

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД ЗДОБУВАЧІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ В УМОВАХ ВІЙНИ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF HIGHER EDUCATION ACQUISITIONS IN THE CONDITIONS OF WAR BY MEANS OF ART THERAPY

Кочубей А. В., Сокаль В. А., Якубовська С. С.

Національний університет водного господарства та природокористування, м. Рівне, Україна

ORCID: 0000-0002-6425-5411

ORCID: 0000-0003-0243-4542

ORCID: 0000-0002-7634-8164

Kotchoubei A. V., Sokal V. A., Yakubovska S. S.

National University of Water and Environmental Engineering, Rivne, Ukraine

DOI <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2024.18.11>

Анотації

У статті проаналізовано теоретичні аспекти використання засобів арт-терапії, визначено сутність арт-терапії, її терапевтичний та корекційний вплив на суб'єкт через мистецтво; розглянуто особливості, властивості, функції та методики арт-терапії як методу допомоги особистості, засобу вільного самовираження і самопізнання, що передбачає атмосферу довіри, толерантності й уваги до внутрішнього світу; використання її для ретроспективної, динамічної оцінки перебігу того чи іншого процесу і проведення відповідних досліджень і порівнянь; обґрунтовано використання основних і найбільш значущих методів, які варто застосовувати з традиційною психологічною терапією, а саме: створення сприятливих соціально-психологічних умов для життя травмованої особистості, що безпосередньо стосується здобувачів освіти – учасників бойових дій: використання сучасних та лояльних методів психологічної корекції, групової арт-терапії у процесі роботи з особистісними комплексами та наданні можливості взаємної емоційної підтримки під час нестабільного емоційного стану; окреслено особливості застосування засобів арт-терапії в процесі соціально-психологічного супроводу здобувачів вищої освіти в умовах війни як інновації, засобу формування мотивації до навчання студентів з елементами новизни через розуміння важливості збереження психічного здоров'я в кризових умовах; розвитку творчих та рефлексивних навичок, вмінню визначати свої емоції, розуміти їх вплив на життя, що дає змогу покращити самопізнання та саморегуляцію, сприяє ефективній адаптації до стресових ситуацій, підвищує загальний рівень психологічної стійкості, допомагає побудувати взаємодію та спілкування з іншими учасниками групи в процесі творчої роботи, що сприяє формуванню підтримувального соціального середовища, яке може бути важливим фактором у подоланні травм та стресу; досліджено потребу здобувачів вищої освіти у соціально-психологічній підтримці в умовах війни засобами арт-терапії як можливість збереження психічного здоров'я в кризових умовах через творчість.

Ключові слова: соціально-психологічний супровід, арт-терапія, терапевтичний вплив, корекційний вплив, засоби арт-терапії, соціально-психологічна підтримка в умовах війни.

The article analyzes the theoretical aspects of the use of art therapy, defines the essence of art therapy, its therapeutic and corrective effect on the subject through art; the features, properties, functions and methods of art therapy as a method of personal assistance, a means of free self-expression and self-knowledge, which provides an atmosphere of trust, tolerance and attention to the inner world, are considered; using it for a retrospective, dynamic assessment of the course of this or that process and conducting relevant studies and comparisons; the use of the main and most significant methods, which should be used with traditional psychological therapy, is substantiated, namely, the creation of favorable social and psychological conditions for the life of a traumatized individual, which directly applies to education seekers – participants in hostilities: the use of modern and loyal methods of psychological correction, group art therapy in the process of working with personal complexes and providing the possibility of mutual emotional support during an unstable emotional state; the features of the use

of art therapy in the process of socio-psychological support of students of higher education in the conditions of war are outlined as an innovation, a means of forming the motivation to study students with elements of novelty due to the understanding of the importance of maintaining mental health in crisis conditions; the development of creative and reflective skills, the ability to identify one's emotions, understand their impact on life, which makes it possible to improve self-knowledge and self-regulation, promotes effective adaptation to stressful situations, increases the general level of psychological stability, helps to build interaction and communication with other group members in the process of creative work that contributes to the formation of a supportive social environment, which can be an important factor in overcoming trauma and stress; researched the need of students of higher education for socio-psychological support in the conditions of war by means of art therapy as an opportunity to preserve mental health in crisis conditions through creativity.

Key words: socio-psychological support, art therapy, therapeutic influence, corrective influence, means of art therapy, social-psychological support in war conditions.

Вступ. Війна в Україні – це найскладніший період, що залишає глибокий слід у психіці людей, кардинально змінює свідомість і соціальне самовизначення особистості, особливо тих, хто стикнувся безпосередньо зі смертю, тортурами, руйнуваннями, страхами. Посттравматичний синдром у таких ситуаціях – цілком нормальна реакція на пережиті події. І якщо у стані постійного стресу він найчастіше не виявляється, то з моменту потрапляння у звичайну життєву атмосферу організм яскраво нагадує про перенесені страхи.

В умовах війни пріоритетним у роботі закладів вищої освіти (ЗВО) є забезпечення соціально-психологічної стійкості всіх учасників освітнього процесу. Тому цілком закономірно, що відповідно до указу Президента України від 24.02.2022 р. № 70/202 Міністерство освіти і науки України, заклади та установи освіти визначені співвиконавцями Плану заходів у п. 2.7.4. щодо створення умов для медичної, психологічної, педагогічної реабілітації та соціальної реінтеграції дітей, які постраждали внаслідок воєнних дій і збройних конфліктів, а також у п. 2.7.5. у частині надання соціально-психологічної допомоги для жертв насильства та торгівлі людьми [12].

Психічне здоров'я – це складний процес, навіть якщо говоримо про легкі форми порушення, їх необхідно корегувати. Лікування при цьому може полягати не лише в розмовах із психотерапевтом чи прийомі ліків – на допомогу приходить арт-терапія, адже вона допомагає нормалізувати психоемоційний стан, а також навчитися самовиражатися та пізнавати себе.

Арт-терапія – це одна з форм лікувального процесу, яка використовує творчість

здля покращення фізичного та психічного здоров'я людини, надає людям безпечний і невербальний варіант для вираження своїх думок, почуттів та емоцій. Через акт створення мистецтва люди можуть досліджувати й передавати свої найпотаємніші думки й переживання навіть тоді, коли словами неможливо висловитися. Ці дії можуть бути цілющими, адже людина перестає стримувати емоції та відчувати полегшення. Заняття творчістю мають заспокійливий вплив на розум і тіло. Повторювані та ритмічні рухи, пов'язані зі створенням мистецтва, можуть допомогти людям увійти у стан релаксації, зменшуючи при цьому стрес і тривогу. Арт-терапія забезпечує необхідну перерву від вимог і тиску повсякденного життя, дозволяючи зосередитися на теперішньому моменті й знайти розраду у творчому процесі.

Арт-терапія заохочує людей досліджувати свій внутрішній світ і глибше розуміти себе. Завдяки мистецтву люди можуть розкрити приховані емоції, переконання та моделі поведінки. Така саморефлексія приводить до особистісного зростання й трансформації, оскільки люди отримують уявлення про свої сильні та слабкі сторони, а також дізнаються про сфери, які потребують вдосконалення або й корекції.

Науковці в періодичних виданнях висвітлюють проблеми, пов'язані з використанням арт-терапії, зокрема М. Авраменко [1] досліджує використання методів арт-терапії в реабілітації людей з проблемами психічного здоров'я; О. Василевська [2] розглядає арт-терапію як засіб подолання стресу у військовослужбовців [2]; М. Власюк [3] вивчає вплив мистецтва на психічне здоров'я

людини. О. Вознесенська [4; 5; 6; 7] представляє арт-терапію як засіб психосоціального відновлення особистості; особливості арт-терапії як методу; ініціаційні техніки в арт-терапії; можливості арт-терапії в подоланні психічної травми. Н. Черноус [18], К. Дабіжа [8], Л. Дабіжа [8], Н. Комарівська [8] присвятили свої роботи дослідженню впливу арт-терапії на дітей з особливими потребами [16]. С. Лебедева [10], Я. Овсянникова [10], Д. Похілько [10] окреслюють теоретико-методологічні засади використання арт-терапії для психологічної реабілітації учасників бойових дій. Своє бачення використання арт-терапевтичних методик в умовах інклюзивного освітнього середовища висвітлює О. Мішкулинець [11]. Праці Л. Терлецької [16], А. Сусли [14] присвячені арт-терапевтичним технологіям. Н. Калькою [9], З. Ковальчук [9] Е. Тарариною [15] представлено практикуми з арт-терапії.

Попри те, що з'являється все більше досліджень, які підтверджують ефективність арт-терапії, все ще існує потреба в більш ґрунтовних наукових висновках, адже деякі критики стверджують, що переваги можуть бути суб'єктивними та епізодичними. Таким чином, проблема застосування засобів арт-терапії, зокрема в процесі соціально-психологічного супроводу здобувачів вищої освіти в умовах війни, є актуальною і потребує дослідження.

Метою статті є дослідження впливу арт-терапевтичних практик на психічне здоров'я студентів як засобу соціально-психологічного супроводу.

Для досягнення мети були поставлені такі **завдання**:

1. Проаналізувати теоретичні аспекти використання засобів арт-терапії.

2. Окреслити особливості застосування засобів арт-терапії в процесі соціально-психологічного супроводу здобувачів вищої освіти в умовах війни.

3. Дослідити потребу здобувачів вищої освіти у соціально-психологічній підтримці в умовах війни, зокрема, засобами арт-терапії.

Матеріал і методи. Для досягнення поставленої мети і вирішення окреслених

завдань застосовано такі методи: *теоретичні*: аналіз, синтез, зіставлення, систематизація, класифікація, узагальнення психологічної наукової літератури; *конкретно-пошуковий* – для інтерпретації та узагальнення опрацьованих матеріалів – формулювання висновків.

В експериментальному дослідженні брали участь здобувачі освіти Національного університету водного господарства та природокористування (НУВГП) 2–3 курсів спеціальностей 053 «Психологія», 014.03 «Середня освіта (Історія)» та студентів 5 курсу спеціальності 011 «Освітні, педагогічні науки («Соціально-виховна робота з дітьми та молоддю»).

Для пошуку джерел інформації дослідження були використані різноманітні ресурси: наукові бази даних Web of Science, Scopus та інші, що надають доступ до значної кількості академічних статей і досліджень; електронні репозиторії (Електронна бібліотека НАПН України) закладів вищої освіти та наукових установ, де зберігаються автореферати дисертацій, наукові публікації та інші наукові роботи (Наукова бібліотека НУВГП: <http://lib.nuwm.edu.ua/>, Освіта. UA: Освіта в Україні та за кордоном: <http://osvita.ua>; Психологічний сайт: <http://psy.piter.com/>; Вища освіта: http://osvita.ua/legislation/Vishya_osvita).

Результати дослідження. Терапія за допомогою мистецтва як окрема галузь теоретичних і практичних знань (між мистецтвом і наукою) виникла в 30-х роках ХХ ст. Дещо пізніше у професійній лексиці психологів Західної Європи почав уживатися термін «арт-терапія» [11].

Термін «арт-терапія» був введений у 1938 році Адріаном Хіллом. Основоположники арт-терапії поклалися на ідею Фрейда про те, що внутрішнє «Я» людини проявляється у візуальній формі, коли вона спонтанно малює чи займається ліпленням, а також, на думку Юнга, про особисті та універсальні символи. У майбутньому ця концепція набула системної бази, включаючи гармонійні моделі розвитку особистості (К. Роджерс, А. Маслоу). Центральною фігурою в арт-терапевтичному

процесі є особистість, що прагне до само-розвитку та розширення діапазону своїх можливостей. Основною метою арт-терапії є гармонізація людини, її психологічного та емоційного стану. Серед переваг арт-терапії, відзначених як зарубіжними, так і вітчизняними фахівцями, можна виділити найважливіші: створює позитивне емоційне ставлення; дозволяє звертатися до тих реальних проблем або фантазій, які з будь-якої причини важко обговорити вербально; дає можливість експериментувати з найрізноманітнішими почуттями, дозволяє відпрацювати думки та емоції, які дитина звикала подавляти; розвиває почуття внутрішнього контролю (стимулює розвиток правої півкулі мозку, відповідальної за інтуїцію та орієнтацію в просторі); сприяє творчому самовираженню, розвитку уяви, естетичного досвіду, практичних навичок зображувальної діяльності, художніх здібностей загалом; збільшує адаптивні можливості дитини до повсякденного життя, зменшує втому, негативні емоційні стани та їх прояви [8].

На думку О. Мішкулинець, арт-терапія – це вид психотерапії та психологічної корекції, заснований на творчості. У психокорекційній практиці арт-терапія психологами розглядається як сукупність методик, що побудовані на застосуванні різних видів мистецтва у своєрідній формі. Сутність арт-терапії полягає в терапевтичному та корекційному впливі на суб'єкта через мистецтво [11].

О. Вознесенська вважає, що у науково-педагогічному розумінні арт-терапія є методом розвитку та зміни особистості, групи чи колективу за допомогою різних видів і форм мистецтва та творчості. Хоча творчі цілі й мають велике значення, перше місце в арт-терапії все ж таки відводиться терапевтичним впливам [5]. Дослідниця розглядає особливості арт-терапії як методу допомоги особистості, що дозволяють використовувати її задля подолання психічної травми. Перша властивість арт-терапії – це її ресурсність. Той спосіб терапевтичної взаємодії, що є основою арт-терапії – власна творчість – розширює його особистісний досвід, простір

його самовираження. Творчість, на її думку, в первинному сенсі – як створення будь-чого суб'єктивно нового для самої людини. Це спонукає клієнта до зростання, вивчення власних меж та обмежень, спрямовує на майбутнє і тим самим дає можливість розвитку креативності особистості, пошуку нових творчих підходів до будь-якої діяльності, до вирішення проблем та подолання перешкод [7].

Варто акцентувати увагу на таких основних функціях арт-терапії: компенсаторній, розвиваючій, навчальній.

Компенсаторна функція полягає в тому, що домінанта активності особистості переміщується із зони відношень з навколишнім світом, де вона за якихось причин не може досягти успіху, в зону, доступну для її контролю та ефективного впливу. Механізм впливу *розвиваючої функції* полягає в тому, що за рахунок удосконалення навичок та частішого використання суб'єкт поширює зону власного контролю та взаємодіє з оточуючими.

Ефективність реалізації *навчальної функції* досягається за рахунок використання вже наявних навичок, що дає можливість здійснювати гнучкий перехід від умінь дитини до того, що їй необхідно освоїти [1].

Учені доводять, що арт-терапія є засобом вільного самовираження і самопізнання, оскільки має «інсайт-орієнтований» зміст, передбачає атмосферу довіри, толерантності й уваги до внутрішнього світу; продукти образотворчої діяльності є об'єктивним свідченням психоемоційного стану, що дозволяє використовувати її для ретроспективної, динамічної оцінки перебігу того чи іншого процесу і проведення відповідних досліджень і порівнянь. Здебільшого арт-терапевтична робота викликає позитивні емоції, допомагає у подоланні негативних станів – апатії і безініціативності, дає можливість формувати нові поведінкові зразки, сформувати більш активну життєву позицію, оскільки вона покликана мобілізувати весь творчий потенціал, включає внутрішні механізми саморегуляції і «зцілення». Тобто вона відповідає фундаментальній потребі у самоактуалізації:

розкриття широкого спектра можливостей і ствердження свого індивідуального способу буття [11].

Серед основних арт-терапевтичних методик, які впливають на емоційні переживання, можна виокремити такі як: піскова терапія, кольоротерапія, музикотерапія, казкотерапія, танцювальна терапія, ароматерапія тощо. Арт-терапевтичні методики універсальні і їх можна застосовувати до різних завдань, починаючи від вирішення проблем соціальної та психологічної дезадаптації і закінчуючи розвитком людського потенціалу, підвищенням рівня психічного і духовного здоров'я. Вони також містять різні форми.

С. Лебедева, Я. Овсяннікова, Д. Похілько вважають, що основними і найбільш значущими методами, які слід застосовувати поряд із традиційною психологічною терапією, є створення сприятливих соціально-психологічних умов для життя травмованої особистості. Під час лікування та психологічної підтримки повинні використовуватись сучасні та лояльні методи психологічної корекції, зокрема методи арт-терапії [10]. Така думка заслуговує на увагу в рамках нашого дослідження, адже серед здобувачів освіти в закладах вищої освіти на сьогодні є значна кількість учасників бойових дій. Сучасні фахівці з реабілітації військовослужбовців акцентують увагу на психологічній адаптації, яка потрібна практично всім учасникам бойових дій. У разі недостатнього лікування з часом післявоєнні симптоми не тільки повертаються, а й посилюються. Воїнів, які пережили жах війни, часто мучить безсоння, відсутність емоцій, дратівливість. Для того щоб люди могли нормально адаптуватися до цивільного життя, вони повинні пройти курс психологічної реабілітації або отримати кваліфіковану психологічну допомогу. Провідні психологи відзначають, що з учасниками бойових дій досить складно вибудувати повноцінний терапевтичний процес, бо вони думають, що час усе вилікує і зазвичай усе тримають у собі або покидають терапію завчасно. Війна деструктивно впливає на психологічне здоров'я, а потреба у фаховій психологічній

допомозі зростає з кожним днем. Більше того, вже сьогодні є потреба в більш глибокій та комплексній психотерапії не лише для учасників бойових дій, а й для їхніх сімей. На сьогодні методи арт-терапії є лідером серед методів психотерапії з учасниками бойових дій та особами, що отримали психологічну травму. Така популярність у використанні цих методів фахівцями-психологами криється в основах процесу травматизації особистості [10].

Методи арт-терапії, на відміну від інших методів психологічного втручання, впливають на особистість дещо за іншою схемою. Вони оминають свідомість особистості та впливають на несвідому частину, на неусвідомлені частини травми людини. Вони дозволяють «м'яко витягнути» на поверхню те, що насправді заважає звільнитися від страждань та жити гармонійно, бути щасливим.

Арт-терапія дає можливість взаємної емоційної підтримки під час нестабільного емоційного стану. У процесі роботи з особистісними комплексами групова арт-терапія служить подоланню відчуття соціальної ізоляції та застою. Теорія і практика полікультурного підходу до арт-терапії свідчить про те, що в досить згуртованих групах можна, дотримуючись етики, звертатися до таких складних тем для дослідження в особистому середовищі [10].

У процесі арт-терапії військовослужбовці отримують можливість самовиразити свої почуття, думки та досвід у безпечному та некритичному середовищі. Мистецька творчість дозволяє їм відсторонитися від тривожних і болючих спогадів, зосередитися на творчому процесі та знайти нові способи сприйняття та вираження своїх емоцій. Це особливо корисно для тих, хто має труднощі зі словесним виразом або відчуває сором з прямим висловленням своїх почуттів.

У арт-терапії військовослужбовці можуть використовувати різні форми мистецтва: живопис, малювання, ліплення, колажі та інші. Цей процес дозволяє їм відкрити нові способи сприйняття свого досвіду та переживань. Важливо зазначити, що в арт-терапії сам процес творчості має більше значення,

ніж кінцевий результат. Вільне вираження емоцій та відчуттів через мистецтво допомагає військовослужбовцям знайти внутрішню рівновагу та гармонію.

Крім того, арт-терапія сприяє розвитку творчих і рефлексивних навичок у військовослужбовців. Вони навчаються визначати свої емоції, розуміти їх суть і вплив на власне життя. Це дає змогу покращити самопізнання та саморегуляцію, що своєю чергою сприяє ефективній адаптації до стресових ситуацій та підвищує загальний рівень психологічної стійкості.

Арт-терапія допомагає військовослужбовцям побудувати взаємодію та спілкування з іншими учасниками групи. В процесі творчої роботи над спільними проєктами вони навчаються слухати один одного, співпрацювати та виражати свої ідеї. Це сприяє формуванню підтримуючого соціального середовища, яке може бути важливим фактором у подоланні травм та стресу [2].

У сучасних кризових умовах практично всі здобувачі вищої освіти потребують соціально-психологічної підтримки і тому науково-педагогічні працівники, працівники психологічних служб ЗВО, використовуючи свій професіоналізм, мають надавати психолого-педагогічну та соціальну підтримку, налагодити комунікаційну взаємодію з учасниками освітнього процесу.

Зокрема, у Національному університеті водного господарства та природокористування м. Рівне (НУВГП) соціально-психологічний супровід здобувачів вищої освіти здійснює Центр розвитку студентства, робота якого спрямована на адаптацію першокурсників, формування позитивного морально-психологічного та культурного мікроклімату серед учасників навчального процесу, соціально-виховний супровід студентства, формування позитивної мотивації до навчального процесу та подальшої професійної діяльності.

У межах центру діє Сектор практичної психології та соціальної роботи, який надає конфіденційно індивідуальну та групову консультативно-психологічну допо-

могу всім учасникам освітнього процесу, та Психологічна допомога, на сайті якої розміщено Корисні посилання щодо допомоги та підтримки у ситуаціях насильства, торгівлі людьми, складних життєвих обставин. Зокрема, посилання на Лінію психологічної допомоги для учасників АТО та членів їхніх сімей; Службу медико-психологічної допомоги та профілактики гострих кризових станів; Платформу «Розкажи мені» тощо (<https://nuwm.edu.ua/struktturni-pidrozdili/centr-rozvitku-studentstva/sector-praktichnoji-psikhologhiji-ta-socialjnoji>).

На кафедрі суспільних дисциплін НУВГП у рамках нашого дослідження було проведено анкетування серед студентів 2–3 курсів спеціальностей 053 «Психологія», 014.03 «Середня освіта (Історія)» та студентів 5 курсу спеціальності 011 «Освітні, педагогічні науки («Соціально-виховна робота з дітьми та молоддю»)), в процесі якого завданням було з'ясування потреби здобувачів вищої освіти у соціально-психологічному супроводі в умовах війни, зокрема, засобами арт-терапії, та того, які артпедагогічні технології більш імпонують студентам з тих, що використовують науково-педагогічні працівники в навчально-виховному процесі.

На запитання «Чи потрібна соціально-психологічна допомога студентам НУВГП і чому?» всі відповіли ствердно: «Так, бо не у кожного є людина, до якої можна звернутися з проблемою», «Я вважаю, що психологічна і соціальна допомога потрібна, адже така підтримка дає почуття безпеки, робить нас сильнішими, надає впевненості у собі та в наших діях», «Потрібна для самоосвіти та ментального здоров'я», «На мою думку, потрібна, бо у студентів під час екзаменів і загалом навчання багато стресу і не всі можуть впоратись із ним самі. Особливо зараз, коли війна тримає всіх у постійному стресі».

На запитання «Чи допомагають вам викладачі, куратор, психологічна служба НУВГП подолати стрес і чи підтримують вас?» 70% студентів відповіли позитивно: «Відчуваю підтримку у навчанні від куратора та викладачів і добре те, що з ними можна

спілкуватися невимушено на теми, які не стосуються навчання», «Зверталася до практичних психологів нашого університету і вони були уважні й частково допомогли вирішити проблему», «У мене на війні загинув тато. Куратор і викладачі дуже підтримували мене морально і були терплячі та коректні в розмовах».

Проте 30% студентів самостійно вирішують власні проблеми: «В мене зараз немає стресу, а навіть якщо є, я дотримуюсь правила, що повинна впоратись з цим сама. Багато студентів не розказують про свої проблеми, це не через недовіру, а просто вони не хочуть нав'язувати свої проблеми іншим, думаючи, що можуть обійтись без чиеїсь допомоги», «Під час війни всі мають бути сильними і вирішувати проблеми, не навантажуючи інших. Усім людям зараз непросто».

Чимало рекомендацій студенти надали у відповідь на запитання: «Які заходи в час війни у ЗВО ви б рекомендувати проводити, щоб студенти могли подолати свої стресові стани?»: «Проводити разом час, ділитися своїми починаннями та проблемами. Влаштовувати заходи, які допоможуть здружитися одногрупникам (разом малювати, щось створювати)», «Я не задумувалась над цим, але якщо можливо, то слід було б проводити більше волонтерських справ на допомогу ЗСУ (на благодійних акціях свою випічку продавати або картини, або вишивку, ручні роботи). З одного боку, це і допомога нашим захисникам, а з іншого боку, це згуртовує, можна відпочити та поспілкуватися», «Прогоулянка на свіжому повітрі, читання книг, створення різних клубів (можливо, мовних)», «Майстер-класи, зустрічі, чайні клуби, кіно-клуб, читання, слухання пісень», «Тренінги, які навчають долати стрес, з прикладами технік, які допоможуть з ним впоратися» і інші.

Узагальнюючи відповіді студентів на запитання анкети «Участь у яких заходах вам допомогла подолати стресовий стан, вийти зі стану тривожності, налаштуватися на позитив, отримати ефективні практичні рекомендації щодо вашого ментального здоров'я та соціальної підтримки?», ми створили

таблицю, яку можемо назвати орієнтовними рекомендаціями ефективного соціально-психологічного супроводу здобувачів вищої освіти під час війни (табл. 1).

О. Тараріна зазначає, що «артпрактики сприяють розширенню горизонтів особистості, підтримують цілісність життя; досягненню справжньої індивідуальності; руху від автономності до близькості в міжособистісних зв'язках; формуванню базових життєвих цілей; виробленню справжніх перспектив у житті; адекватному прийняттю внутрішніх життєвих криз; використанню емпатії та інтуїції у розвитку більш глибоких рівнів символічної» комунікації [15].

Поділяємо думку науковців, що для освітнього процесу українських ЗВО арт-технології є інновацією, напрямом, який розвивається, отримуючи все більше поціновувачів.

Вважаємо застосування мистецтва у навчальному процесі ЗВО важливим елементом формування мотивації до навчання у студентів, їхньої зацікавленості навчанням саме завдяки внесенню елементів новизни.

У процесі підготовки фахівців активно застосовуємо арт-терапію та пропонуємо на заняттях елементи мистецького характеру:

– малювання себе («Людина під дощем») – проєктивна графічна методика, розроблена О. Романовою і Т. Ситько, яку застосовують для виявлення рівня адаптації до критичних життєвих ситуацій та виділення основних копінг-стратегій «вирішення проблем», що, без сумніву, є важливим елементом копінг-поведінки, мета якої – відкриття альтернативних рішень, що сприяють загальній соціальній адаптації;

– малювання себе («Автопортрет» ескіз особистості) – методика Р. Бернса «Автопортрет», під час якої студент зображує себе під час виконання будь-якої роботи;

– зображення щастя за допомогою кольору за методикою «Моє різнокольорове щастя» (О. Іллічова), що гармонізує внутрішній стан та сприяє формуванню позитивної самооцінки;

– «домальовування фігур» (О. Дьяченко), що спрямовано на визначення рівня розви-

Таблиця 1

**Соціально-психологічний супровід здобувачів вищої освіти НУВГП
під час війни засобами арт-терапії**

№ з/п	Назва заходу	Очікувані результати	Відгуки студентів
1	2	3	4
1.	У межах освітньої компоненти «Психологія творчості та обдарованості» майстер-клас із флюїд-арту. Провела рівненська майстриня Наталія Жуковська і команда АРТ Центру.	Опанувувати техніку малювання акриловими фарбами fluid art, яка допомагає долати стрес і негативні емоції; ефективно сприяє саморегуляції та адаптивності до складних умов життя у період війни.	<p>«Без сумніву, ця техніка малювання сприяє розвитку творчості, емоційного інтелекту, позитивної Я-концепції; також може бути арт-терапією для заспокоєння у період війни».</p> <p>«Арт-терапія лишила неймовірний слід у моєму серці та подарувала щирі й дивовижні емоції. Надзвичайно красивий процес, цікавий досвід і спосіб самовиразитись через фарби. Я в захваті!».</p> <p>«Емоції від сьогоднішнього дня – нереальні. Це щось нове, яке мене дуже сильно надихнуло. Було дуже круто та весело в колі студентської сім'ї. Побільше б таких днів!».</p> <p>«Робота з фарбами була дуже схожа на медитацію. Здається, що виливаєш на білий ватман те, що зараз на душі, і фарби починають жити своїм життям – розтікаються поверхнею. Найдивовижніше, що ніхто не може передбачити, яка буде картина».</p> <p>«Арт-терапія була чудова! Привітні люди, тепла й дружня атмосфера. Мій настрій став набагато кращим, і навіть на душі стало легше. Мені дуже сподобалося».</p> <p>«Арт-терапія мені дуже сподобалася, це був новий досвід для мене, адже я раніше не брала участь у чомусь подібному. Атмосфера була дуже комфортною, все було пронизано творчістю. Кожен створював свою частинку магії, в кожного вона була своя, унікальна, це дійсно дуже надихає. У собі я відкрила нові вміння, я не знала, що можу створити щось настільки красиве та незвичне.</p> <p>Із задоволенням відвідала б такий майстер-клас ще раз».</p> <p>«Мені дуже сподобалось. Нереальні емоції, я в захваті від сьогоднішньої арт-терапії. Із задоволенням ще раз спробувала б».</p> <p>«Арт-терапія – це відмінний метод самопізнання, який допомагає через творчість зазирнути всередину себе, розкрити внутрішні сили, підвищити самооцінку. Тому мені все дуже сподобалось, на арт-терапії було цікаво та творчо».</p> <p>«Сьогодні в нас був досвід арт-терапії. Арт-терапія – це дуже ефективний метод, який дозволяє використовувати творчість як засіб взаємодії із суб'єктом.</p> <p>У процесі арт-терапії людина може відчувати зв'язок з внутрішніми почуттями і висловити їх на папері. Цей метод може бути особливо</p>

1	2	3	4
			<p>корисним для людей, що мають труднощі з висловленням своїх емоцій словами. Це було дуже цікаве заняття, яке я б з радістю відвідала ще не раз».</p> <p>«Це була чудова зустріч зі спектром емоцій. Я дійсно отримала задоволення від процесу та результату. Це дуже захоплива зустріч, яка залишила слід у моїй пам'яті. Майстри, котрі допомагали нам у процесі і давали підказки на рахунок поєднання кольорів, були дуже привітні та «легкі». Я в захваті!».</p> <p>«Арт-терапія мені дуже сподобалася. Процес заворожував, адже на очах відбувалася магія, розкривалися кольори і відтінки. Це дуже заспокоювало і надихало. Раджу всім спробувати, адже це незабутні емоції».</p>
2.	<p>Тренінг «Актуальна проблема нашого часу – домашнє насильство: як розпізнати та запобігти?». Провела мобільна бригада КЗ «Денний центр соціально-психологічної допомоги» Рівненської обласної ради.</p>	<p>Ознайомитися з причинами домашнього та гендерно зумовленого насильства; отримати інформацію про основні форми насильства (фізичне, психологічне, сексуальне, насильство у воєнних, конфліктних і післяконфліктних ситуаціях).</p>	<p>«Я отримала корисну інформацію про наявні послуги та сервіси, що сприяють попередженню насильства, про те, що можуть анонімно повідомити про насильство в денні центри соціально-психологічної допомоги (м. Рівне, вул. Василя Червонія, 29)».</p> <p>«Мені важливо було почути про притулки для постраждалих від домашнього насильства; кризові кімнати; мобільні бригади та мобільні бригади поліції; «Розірви коло»; «Вона Хаб»; різноманітні національні гарячі лінії: для дітей та молоді – 116–111».</p> <p>«Важливим було ознайомитися із законодавчою базою протидії домашньому та гендерно зумовленому насильству (Конституція України, Закон України «Про запобігання та протидію домашньому насильству», Стамбульська конвенція та багато інших законів та конвенцій)».</p>
3.	<p>Творча зустріч із поетом-бардом Рівненщини Юрієм Матвійчуком. Проведено в Рівненській обласній універсальній науковій бібліотеці</p>	<p>За допомогою творчого спілкування в рамках Клубу Оптимістичного Дозвілля «Зцілені любов'ю» сприяти безконфліктній і ненасильницькій позитивній комунікації.</p>	<p>«Корисно для роздумів було почути, що важливою поворотною віхою для творчих людей стає війна, в якій потрібні волонтери, громадські активісти. Зцілювати серце нині можна добрими справами для людей, які потребують спілкування, уваги, душевного тепла, матеріальної допомоги».</p> <p>«Ментальним здобутком зустрічі стало усвідомлення, що навіть втрата коханої людини не може відібрати любові до життя».</p>
4.	<p>Майстер-клас із ароматерапії провела майстриня АРТ Центру Алла Андрійцьо-Рузаєва.</p>	<p>Проаналізувати та випробувати на практиці вплив запахів на врегулювання фізичного та психологічного стану людини</p>	<p>«Терапія сподобалась. Навколо була заспокійлива атмосфера! Було цікаво виготовляти мішечок з лаванди, слухати про неї. Для мене стало відкриттям, що в нас, як і у Франції, є лавандові поля. Обов'язково плануємо після війни завітати на них. Відтепер цей мішечок наповнює мою кімнату приємним ароматом».</p> <p>«У творчій та невимушеній атмосфері арт-терапевтичної роботи індивідуальність кожного студента виражається відкрито, навіть спонтанно, природно».</p>

Продовження таблиці 1

1	2	3	4
5.	До Всеукраїнського дня психолога практичними психологами сектору практичної психології та соціальної роботи Центру розвитку студентства НУВГП Тетяною Антонюк і Яною Крук проведено зустріч зі студентами спеціальностей 053 «Психологія», 011 «Освітні, педагогічні науки»	Навчитися працювати з метафоричними асоціативними картками «Горщики», «Яблуко і черв'як»; знайомитися з арт-терапевтичними техніками: колажі «Джунглі» (для адаптації) з метою підвищення фахової компетентності та як потужний засіб впливу на самооцінку особистості та її самоідентифікацію.	«Сьогоднішня зустріч дала змогу мені пізнати себе більше. Всі завдання були дуже цікавими, особливо мені сподобалось писати лист у майбутнє, виплеснути всі переживання щодо того, якою я себе бачу у майбутньому і якою є зараз. Також завдання з глечиками було дуже захоплюючим, оскільки ми несвідомо вибираємо те, що дійсно нас описує, було новим дізнатися, що означає до прикладу навіть вода в тому самому глечичку або ж тварина, котру ми вибирали. Скільки є звичних для нас речей, але кожна має свій глибокий сенс. Сподобалася атмосфера, яка була присутня в кабінеті, всі були згуртовані, творчість неначе літала в повітрі. Викладачі дуже цікаво розповідали про практики, дуже вдячна за такий досвід». «Тренінг зацікавив мене тим, що нам приділяли значну увагу, допомагали розбирати психологічні малюнки». «Мені надзвичайно сподобався сьогоднішній захід. Я отримала море емоцій, краще пізнала себе та інших. Було дуже цікаво та весело. Сподіваюсь, у нас ще будуть такі заходи».
6.	Презентація студентами спеціальності 053 «Психологія», наукових проєктів: стартап «Help me», стартап «Чисте життя», стартап «Ейфорія»	Дати можливість комунікувати та розвивати творчий науковий потенціал. Отримати мотивацію щодо створення українських стартапів під час війни: скільки проєктів зуміли адаптуватися та розвиваються.	«Чудово, що є така можливість збиратися у стінах університету студентам різних спеціальностей та курсів. Вільно висловлювати свої ідеї, ділитися ними один з одним та, що саме головне – з представниками бізнесу, котрі можуть дати дійсно корисні поради на основі свого досвіду». «Мені сподобався сьогоднішній захід, було цікаво почути нові думки і погляди». «Мені дуже сподобався сьогоднішній захід. Було корисно почути нові ідеї, які можливо втілити навіть під час війни».
7.	Інтегроване заняття з дисциплін «Традиції і звичаї українського народу» та «Основи психології». Поєднання двох тем: «Обряд хусткування в Україні» та «Емоційно-вольова сфера особистості».	Ознайомити з традиціями в'язання хусток в Україні та поспілкуватися про емоції та почуття, які виникають у процесі цього.	«Я думала, що це заняття у мене викличе нейтральні емоції, але коли нам почали пояснювати, чому і кому так зав'язували хустки, то стало цікаво. Саме ці традиції викликали у мене бурю позитивних емоцій, сміх, радість, щастя та інші. Найбільше сподобалось, коли мені в'язали хустку – це було неймовірно весело, я не відчувала дискомфорту». «Дізналася багато нової та цікавої інформації, і відчуваю вдячність за це. На занятті було затишно і комфортно, у мене був розслаблений стан і настрої піднявся. Запам'ятала фразу: «Все просте – логічне». «Це заняття викликало у мене дуже багато позитивних емоцій. Найголовніші – зацікавленість, радість, інтерес. Мені було дуже цікаво слухати про традиції та хустки. Також отримувала задоволення від незвичного заняття та від того, як багато людей посміхались та веселились».

1	2	3	4
			<p>«Мені сподобалась атмосфера. Особливо, коли приміряли хустку, я почувалася нареченою. Це були неймовірні враження».</p> <p>«Наша Україна багата на традиції, ми маємо це пам'ятати та передавати з покоління в покоління. В наш час дуже важливо не забувати про традиції та звичаї, дружність нашого народу. Наша молодь повинна знати звичаї та традиції, щоб, виїхавши за кордон, вміти розповісти про велич нашого українського народу, традицій, звичаїв, пісень та обрядів. Було цікаво дізнатися нове та щиро порадіти, що ми пам'ятаємо та вивчаємо й надалі наші звичаї. Слава Україні!»</p>
8.	<p>Тренінг «Ментальне здоров'я: як «не розсипатися» під час війни».</p> <p>Проведено практичними психологами Сектору практичної психології та соціальної роботи НУВГП.</p>	<p>Надати інформацію про важливість ментального здоров'я та як подбати про себе у період війни; від чого залежить психічне здоров'я та як його підтримувати; які причини його порушення та ін.</p>	<p>«Дуже сподобався тренінг, відчула довіру, спокій, радість, приємно провела час, дізнавалася дещо для себе».</p> <p>«Мені дуже сподобався тренінг про ментальне здоров'я. Я часто, коли вчилася в школі, приходила на різні тренінги, пов'язані з психологією і домедичною допомогою. Проте саме сьогоднішній мені сподобався найбільше. Бо, по-перше, взагалі не нудно. По-друге, актуальна і потрібна тема. По-третє, коротко і ясно, без води, немає багато непотрібних слів, все точно і зрозуміло. Те, що нас залучали працювати разом, то це взагалі у саме «серденько», адже це те, що групі 1 курсу, яка лише гуртується, потрібно, щоб згуртуватися».</p>

тку уяви, здатності створювати оригінальні образи та ін.

Вважаємо важливим, що спеціальна підготовка, талант студентів і художня майстерність робіт не так важливі, як сам процес творчості і особливості внутрішнього світу. Тому одним із запитань анкети було: «Які із застосованих у процесі навчання арт-терапевтичних методів вам найбільше сподобалися і допомогли вирішити певні проблеми психологічного та соціального характеру?».

Усім студентам арт-терапія сподобалася. Проте деякі методи вони виділили особливо (табл. 2).

Як бачимо з вищезазначеного, перед ЗВО постає багато завдань, пов'язаних зі знаннями психології та соціально-виховної роботи.

Дискусія. Щодо досліджень соціально-психологічного супроводу здобувачів вищої освіти в умовах війни засобами арт-терапії, то вони незначні і торкаються адаптації першо-

курсників до умов навчання у ЗВО засобами арт-терапії [17], психолого-педагогічної допомоги особистості засобами арт-терапії [13]. Погоджуємося з авторами, що арт-терапія дозволяє відновити психологічне благополуччя, знайти нові шляхи самовираження, стимулює творчий потенціал особистості, допомагає відкрити нові горизонти самопізнання та побудувати підтримуючі взаємини з учасниками групи. Але дискусійними та малодослідженими, на нашу думку, є питання особливостей застосування методів арт-терапії відповідно до різних соціальних груп.

Висновки

1. У роботі проаналізовано теоретичні аспекти використання засобів арт-терапії: визначено сутність арт-терапії, яка полягає в терапевтичному та корекційному впливі на суб'єкта через мистецтво; розглянуто особливості, властивості, функції та методики арт-терапії як методу допомоги особистості.

Таблиця 2

Ранжування студентами НУВГП найдієвіших арт-терапевтичних методів

№ з/п	Арт-терапевтичні методи	Яка корекція відбулася після застосування методу	Які педагогічні завдання виконано
1.	<i>Лікувальне малювання</i> , що допомагає перебороти стресовий стан або психологічне навантаження.	«Картина може висловити те, що не висловить і тисяча слів» (Східна мудрість). Студентам подобається емоційна атмосфера, терапевтичні розповіді, до яких їх долучають, дана можливість намалювати свій страх, переживання, сумніви. Особливо студенти чекають час, коли малюнок готовий і можна разом з'ясувати, як подолати вже зображену проблему, а потім знищити і викинути її.	Психотерапевтичні, адже в процесі творчої діяльності створюється атмосфера емоційної толерантності, коректності, теплоти, доброзичливості, емпатійної комунікації, визнання цінності іншого. Виникає психологічний комфорт, захищеність, радість, успіх. У результаті задіюють усі лікувальні можливості емоцій.
2.	<i>Ігрова терапія</i> , яка впливає на розвиток особистості, сприяє створенню взаємин у групі, допомагає зняти стан тривожності, підвищує рівень самооцінки, дозволяє перевірити себе в різних ситуаціях спілкування. У процесі гри знімається небезпека соціально значущих наслідків.	Студенти наголошують, що в процесі гри покращується їхній емоційний стан; вони краще усвідомлюють і приймають свій внутрішній стан; розвивають здібності до емоційної саморегуляції; гра сприяє відновленню довіри до людей; здійснює корекцію поведінкових відхилень; сприяє розвитку креативності.	Розвиваючі, бо завдяки використанню різних ситуацій студент переживає успіх у певній діяльності і самостійно долає проблеми. Студенти навчаються говорити про емоційні переживання, відкриваються у спілкуванні з іншими – відбувається особистісний ріст.
3.	<i>Метафоричні асоціативні карти</i> , на яких зображають людей, їхню взаємодію, життєві ситуації, пейзажі, абстрактні зображення та ін. Їх використовують як підказки для розповіді історій, консультацій та психотерапії; засоби для покращення якості спілкування. Вони не мають офіційних тлумачень про зображення, а інструкції, що додають до колод, заохочують до креативності щодо пояснень зображень.	Студенти, які працюють із метафоричними асоціативними картами зазначають, що така робота створює атмосферу безпеки та довіри. Їм імпонує створення діалогу між зовнішнім і внутрішнім світом, адже на підсвідомому рівні вони пам'ятають усе, що з ними відбувалося, проте не завжди усвідомлюють це.	Діагностичні, адже дозволяє отримати відомості про розвиток та індивідуальні особливості студента. Це коректний спосіб спостерігати за ним у діяльності, краще дізнатися про його інтереси, цінності, побачити внутрішній світ, а також виявити проблеми, що підлягають спеціальній корекції. У процесі занять легко виявляють характер міжособистісних відносин і реальне становище кожного в колективі.

2. Визначено, що особливостями застосування засобів арт-терапії в процесі соціально-психологічного супроводу здобувачів вищої освіти в умовах війни як інновації є формування мотивації до навчання студентів завдяки внесенню елементів новизни через розуміння важливості збереження психічного здоров'я в кризових умовах, створення сприятливих соціально-психологічних умов для життя травмованої особис-

тості, зокрема, студентів – учасників бойових дій.

3. Відповідно до результатів дослідження потреби здобувачів вищої освіти у соціально-психологічній підтримці в умовах війни засобами арт-терапії засвідчено високий рівень зацікавленості студентів цим засобом, який дозволяє, відображаючи свій внутрішній світ, через творчість сприяти збереженню психічного здоров'я в кризових умовах.

Література

1. Авраменко М.Л. Використання методів арт-терапії в реабілітації людей з проблемами психічного здоров'я : методичні рекомендації. / За заг. ред. М.Л. Авраменка. Київ : Всеукраїнський центр професійної реабілітації інвалідів, 2008. 55 с.
2. Василюк О.О. Арт-терапія як засіб подолання стресу у військовослужбовців. URL: <https://dp-tmo.mvs.gov.ua/news/show/29>.
3. Власюк М. Арт-терапія: зцілення мистецтвом. *Психолог*. 2005. № 39. С. 9–23.
4. Вознесенська О.Л. Арт-терапія як засіб психосоціального відновлення особистості. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки* : збірник наукових праць. Київський національний університет імені Тараса Шевченка, 2015. Київ : КНУ імені Тараса Шевченка. № 3 (29). С. 40–47. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/229857491.pdf>.
5. Вознесенська О. Особливості арт-терапії як методу. *Психолог. Шкільний світ*. 2005. № 39. С. 5–8.
6. Вознесенська О.Л. Ініціативні техніки в арт-терапії. *Наукові записки Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України: В 4-х томах.* / За ред. академіка С.Д. Максименка. Київ : Главник, 2005. Вип. 26 Т. 1. С. 267–271.
7. Вознесенська О.Л. Можливості арт-терапії в подоланні психічної травми. *Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій* : збірник статей. Ін-т соціальної та політичної психології. Представництво Польської академії наук у м. Києві; Соціально-психологічний методичний реабілітаційний центр. Київ : Міленіум, 2015. С. 98–110.
8. Дабіжа К.Л., Дабіжа Л.П., Комарівська Н.О. Використання арт-технологій в роботі з дітьми з особливими освітніми потребами. *Сучасні інформаційні технології та інноваційні методики навчання в підготовці фахівців: методологія, теорія, досвід, проблеми*. 2022. 64:64–71.
9. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навчально-методичний посібник. Ч. 1. Львів : ЛьвДУВС, 2020. 232 с.
10. Лебедева С., Овсяннікова Я., Похілько Д. Теоретико-методологічні засади використання арт-терапії для психологічної реабілітації учасників бойових дій. URL: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/handle/123456789/16239>.

References

1. Avramenko, M.L. (2008). Ispol'zovaniye metodov art-terapii v reabilitatsii lyudey s problemami psikhicheskogo zdorov'ya: metodicheskiye rekomendatsii. Kyiv: Vseukrainskiy tsentr professional'noy reabilitatsii invalidov, 55 s.
2. Vasilevskaya, O.A. Art-terapiya kak sredstvo preodoleniya stressa u voyennosluzhashchikh. Retrieved from: <https://dp-tmo.mvs.gov.ua/news/show/29>.
3. Vlasyuk, M. (2005). Art-terapiya: istselejniye iskusstvom. *Psikholog*. 39:9–23.
4. Voznesenskaya, O.L. (2015). Art-terapiya kak sredstvo psikhosotsial'nogo obnovleniya lichnosti. *Aktual'nyye problemy sotsiologii, psikhologii, pedagogiki*: zbirnyk nauchnyh trudov. Kiyevskiy natsional'nyy universitet imeni Tarasa Shevchenko. 3(29):40–47. Retrieved from: <https://core.ac.uk/download/pdf/229857491.pdf>.
5. Voznesenskaya, O. (2005). Osobennosti art-terapii kak metoda. *Psikholog. Shkol'nyy mir*. 39:5–8.
6. Voznesenskaya, O.L. (2005). Initsiativnyye tekhniki v art-terapii. *Nauchnyye zapiski Instituta psikhologii im. G.S. Kostyuka APN Ukrainy: V 4-kh tomakh.* / Pod red. akademika S.D. Maksimenko. Kyiv: Glavnik, 26(1):267–271.
7. Voznesenska, O.L. (2015). Mozhlyvosti art-terapii v podolanni psykhičnoi travmy. *Psykholohichna dopomoha osobystosti, shcho perezhivaie naslidky travmatychnykh podii*: zbirnyk statei. In-t sotsialnoi ta politychnoi psykholohiyi. Predstavnytstvo Polskoi akademii nauk u m. Kyievi; Sotsialno-psykholohichni metodychni rehabilitatsiyni tsentr. Kyiv: Milenium, 2015. S. 98–110.
8. Dabizha, K.L., Dabizha, L.P., Komarivska, N.O. (2022). Vykorystannia art-tekhnologii v roboti z ditmy z osoblyvymy osvithnimy potrebamy. *Suchasni informatsiini tekhnologii ta innovatsiini metodyky navchannia v pidhotovtsi fakhivtsiv: metodolohiia, teoriia, dosvid, problema*. 64:64–71.
9. Kal'ko, N., Koval'chuk, Z. (2020). Praktikum po art-terapii: uchebno-metodychnoye posobiye. CH. 1. L'vov: L'vGUVD, 232 s.
10. Lebedeva, S., Ovsyannikova, Ya., Pokhil'ko, D. Teoretiko-metodologicheskkiye osnovy ispol'zovaniya art-terapii dlya psikhologicheskoy reabilitatsii uchastnikov boyevykh deystviy. Retrieved from: <http://repositsc.nuczu.edu.ua/16239>.

11. Мішкулинець О.О. Використання арт-терапевтичних методик в умовах інклюзивного освітнього середовища. *Психологія: теорія і практика*. 2018. 2(2):76–87.

12. Про введення в дію плану оборони України та Зведеного плану територіальної оборони України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/n0033525-22#n2>.

13. Психолого-педагогічна допомога особистості засобами арт-терапії : монографія / За заг. ред. Т.А. Ткачук, Н.О. Бочаріної. Переяслав (Київ. обл.) : Домбровська Я.М., 2020. 365 с.

14. Сусла А.М. Пісочна терапія в роботі з дітьми з вадами психофізичного розвитку. *Дитина з особливими потребами*. 2016. № 6. С. 6–8.

15. Тарарина Е. Практикум з арт-терапії: шкатулка майстра : методичний посібник. Київ : АСТАМИР-В, 2019. 224 с. ISBN 978-617-7083-16-9.

16. Терлецька Л.Г. Психологія здоров'я: арт-терапевтичні технології : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Слово», 2016. 128 с.

17. Цимбала О. Адаптація першокурсників до умов навчання у ВНЗ засобами арт-терапії. URL: https://pedagogy.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2016/10/art-therapy_Adaptaziya-pershokursn-118-121.pdf.

18. Черноус Н.О. Роль і місце арт-терапії у формуванні комунікативних навичок дітей з особливими потребами. *Психологія: реальність і перспективи*. 2018. 11:177–183.

Отримано: 19.02.2024

Прийнято: 12.03.2024

Опубліковано: 29.04.2024

11. Mishkulynets, O.O. (2018). Vykorystannia art-terapevtychnykh metodyk v umovakh inkliuzyvnoho osvitnoho seredovysshcha. *Psykhoholohiia: teoriia i praktyka*. 2(2):76–87.

12. O vvedenii plana oborony Ukrainy i Svodnogo plana territorial'noy oborony Ukrainy. Retrieved from: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/n0033525-22#n2>.

13. Psikhologo-pedagogicheskaya pomoshch' lichnosti sredstvami art-terapii: monografiya. / Pid zah. red. T.A. Tkachuk, N.A. Bocharinoy. Pereyaslav (Kiyev. obl.): Dombrovskaya Ya.M., 2020. 365 s.

14. Suslo, A.M. (2016). Pesochnaya terapiya v rabote s det'mi s narusheniyami psikhofizicheskogo razvitiya. *Rebenok s osobymi potrebnostyami*. 6:6–8.

15. Tararin, E. (2019). Praktikum po art-terapii: shkatulka мастера: metodicheskoye posobiye. Kyiv: ASTAMIR-V. 224 s. ISBN 978-617-7083-16-9.

16. Terletskiy, L.G. (2016). Psikhologiya zdorov'ya: art-terapevtycheskiye tekhnologii: uchebnoye posobiye. Kiyev: Izdatel'skiy dom «Slovo». 128 s.

17. Tsybala, O. Adaptatsiya pervokursnikov k usloviyam obucheniya v VUZe sredstvami art-terapii. Retrieved from: https://pedagogy.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2016/10/art-therapy_Adaptaziya-pershokursn-118-121.pdf.

18. Chornous, N.O. (2018). Rol i mistse art-terapii u formuvanni komunikatyvnykh navychok ditei z osoblyvymy potrebamy. *Psykhoholohiia: realnist i perspektyvy*. 11:177–183.

Received on: 19.02.2024

Accepted on: 12.03.2024

Published on: 29.04.2024