

ВИКОРИСТАННЯ МЕТОДІВ АРТТЕРАПІЇ В РОБОТІ СОЦІАЛЬНОГО ПРАЦІВНИКА З ПОДОЛАННЯ НАСЛІДКІВ ТРАВМУЮЧОГО ВПЛИВУ ВОЄННИХ ДІЙ НА ДІТЕЙ

Павлюк Надія Вікторівна, здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти, ДВНЗ «Приазовський державний технічний університет», м.Дніпро

Братченко Андрій Сергійович, здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти, Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького, м.Запоріжжя

Статтю присвячено дослідженню ролі арттерапії як ефективного інструменту психоемоційної реабілітації дітей, які пережили травмуючий вплив воєнних подій, та впровадженню цього підходу в практику соціальних працівників. У роботі розглядаються теоретичні засади арттерапії, її функції, що сприяють зниженню рівня стресу, депресивних симптомів і тривоги, формуванню позитивної самооцінки та соціальної адаптації. Значну увагу приділено опису методичних підходів. Розкрито вплив основних методів арттерапії на відновлення внутрішніх ресурсів дитини. Наголошено, що заняття арттерапією дозволяють через творчий процес відновити емоційний баланс та інтегрувати травматичний досвід без прямої вербальної реконструкції травми.

У статті підкреслено ключову роль соціального працівника, який, володіючи як традиційними, так і специфічними арттерапевтичними підходами, створює простір довіри та безпеки для роботи з дітьми. Презентовано емпіричні дані закордонних та українських досліджень, які свідчать про позитивний вплив арттерапії на зниження тривожності, покращення когнітивних процесів та соціальної інтеграції дітей. Однак зазначено і обмеження даного підходу, зокрема випадки, коли арттерапія може бути менш ефективною.

Результати аналізу підкреслюють необхідність впровадження міжсекторальних програм, які поєднують арттерапію з іншими методами психолого-педагогічної підтримки і спрямовані на комплексну реабілітацію дітей, що зазнали впливу війни. Стаття має стратегічне значення для розробки ефективних програм підтримки і профілактики психотравм, що дозволить сприяти гармонійному відновленню психічного здоров'я дітей і забезпеченню їх стабільної соціальної адаптації.

Ключові слова: арттерапія, соціальна робота, воєнний конфлікт, емоційна регуляція, постконфліктна адаптація.

Pavliuk, N., Bratchenko, A. Methods of Art Therapy in the Work of a Social Service Specialist for Overcoming the Consequences of the Traumatic Impact of War on Children.

This article is devoted to investigating the role of art therapy as an effective tool for the psycho-emotional rehabilitation of children who have experienced the traumatic impact of military events, as well as the implementation of this approach in the practice of social workers. The paper examines the theoretical foundations of art therapy and its functions, which contribute to reducing stress levels, depressive symptoms, and anxiety, and to fostering positive self-esteem and social adaptation. Significant attention is given to a description of methodological approaches. It elucidates the impact of the main art therapy techniques on the restoration of a child's internal resources, enabling the child to re-establish emotional balance and integrate traumatic experiences through the creative process without direct verbal reconstruction of the trauma.

Furthermore, the article emphasizes the key role of the social worker, who, possessing both traditional and specific art therapy approaches, creates a confidential space of trust and safety for working with children. Empirical data from both international and domestic studies are presented, demonstrating the positive effect of art therapy on reducing anxiety, improving cognitive processes, and enhancing the social integration of children. However, the limitations of this approach are also noted, particularly in cases where art therapy may be less effective.

The analysis underscores the necessity of implementing cross-sectoral programs that combine art therapy with other methods of psycho-pedagogical support, aimed at the comprehensive rehabilitation of children affected by war. The article holds strategic significance for the development of effective support and trauma prevention programs, which will contribute to the harmonious restoration of children's mental health and ensure their stable social adaptation.

Keywords: art therapy, social work, military conflict, emotional regulation, post-conflict adaptation.

Постановка проблеми. Збройні конфлікти та терористичні акти, як найекстремальніші прояви насильства, історично значною мірою впливали на розвиток суспільств, призводячи до мільйонних жертв, численних поранень і глибоких психоемоційних травм. Особливо вразливою групою є діти, які, перебуваючи в умовах воєнних дій, зазнають тривалого стресу

через постійну загрозу та реальні небезпеки. Таке постійне перебування у стані напруженості порушує нормальні умови фізичного, емоційного та соціального розвитку, що ускладнює процеси соціалізації та негативно впливає на формування особистості. Крім того, травматичні переживання спричиняють зниження якості життя та порушення навчального процесу, що, у свою чергу, призводить до зниження рівня кваліфікації майбутніх спеціалістів та стримує економічне зростання на національному рівні [5, с.10].

Особливу увагу слід приділяти дітям, які були примусово переміщені із зон активних бойових дій. Як зазначено у доповіді Управління Верховного комісара ООН з прав людини з посиланням на звіт МОМ про внутрішнє переміщення населення в Україні за 2024 р, «станом на грудень 2024 року понад 3,6 мільйона осіб в Україні залишалися внутрішньо переміщеними, серед яких близько 737 000 дітей» [9, с.9]. Адаптація до нового соціально-культурного середовища створює додаткові виклики, що посилюють психологічну напругу та дестабілізують традиційні механізми розвитку.

Враховуючи багатогранність і комплексність психологічних проблем, пов'язаних із розвитком дітей у воєнний час, питання впливу стресових факторів і розробки оптимальних підходів до підтримки цієї категорії населення є надзвичайно актуальним для сучасної науки. Глибокий аналіз впливу негативних факторів та розробка ефективних методик реабілітації стануть запорукою забезпечення умов для належного розвитку дітей, які зазнали воєнних дій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Арттерапія – сучасний напрям у наукових дослідженнях, привертає значну увагу як вітчизняних, так і зарубіжних науковців. У дослідницькому середовищі акцент робиться на загальні теоретичні засади арттерапії (І. Бабій, Л. Фірсова, І. Ільченко, Л.Волкова та ін.), вивчення окремих арттерапевтичних технологій

(Н.Борисова, Д. Едвардс, З. Ковальчук та ін.), а також практичне застосування методик у діяльності фахівців різних сфер, зокрема психологів та соціальних працівників (О. Брюховецька, О. Веренич, К. Малкіоді та ін.).

Особливої значущості метод арттерапії набуває в умовах негативного психологічного впливу воєнних подій. Основним концептуальним підходом є те, що творчий процес не лише активує внутрішні ресурси психіки, але й сприяє розвитку когнітивних та емоційних механізмів, допомагаючи позбутися деструктивних моделей мислення та поведінки. Це припущення підтверджується численними емпіричними дослідженнями. Зокрема, О.Вознесенська у своїй праці «Арттерапія в Україні: стан та перспективи розвитку» наголошує на ефективності арттерапії для самопізнання, самовираження та психоемоційної стабілізації [8, с. 94]. У роботі також визначено ключові етапи становлення арттерапії та її активне застосування в роботі з дітьми, що постраждали від конфліктів і соціально вразливими групами населення.

Актуальну наукову базу з проблематики арттерапії представлено у колективній монографії «Арттерапія і війна: контексти і досвід практичної роботи» (2023) [3]. У цьому виданні детально аналізується вплив різних арттерапевтичних технік на різні категорії осіб, які зазнали психологічних травм. Автори презентують результати досліджень, демонструючи практичне застосування як поширених, так і унікальних методик, спрямованих на відновлення емоційного балансу, розвиток самооцінки та зміцнення внутрішніх ресурсів особистості.

Згідно з науковими висновками О. Писарчук, Л. Галіциної, А. Капської, Н. Борисової, Н. Атаманчук та інших дослідників, арттерапія є ключовим фактором у формуванні стійкої картини світу та стабілізації емоційного стану дітей, які пережили воєнні конфлікти. Особливо ефективним є її застосування у роботі з дітьми дошкільного віку.

Дослідники О. Вознесенська, Н. Бочаріна, І. Чорна, С. Жейнова, Л. Бондар, С. Яланська та інші підкреслюють важливість застосування арттерапевтичних методів у роботі з дітьми дошкільного віку, оскільки вони сприяють розвитку невербальних способів вираження емоцій, допомагають знижувати рівень стресу та забезпечують гармонійний психосоціальний розвиток.

Мета дослідження – вивчення можливостей використання методів арттерапії в роботі соціального працівника для реабілітації і мобілізації психологічного потенціалу дітей та подолання наслідків травмуючого впливу воєнних дій.

Виклад основного матеріалу дослідження. Збройні конфлікти та терористичні акти, як найекстремальніші прояви насильства, історично значною мірою впливали на розвиток суспільств, призводячи до мільйонних жертв, численних поранень і глибоких психоемоційних травм. Вплив війни на дітей має специфічний характер. По-перше, діти невід'ємно залежать від опіки, любові та підтримки з боку дорослих, що стає особливо важливим в умовах втрати близьких або через емоційну недоступність травмованих батьків. За даними опитування ЮНІСЕФ, кожна п'ята дитина в Україні повідомила про втрату близької людини з початку війни [13, с.85]. По-друге, наслідки травматичних подій у дитинстві можуть суттєво змінити життєву траєкторію: діти, позбавлені можливості здобувати освіту через війну, вимушені жити в умовах невизначеності, ризикують втратити не лише фізичні чи когнітивні здібності, а й можливість соціальної інтеграції.

Соціальна робота, як ключова складова соціально-захисної політики держави, спрямована на надання допомоги особам, які опинилися в складних життєвих умовах. Особливо актуальним є надання соціально-психологічної допомоги дітям, які зазнали впливу воєнних подій. Така сфера діяльності передбачає проведення інтегративної

інтелектуальної роботи, що вимагає високої професійної компетентності фахівців, зокрема щодо навичок соціальної та особистісної підтримки. Працівникам соціальних служб, які працюють із внутрішньо переміщеними особами та їх сім'ями, необхідно демонструвати не лише відповідальне ставлення, але й високий рівень професіоналізму у профілактиці наслідків стресових ситуацій, гострих емоційних розладів, переживання втрат і горя, а також попередженні конфліктних ситуацій і насильства в соціальному середовищі. Соціальна робота виступає багатофункціональним професійним заняттям, спрямованим на вирішення соціальних проблем особистості, сприяння її реабілітації, адаптації та інтеграції в суспільство. Основним завданням фахівців цієї сфери є пом'якшення соціальних протиріч, покращення взаєморозуміння між людьми та створення сприятливого психосоціального клімату. У цьому контексті важливо, щоб фахівці були ознайомлені з сучасними методами психотерапії і опанували відповідні психокорекційні техніки. Серед технологій, що можуть бути застосовані для досягнення цих цілей, арттерапія займає одне з провідних місць завдяки своїй екологічності та високій ефективності, що підтверджується як у психологічних, так і у соціальних дослідженнях [10, с.209].

Сучасна психологія дедалі більше орієнтується на нетрадиційні методи роботи з несвідомими процесами людської психіки. Арттерапія – як форма творчої самовираження – відкриває можливості для встановлення контакту з глибинними шарами внутрішнього світу, що виходять за рамки вербальної комунікації. Протягом останніх років спостерігається зростання кількості досліджень, спрямованих на аналіз впливу арттерапевтичних технологій на трансформацію негативних емоцій. В Україні сам термін «арттерапія» використовується лише декілька десятиліть, що призводить до різноманіття визначень, оскільки поняття «мистецтво» та «терапія» є контекстуально залежними. Так, в енциклопедії

для фахівців соціальної сфери зазначено, що арттерапія – це способи і технології реабілітації людей за допомогою мистецтва та образотворчої діяльності [2]. І. Бабій класифікує арттерапію як психотерапевтичний напрям, що залучає дитину до мистецтва з метою самовираження почуттів, потреб і мотивації поведінки, що є важливими чинниками для її повноцінного розвитку та адаптації до навколишнього середовища [4, с. 4,5]. О. Брюховецька визначає арттерапію як «технології створення та використання різних творів мистецтва з метою передачі емоцій та інших психічних проявів; інструмент, який сприяє дослідженню та гармонізації внутрішнього світу людини, для вираження якого слова є недостатніми» [7, с.27]. За визначенням Американської арттерапевтичної асоціації «арттерапія – це інтегративна професія у сфері психічного здоров'я та надання послуг людям, яка збагачує життя індивідів, сімей і спільнот через активну творчість, психотерапевтичні стосунки та застосування прикладних психологічних моделей» [12].

У контексті соціальної роботи найбільш адекватним, на нашу особисту думку, визначенням є наступне: *арттерапія – це інтегративна діяльність, що об'єднує мистецтво та соціальні практики з метою відновлення оптимальної функціональності та соціальної адаптації особистості.*

Перші згадки про використання арттерапевтичних підходів виникли ще в 1942 році, коли британський художник Адріан Хілл вперше застосував цей термін, а вже в 1945 році він опублікував свої ідеї в книзі «Мистецтво проти хвороб». Він встановив, що практика мистецтва не лише відволікає пацієнтів від хвороби чи травми, але й сприяє їхньому звільненню від психічного розладу через процес малювання [17, с. 51-58]. За його словами цінність арттерапії полягає у тому, що вона «повністю оволодіває розумом, як і руками, і вивільняє творчу енергію зазвичай

стриманих пацієнтів» [17, с.101-102]. Згодом Адріан Хілл став президентом Британської асоціації арттерапевтів.

У 1930-х роках XX століття арттерапія сформувалася на основі теоретичних моделей З. Фрейда та К. Юнга, а її концептуальна база поступово розширювалася за рахунок гуманістичних підходів К. Роджерса та А. Маслоу. Ідеї К. Юнга про символіку, архетипи та колективне несвідоме стали важливими для розуміння процесів, що відбуваються під час творчості. Подальша інтеграція юнгіанських концепцій у практику арттерапії відкрила нові перспективи у роботі з травмами та сприяла процесу психологічної реабілітації як дітей, так і дорослих. Дослідники М. Наумбург і Е. Крамер розробили теоретичну основу, яка підкреслює роль творчого процесу у розкритті несвідомого і досягненні психологічного зцілення [6]. З роками арттерапія перетворилася на самостійну терапевтичну практику, що поєднує елементи психології, мистецтва та консультування, розширюючи можливості людини у дослідженні власного внутрішнього світу за допомогою творчості.

Основними завданнями арттерапії є: покращення когнітивних та сенсорно-моторних функцій, підвищення самооцінки та розвитку самосвідомості, зміцнення емоційної стійкості, покращення соціальної адаптації та зниження медичних наслідків травматичних впливів воєнних конфліктів. Цей підхід є ефективним інструментом у роботі з травмою, горем та іншими психоемоційними розладами. Арттерапія ґрунтується на принципах вираження несвідомого через символічні образи, що дозволяє людині отримати доступ до власних емоцій, усвідомити їх і інтегрувати у свій світогляд. Крім того, арттерапевтичні методи стимулюють розвиток креативності, формують впевненість у собі та створюють атмосферу підтримки, що є критично важливим для відновлення психоемоційного балансу й подальшої соціальної адаптації дітей. Основним механізмом дії цього методу є процес сублімації, коли негативна енергія трансформується

у творчість, а її ефективність залежить від інтеграції психологічних і соціальних підходів, доступу до необхідних ресурсів та професійної підготовки фахівців [11, с.369].

Дослідники (Л. Комісарова, І. Левченко, О. Медведєва, Т. Добровольська, Н. Сакович) виділяють наступні ключові функції арттерапії:

- катарсична, яка спрямована на «очищення» психіки шляхом емоційного висловлювання. Творчий процес за допомогою мистецтва дозволяє дитині знімати негативні емоційні навантаження, що сприяє звільненню від стресу і підготовці до подальших позитивних змін;

- регулятивна функція орієнтована на подолання нервово-психічного напруження та регуляцію психосоматичних процесів. Завдяки методам творчої виразності можливо моделювати позитивний психоемоційний стан, що дозволяє дитині адаптуватися до нових життєвих умов;

- комунікативно-рефлексивна функція полягає у корекції порушень комунікації та сприянні формуванню адекватної міжособистісної взаємодії. Арттерапія допомагає дитині розвивати рефлексивні здібності, які сприяють формуванню позитивної самооцінки та розвитку ефективних стратегій спілкування.

Арттерапія, як метод, що дає можливість через творчий процес виявити та трансформувати внутрішній емоційний стан дитини, виступає як невід’ємна складова комплексного підходу до реабілітації дітей, постраждалих від війни.

Соціальний працівник, застосовуючи арттерапевтичні техніки, такі як малювання, ліплення, музика, колективні творчі завдання та інші методи, стимулює процес самовираження дитини. Це веде до поступового зниження тривожності та симптомів депресії, а також покращення адаптаційних можливостей. Наприклад, дослідження свідчать, що комплексне застосування арттерапії сприяє інтеграції дітей у соціум та

зміцненню внутрішніх ресурсів для подолання життєвих труднощів. У роботі соціального працівника при застосуванні арттерапії передбачається планування структурованих сесій, під час яких дитина має можливість висловити свої переживання через творчий процес без прямого вербального опису травматичного досвіду. Сеанси можуть бути як індивідуальними, так і груповими, що дозволяє не лише зосередитися на особистісних потребах кожного учасника, а й сприяти формуванню взаємної підтримки між дітьми.

Найбільш поширеними методами арттерапії є: ізотерапія, колажування, маскотерапія, піскова терапія, казкотерапія, глинотерапія, мандалотерапія, музикотерапія, драматерапія, метафоричні асоціативні карти. Надамо стислий опис деяких з них:

1) Ізотерапія – це арттерапевтичний метод, що використовує творче, спонтанне або тематичне малювання як засіб вираження думок, почуттів та переживань через образи, символи та кольори. Завдяки цьому методу людина може розвантажитися від негативних емоцій та відобразити своє ставлення до реальності. Метод базується на використанні різноманітних поверхонь і матеріалів (папір, холст, дерево, скло, тканина; фарби, олівці, пастель, фломастери, крейда), що забезпечує активізацію важливих психічних функцій (мови, сприйняття, рухової координації, мислення). Психокорекційний потенціал ізотерапії полягає у вивченні емоційного спектру, особливостей подій і міжособистісних стосунків, що сприяє збільшенню рівня самоприйняття. За К. Юнгом, символи та образи в малюнку є прямими повідомленнями несвідомого та вказують на актуальні приховані проблеми, дозволяючи «контейнерувати» травматичний досвід через механізм проєкції. До методик малювання, згідно з класифікацією С. Кратохвіла, відносять: вільне малювання, комунікативне малювання, спільне малювання та доповнююче малювання [4, с.18]. Також останнім часом використовуються техніки «дудлінга» та «зентангла», які сприяють

розслабленню, зниженню стресу, покращенню пам'яті й розвитку творчих здібностей.

Дудлінг (від англ. doodle – спонтанний (несвідомий) малюнок) – це процес створення зображень, що складаються з простих форм, таких як кола, лінії, ромби, точки й інші елементи. Доктор Роберт Бернс, колишній директор Інституту людського розвитку Університету Сіетла, використовує дудли для діагностики емоційних проблем своїх пацієнтів. Він вважає, що дудли можуть розкривати те, що відбувається в несвідомому. Багато інших дослідників дудлів погоджуються з цим [16]. Крім того, дослідженням, проведеним у 2009 р. психологом Джекі Андраде (Jackie Andrade, 2010) доведено, що малювання дудлів (каракуль) під час сприйняття інформації покращує її запам'ятовування на 29% [14].

Концепція зентангла була започаткована Ріком Робертсом і Марією Томас на початку 2000-х років у Массачусетсі як спосіб практики фокусування та медитації за допомогою малювання, з використанням повторюваних ліній, позначок, кіл та форм [18].

2) Колажування – це метод арттерапії, який полягає у створенні зображень із використанням фотографій, вирізок із журналів, кольорового паперу та інших матеріалів. У роботі з дітьми колаж виступає засобом вираження почуттів, трансформації негативних емоцій та дослідження аспектів особистісної ідентичності через візуальну символіку. Основними терапевтичними завданнями цього методу є: сприяння вираженню внутрішньоособистісних та міжособистісних питань; виявлення та спрямування творчих, оригінальних реакцій; допомога у звільненні від негативних емоцій; направлення на планування майбутнього та посилення мотиваційних процесів; підвищення рівня самосвідомості через аналіз поведінкових патернів, соціальних ролей і власних пріоритетів. Сесії з колажування можуть проводитися як індивідуально, так і в групах, часто із використанням музики для створення позитивної атмосфери. Техніка

колажу зосереджується на основних особистісних проблемах і несвідомих бажаннях, розширює самосвідомість та сприяє загальній психологічній реконструкції і стійкості дитини.

3) Маскотерапія – це арт-терапевтичний напрям, який використовує маску як засіб проекції внутрішніх психічних станів через символічні образи. При роботі з дітьми цей метод дозволяє візуально відобразити та трансформувати приховані емоції і конфліктні переживання, сприяючи усвідомленню власної ідентичності та гармонізації різних пластів психіки. У рамках маскотерапії для дітей фахівці використовують техніки створення соціальних та архетипічних масок, а також методики з використанням гриму або пап'є-маше, що дозволяють дитині через творчий процес встановити зв'язок між її свідомим і несвідомим. Такий підхід сприяє корекції страхів, розвитку емоційної регуляції та адаптації до нових соціальних умов. При цьому обмеження вербальної комунікації через носіння маски стимулює індивідуальне самовираження і дозволяє дитині безпосередньо експресувати внутрішній досвід. Таким чином, маскотерапія розширює можливості дитини усвідомити невідомі аспекти «Я», вивільнити негативні емоційні стани, сформувати позитивні установки та освоїти нові форми комунікації.

4) Глинотерапія – це арттерапевтичний метод, який базується на роботі з глиною для вираження та трансформації емоцій, подолання травматичного досвіду та розвитку емоційного інтелекту у дітей. Завдяки своїй пластичності та натуральності глина слугує матеріалом, який полегшує використання метафор і архетипічних образів, забезпечуючи прямий доступ до несвідомого. Показання до глинотерапії включають, в основному, труднощі в емоційному розвитку, високий рівень стресу, депресію, тривожність, низьке самоприйняття, міжособистісні конфлікти, психосоматичні проблеми та переживання, пов'язані з втратою чи горем. Робота з глиною, як з тривимірним матеріалом, сприяє формуванню нових

корисних переживань, усвідомленню власних емоційних станів і відновленню якості життєвого досвіду. Моделювання позитивних образів сприяє організації внутрішнього простору і дозволяє переосмислити травматичний досвід через фізичне творення. Завдяки своїй властивості легко адаптуватися до змін стану, глина допомагає дитині швидко встановити контакт із власним тілом і посприяти формуванню активної життєвої позиції.

Зазначені інтегровані підходи дозволяють соціальному працівнику створити безпечне середовище, в якому кожна дитина може відчувати підтримку, відновити внутрішню рівновагу та адаптуватися до нових життєвих умов.

Останніми роками ефективність арттерапії підтверджується низкою світових та вітчизняних досліджень. Наприклад, дослідження G Kaimal, K. Ray, J. Muniz (2016) «Reduction of cortisol levels and participants' responses following art making» демонструє позитивний вплив арттерапії на зниження рівня кортизолу (гормону стресу), як наслідку тривоги, депресії та стресу, що покращує загальне самопочуття та якість життя пацієнтів [19]. Крім того, нейронаукові дослідження, наприклад, дослідження K.S. Barnett (2024) пролили світло на механізми, які активуються в мозку під час творчої діяльності, що пояснює, як художня творчість сприяє регуляції емоцій та покращенню когнітивних процесів [15].

Сучасні дослідження також свідчать, що арттерапевтичні сеанси сприяють зниженню симптомів посттравматичного стресового розладу, покращують настрій та підвищують адаптивність дітей, які зазнали впливу війни [20; 21]. Застосування творчих підходів стимулює розвиток креативності, позитивно впливає на міжособистісні відносини у групах, а інтеграційний ефект арттерапії дозволяє ефективно комбінувати її з іншими методами психолого-педагогічної підтримки.

Соціальний працівник у процесі арттерапевтичної роботи виконує роль фасилітатора творчого процесу, який має володіти не лише традиційними методами психологічної роботи, але і специфічними підходами арттерапії. Фахівець створює атмосферу довіри та безпеки, що є критичним чинником для роботи з дітьми, які пережили вплив війни. Він структуровано організовує терапевтичні сеанси, впроваджуючи техніки самоаналізу та рефлексії, що дозволяють дитині усвідомити й інтегрувати власні емоції. Також соціальний працівник забезпечує розвиток комунікативних навичок та зміцнення соціальних зв'язків, що сприяє успішній соціалізації в постконфліктному середовищі. Ми погоджуємося з Н. Авер'яною, яка акцентує увагу на тому, що в процесі арттерапевтичних занять фахівцям необхідно дотримуватися наступних ключових принципів в роботі:

- психологічна безпека учасників процесу;
- відмова від оцінювання результатів творчої діяльності щодо їхньої художньо-естетичної цінності;
- дотримання конфіденційності та партнерства у відносинах між клієнтом і фахівцем;
- надання свободи вибору художніх матеріалів і способів роботи з ними;
- забезпечення свободи тем і сюжетів творчості [1, с.11].

Варто зазначити, що арттерапія не завжди є універсальним рішенням. Хоча високий рівень креативності не є обов'язковою умовою для успіху, деякі діти, які вважають себе не творчими, можуть ставитися до цього методу скептично. За деякими спостереженнями, арттерапія може

бути менш ефективною при певних типах психічних захворювань, таких як шизофренія. Дослідженнями доведено, що для дітей, які зазнали травми, втручання засобами арттерапії протягом перших 24 годин після травмуючої події виявилось малоефективним для зниження посттравматичного стресового розладу [22].

Отже, при виборі методів арттерапії у роботі з дітьми існують певні обмеження. Наприклад, це можуть бути як психологічні (гострі стани, при яких вивільнення сильних емоцій може завдати дитині зворотного руйнівного ефекту у вигляді ретравматизації) так і фізичні (наявність алергічних реакцій на деякі матеріали) обмеження. Також відсутність достатніх навичок у соціальних працівників для скеровування клієнтів у створенні естетично привабливих і комунікативно ефективних мистецьких продуктів може стати обмежуючим фактором.

Висновки та перспективи подальших досліджень. Таким чином, дитяча психіка, яка перебуває на стадії формування, є надзвичайно вразливою до зовнішніх стресорів, що ускладнюють процес нормальної соціалізації та когнітивного розвитку. Травми дитинства мають довгострокові наслідки для здоров'я і соціальної адаптації особистості, тому системний підхід із застосуванням сучасних методів арттерапії має вирішальне значення для їх подолання. Впровадження цієї методики в соціальну роботу з дітьми, які пережили воєнні події, відкриває величезний потенціал для стимулювання їхніх внутрішніх ресурсів та гармонізації емоційного стану. Окрім того, створені дітьми зображення та вироби можна використовувати в когнітивно-поведінковій терапії для полегшення наслідків спогадів про травматичну подію. Створення умов для використання арттерапевтичних технологій є необхідним кроком у формуванні комплексної системи реабілітації, яка враховує особливості вікового та психоемоційного розвитку дітей, що відчули травмуючий вплив військових подій.

Незважаючи на численні успішні практичні кейси, залишаються питання щодо стандартизації методик, довгострокової ефективності терапевтичних програм та їх адаптації до вікових і специфічних психоемоційних особливостей дітей. Сучасні дослідження свідчать, що успіх арттерапії безпосередньо залежить від підготовки соціальних працівників, їх здатності інтегрувати творчі підходи у загальний комплекс реабілітаційних заходів. Подальші дослідження можуть бути спрямовані на розробку методичних рекомендацій, які враховуватимуть індивідуальні особливості травматизації дітей у умовах воєнних дій, а також на емпіричну оцінку впливу арттерапевтичних програм на формування емоційно збалансованої особистості. Розробка міжсекторальних програм, заснованих на зарубіжному та вітчизняному досвіді, сприятиме розробці ефективних стратегій профілактики та підтримки, що покращать не лише психоемоційне відновлення дітей, а й соціальну стабільність у постконфліктному суспільстві.

ЛІТЕРАТУРА

1. Авер'янова Н.М. Арт-терапія як засіб реабілітації учасників бойових дій в умовах російсько-українського збройного конфлікту. *Українознавчий альманах*. 2020. Вип. 26. С. 8–12. DOI: <https://doi.org/10.17721/2520-2626/2020.26.1>
2. Алексєєнко Т. Ф., Басюк Т. П., Безпалько О. В. та ін. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери / за заг. ред. І. Д. Зверєвої. Київ; Сімферополь: Універсум, 2012 . 536 с. URL: <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/3491/> (дата звернення 25.04.2025).
3. Арттерапія і війна: контексти і досвід практичної роботи : кол. моногр / наук. ред. О. Л. Вознесенська. Львів: ЛьвДУВС, 2023. 283 с.

4. Бабій І. В. Теорія і практика арт-терапії: навчально-методичний комплекс. Умань: Алмі. 2014. 75 с. URL: <https://dspace.udpu.edu.ua/handle/6789/3013> (дата звернення 25.04.2025)

5. Батарейна І.А., Братченко А.С. Освітні втрати в Україні: міжнародний досвід запобігання та мінімізації. *Інноваційні технології в науці та освіті. Європейський досвід* : матеріали VII міжнар. конф., м. Дніпро, 23-25 грудня 2024 р. Дніпро, 2024. С. 10-13. URL: https://nmetau.edu.ua/file/-zbirnik-innovats-2024-isbn-na_sayt-1.pdf (дата звернення 20.04.2025).

6. Бондаренко Л. О. Простір арт-терапії для зцілення дітей в умовах війни. *Особистість, Суспільство, Війна*: тези доп. учасників міжнар. психол. форуму (м. Харків, 15 квіт. 2022 р.). Харків: ХНУВС, 2022. С. 30–32.

7. Брюховецька О. Арт-терапевтичні технології у процесі особистісно орієнтованої підготовки майбутніх психологів, які отримують другу вищу освіту. *Післядипломна освіта в Україні*. 2014. № 1. С. 25–30.

8. Вознесенська О.Л. Арт-терапія в Україні: стан та перспективи розвитку. *Львівсько-Ряшівські наукові зошити* : Культура – Мистецтво – Освіта – Терапія в міждисциплінарній перспективі. Вип. 2. 2014. Wydawnictwo uniwersytetu rzeszowskiego. С. 93-103.

9. Вплив збройного конфлікту та окупації на права дітей в Україні. Організація Об'єднаних Націй: доповідь Управління Верховного комісара ООН з прав людини. URL: https://ukraine.un.org/sites/default/files/2025-04/2025-03-21%20OHCHR%20Report%20on%20Children%27s%20Rights%20in%20Ukraine_Ukrainian.pdf (дата звернення 27.04.2025).

10. Олійник І.В. Арт-терапія як одна з інноваційних психолого-педагогічних технологій у професійній діяльності соціальних працівників. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 2018. Вип.

61. С. 208-213. URL: <https://www.chasopys.ps.npu.kiev.ua/archive/61-2018/54.pdf> (дата звернення 27.04.2025).

11. Павлюк Н., Братченко А. Засоби арт-терапії у роботі з дітьми та підлітками в умовах війни. *Соціальна робота в умовах війни в Україні: проблеми та шляхи вирішення* : матеріали I Міжнародної наук.-практ. конф. (Дніпро, 14 березня 2025 р.). Дніпро : ДВНЗ «ПДТУ», 2025. С.367-370

URL:<https://drive.google.com/file/d/1vK-nK3AzDdrGs3dfUcp5mXmKSHLw5GEV/view> (дата звернення 30.04.2025).

12. American Art Therapy Association, 2017. URL: https://www.arttherapy.org/upload/2017_DefinitionofProfession.pdf (дата звернення 25.04.2025).

13. Analytical report based on the results of surveys of Ukrainian adolescents in 2022/2023 “Health Behaviour in School-aged Children” within the framework of WHO international project “Health Behaviour in School-aged Children” (HBSC), Kyiv, 2024. UNICEF. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/reports/hbsc-study> (дата звернення 25.04.2025).

14. Andrade, J. (2010). What Does Doodling do? *Applied Cognitive Psychology*, 24 (1), 100-106. DOI: <https://doi.org/10.1002/acp.1561>

15. Barnett K.S and Vasiu F. (2024) How the arts heal: a review of the neural mechanisms behind the therapeutic effects of creative arts on mental and physical health. *Front. Behav. Neurosci.* Vol. 18. DOI: <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2024.1422361>

16. Harvard Health Publishing. (2016, December 15). The “thinking” benefits of doodling. *Harvard Health Blog*. URL: <https://www.health.harvard.edu/blog/the-thinking-benefits-of-doodling-20161215> (дата звернення 30.04.2025)

17. Hill, Adrian. (1945). *Art Versus Illness*. London: George Allen and Unwin.

18. Hower, R. (2023). Fall in love with zen-doodling and tangles in your art classroom! *The Art of Education University*. URL: <https://theartofeducation.edu/2023/02/feb-fall-in-love-with-zen-doodling-and-tangles-in-your-art-classroom/> (дата звернення 30.04.2025)

19. Kaimal, G., Ray, K., & Muniz, J. (2016). Reduction of cortisol levels and participants' responses following art making. *Art Therapy*, 33(2), 74–80. DOI: <https://doi.org/10.1080/07421656.2016.1166832>

20. Kalthom M, Nazeri A, Faramarzi S. (2024). The Effectiveness of Self-Narrative Art Therapy in Reducing (PTSD) Symptoms Among War-Affected Syrian Children. *J Child Adolesc Trauma*, 18(1), 209-216. DOI: <https://doi.org/10.1007/s40653-024-00683-w>.

21. Kim S.Y., Lee J.S., Choi H. (2023). The Effects of Art Therapy on Anxiety and Distress for Korean-Ukrainian Refugee: Quasi-Experimental Design Study. DOI: <https://doi.org/10.3390/healthcare11040466>.

22. Schreier, H, Ladakakos, C, Morabito, D, Chapman, L & Knudson, M.M. (2005). 'Posttraumatic stress symptoms in children after mild to moderate pediatric trauma: A longitudinal examination of symptom prevalence, correlates, and parent-child symptom reporting', *Journal of Trauma - Injury, Infection and Critical Care*, vol. 58(2), 353-363. DOI: <https://doi.org/10.1097/01.TA.0000152537.15672.B7>

REFERENCES

1. Averyanova, N. M. (2020). Art-terapiia yak zasib reabilitatsii uchashnykh boiovykh dii v umovakh rosiysko-ukrayinskoho zbroinoho konfliktu [Art therapy as a means of rehabilitation of combat participants under the conditions of the Russian-Ukrainian armed conflict.]. *Ukrainoznavchy Almanac*

– *Almanac of Ukrainian Studies*, 26, 8-12.
DOI:<https://doi.org/10.17721/2520-2626/2020.26.1> [in Ukrainian].

2. Aleksyenko, T. F., Basyuk, T. P., Bezpal'ko, O. V. et al. (2012). *Entsiklopediia dlia fakhivtsiv sotsial'noi sfery* [Encyclopedia for Specialists in the Social Sphere] (Ed. I. D. Zvyerievoi). Kyiv; Simferopol: Universum. Retrieved from <https://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/3491/> (accessed 25 april 2025) [in Ukrainian].

3. Kalka, N., & Odyntsova, G. (Eds.). (2023). *Artterapiia i vijna: konteksty i dosvid praktychnoi roboty* [Art therapy and war: Contexts and practical experience]. Lviv: LVDUVS [in Ukrainian].

4. Babiy, I. V. (2014). *Teoriia i praktyka art-terapii: Navchal'no-metodychnyi kompleks* [Theory and Practice of Art Therapy: A Teaching and Methodological Package]. Uman': Almi. Retrieved from <https://dspace.udpu.edu.ua/handle/6789/3013> (accessed 25 april 2025) [in Ukrainian].

5. Batareyna, I. A., & Bratchenko, A. S. (2024). Osvitni vtraty v Ukrayini: Mizhnarodni dosvid zapobihannya ta minimalizatsiyi. [Educational Losses in Ukraine: International Experience in Prevention and Minimization] *In Innovatsiyni tekhnolohiyi v nautsi ta osviti. Yevropeyskyi dosvid: Materialy VII mizh-narodnoyi konferentsiyi (23–25 hrudnya 2024, Dnipro). Dnipro*, 10–13. Retrieved from https://nmetau.edu.ua/file/-zbirnik-innovats-2024-isbn-na_sayt-1.pdf (accessed 20 april 2025) [in Ukrainian].

6. Bondarenko, L. O. (2022). Prostir art-terapii dlia ztsiliennia ditei v umovakh viiny [Art therapy space for healing children in conditions of war]. *Osobystist, Suspilstvo, Viina: tezy dop. uchasnykiv mizhnar. psykhol. forumu (Kharkiv, 15 kvitnia 2022). Kharkiv: KhNUVS*, 30–32 [in Ukrainian].

7. Briukhovetska, O. (2014). Art-terapevtychni tekhnolohii u protsesi osobystisno oriietovanoi pidhotovky maibutnikh psykholohiv, yaki otrymuiut

druhu vyshchu osvitu [Arttherapeutic technologies in the process of personally oriented training of future psychologists receiving a second higher education]. *Pisliadyplomna osvita v Ukraini – Postgraduate education in Ukraine: scientific and methodological journal*. Kyiv, 1, 25-30 [in Ukrainian].

8. Voznesenska, O. L. Art-terapiia v Ukrayini: stan ta perspektyvy rozvytku [Art therapy in Ukraine: State and prospects for development]. *Lvivsko-Ryashivski naukovy zoshyty: Kultura – Mystetstvo – Osvita – Terapiia v mizhdyspcilinarnij perspektyvi – Lviv-Ryshov Scientific Notebooks: Culture – Art – Education – Therapy in an Interdisciplinary Perspective*, 2, 93–103 [in Ukrainian].

9. Vplyv zbroinoho konfliktu ta okupatsii na prava ditei v Ukraini. Orhanizatsiia Obiednanykh Natsii: dopovid Upravlinnia Verkhovnoho komisara OON z prav liudyny [The impact of armed conflict and occupation on children's rights in Ukraine. United Nations: Report of the Office of the UN High Commissioner for Human Rights] (2025). Retrieved from https://ukraine.un.org/sites/default/files/2025-04/2025-03-21%20OHCHR%20Report%20on%20Children%27s%20Rights%20in%20Ukraine_Ukrainian.pdf (accessed 27 april 2025) [in Ukrainian].

10. Oliyanyk, I. V. (2018). Art-terapiia yak odna z innovatsiinykh psykholoho-pedahohichnykh tekhnolohii u profesiinii diialnosti sotsialnykh pratsivnykiv [Art therapy as one of the innovative psycho-pedagogical technologies in the professional activities of social workers]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M.P. Dragomanova – Scientific Journal of NPU named after M. P. Dragomanov*, 61, 208-213. Retrieved from <https://www.chasopys.ps.npu.kiev.ua/archive/61-2018/54.pdf> (accessed 27 april 2025) [in Ukrainian].

11. Pavliuk, N., & Bratchenko, A. (2025). Zasoby art-terapii u roboti z ditmy ta pidlitkamy v umovakh viiny [Means of art therapy in working with children and adolescents in wartime conditions]. *Sotsialna robota v umovakh*

viiny v Ukraini: problemy ta shliakhy vyrishennia : materialy I Mizhnarodnoi nauk.-prakt. konf. (Dnipro, 14 bereznia 2025 r.). Dnipro : DVNZ «PDTU», 367-370. Retrieved from

<https://drive.google.com/file/d/1vK-nK3AzDdrGs3dfUcp5mXmKSHLw5GEV/view>

(accessed 30 april 2025) [in Ukrainian].

12. American Art Therapy Association (2017). Retrieved from https://www.arttherapy.org/upload/2017_DefinitionofProfession.pdf (accessed 25 april 2025) [in English].

13. Analytical report based on the results of surveys of Ukrainian adolescents in 2022/2023 “Health Behaviour in School-aged Children” within the framework of WHO international project “Health Behaviour in School-aged Children” (HBSC), Kyiv, 2024. UNICEF. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/reports/hbsc-study>. Retrieved from <https://www.unicef.org/ukraine/reports/hbsc-study> (accessed 25 april 2025) [in English].

14. Andrade, J. (2010). What does doodling do? *Applied Cognitive Psychology*, 24(1), 100–106. DOI: <https://doi.org/10.1002/acp.1561> [in English].

15. Barnett K.S and Vasiu F. (2024) How the arts heal: a review of the neural mechanisms behind the therapeutic effects of creative arts on mental and physical health. *Front. Behav. Neurosci.* Vol. 18. DOI: <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2024.1422361> [in English].

16. Harvard Health Publishing. (2016, December 15). The “thinking” benefits of doodling. *Harvard Health Blog*. Retrieved from <https://www.health.harvard.edu/blog/the-thinking-benefits-of-doodling-20161215> (accessed 30 april 2025) [in English].

17. Hill, A. (1945). Art versus illness. London, England: George Allen & Unwin [in English].

18. Hower, R. (2023). Fall in love with zen-doodling and tangles in your art classroom! *The Art of Education University*. Retrieved from <https://theartofeducation.edu/2023/02/feb-fall-in-love-with-zen-doodling-and-tangles-in-your-art-classroom/> (accessed 30 april 2025) [in English].
19. Kaimal, G., Ray, K., & Muniz, J. (2016). Reduction of cortisol levels and participants' responses following art making. *Art Therapy*, 33(2), 74–80. DOI: <https://doi.org/10.1080/07421656.2016.1166832> [in English].
20. Kalthom, M., Nazeri, A., & Faramarzi, S. (2024). The effectiveness of self-narrative art therapy in reducing (PTSD) symptoms among war-affected Syrian children. *Journal of Child & Adolescent Trauma*, 18 (1), 209-216. DOI: <https://doi.org/10.1007/s40653-024-00683-w> [in English].
21. Kim, S. Y., Lee, J. S., & Choi, H. (2023). The effects of art therapy on anxiety and distress for Korean-Ukrainian refugee: Quasi-experimental design study. *Healthcare*, 11(4). DOI: <https://doi.org/10.3390/healthcare11040466> [in English].
22. Schreier, H., Ladakakos, C., Morabito, D., Chapman, L. & Knudson, M.M. (2005). Posttraumatic stress symptoms in children after mild to moderate pediatric trauma: A longitudinal examination of symptom prevalence, correlates, and parent-child symptom reporting. *Journal of Trauma - Injury, Infection and Critical Care*, 58(2), 353–363. DOI: <https://doi.org/10.1097/01.TA.0000152537.15672.B7> [in English].