапія. Учебное пособие. – Москва: Когито-Центр, 2014. - 336 с.