DOI:
УДК 159.98:615.851.8:159.944.4

Роман ПОПЕЛЮШКО
доктор психологічних наук, професор, професор кафедри теоретичної та консультативної психології, Український державний університет імені Михайла Драгоманова, м. Київ
ORCID: *https://orcid.org/0000-0002-1227-1292*

Олена ЗАЛЕЦЬКА
здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти, С4, Навчально-реабілітаційний заклад вищої освіти «Кам'янець-Подільський державний інститут», м. Кам'янець-Подільський
ORCID: *https://orcid.org/0009-0005-6073-246X*

ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ ЗАСТОСУВАННЯ АРТ-ТЕРАПІЇ У ПСИХОКОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

Резюме

У статті розглянуто теоретичні засади застосування арт-терапії у психокорекції емоційних станів внутрішньо переміщених осіб, які зазнали психотравматичного впливу внаслідок вимушеного переселення. Актуальність дослідження зумовлена необхідністю пошуку науково обґрунтованих методів психологічної допомоги особам, які переживають наслідки воєнних дій, тривалий стрес і труднощі соціально-психологічної адаптації.

***Мета дослідження** полягає у теоретичному обґрунтуванні можливостей застосування арт-терапії у психокорекції емоційних станів внутрішньо переміщених осіб, систематизації сучасних наукових підходів до визначення її психологічних механізмів та узагальненні психокорекційного потенціалу основних арт-терапевтичних методів. **Методологічну базу дослідження** становлять теоретичні методи: аналіз, систематизація й узагальнення наукових праць щодо застосування арт-терапії у психокорекції емоційних станів внутрішньо переміщених осіб.*

***Результати.** Систематизовано сучасні наукові підходи до застосування арт-терапії, узагальнено психологічні механізми її впливу та охарактеризовано психокорекційний потенціал основних арт-терапевтичних напрямів. Запропоновано авторську концептуальну модель добору арт-терапевтичних методів з урахуванням особливостей психотравматичного досвіду, актуального емоційного стану, психологічних ресурсів особистості та ризику повторної травматизації.*

***Висновки.** Теоретичний аналіз наукових джерел свідчить про значний психокорекційний потенціал арт-терапії у роботі з внутрішньо переміщеними особами, оскільки вона сприяє безпечному опрацюванню психотравматичного досвіду, зниженню психоемоційного напруження, мобілізації внутрішніх ресурсів і відновленню психологічного благополуччя. Практичне значення дослідження полягає у можливості використання його результатів під час розроблення програм психологічного супроводу та реабілітації внутрішньо переміщених осіб. Перспективи подальших досліджень пов'язані з емпіричною перевіркою ефективності окремих арт-терапевтичних методів.*

***Ключові слова:** арт-терапія; емоційні стани; внутрішньо переміщені особи; психологічна допомога; психологічне благополуччя.*

Вступ. Повномасштабна війна в Україні спричинила безпрецедентне зростання кількості внутрішньо переміщених осіб, які змушені адаптуватися до нових умов життя після втрати домівки, звичного соціального середовища та відчуття безпеки. Вимушене переселення супроводжується тривожністю, страхом, емоційним виснаженням, депресивними проявами, почуттям втрати й невизначеності щодо майбутнього, що суттєво ускладнює соціально-психологічну адаптацію, негативно впливає на психічне здоров'я та якість життя. У зв'язку з цим особливої актуальності набуває пошук ефективних, науково обґрунтованих і доступних методів психологічної допомоги, спрямованих на відновлення емоційної рівноваги, мобілізацію внутрішніх ресурсів особистості та підвищення її психологічної стійкості.

Одним із найбільш перспективних напрямів сучасної психологічної практики є арт-терапія, яка розглядається як підхід, що може створювати умови для безпечного невербального вираження внутрішніх переживань, сприяє усвідомленню й конструктивному опрацюванню емоцій, інтеграції травматичного досвіду, розвитку саморегуляції та відновленню психологічного благополуччя. Незважаючи на значну кількість наукових праць, присвячених окремим аспектам арт-терапії,

актуальним залишається узагальнення її теоретичних засад, визначення психологічних механізмів впливу різних арт-терапевтичних напрямів на емоційну сферу внутрішньо переміщених осіб та систематизація сучасних наукових підходів до їх використання у психокорекційній практиці. На відміну від існуючих оглядових праць, у статті здійснюється спроба концептуально інтегрувати сучасні теоретичні підходи та запропонувати авторське бачення механізмів добору арт-терапевтичних методів відповідно до психологічних потреб внутрішньо переміщених осіб.

Проблема застосування арт-терапії як засобу психологічної допомоги особам, які пережили психотравмувальні події, останніми роками набула особливої актуальності у зв'язку зі зростанням кількості внутрішньо переміщених осіб та необхідністю їх психологічної реабілітації. У науковій літературі арт-терапія розглядається як перспективний напрям у роботі з емоційними порушеннями, наслідками стресу, кризових станів і психотравматичного досвіду. Теоретичні засади арт-терапії, її психологічні механізми та можливості використання в роботі з різними категоріями клієнтів висвітлено у працях Ю. Бриндікова (2017), О. Вознесенської (2015), І. Ільченко (2013), Н. Кальки & З. Ковальчук (2020), О. Смілянець (2009), О. Сороки (2016) та інших дослідників. Значний внесок у розвиток світової теорії арт-терапії зробили М. Наумбург (1966), М. Лібман (1986), А. Хілл (1945), які розглядали художню творчість як ефективний засіб символічного вираження внутрішніх переживань, розвитку самопізнання та психологічного відновлення особистості. Сучасні теоретичні моделі також підкреслюють роль мистецької діяльності у процесах емоційного опрацювання, саморегуляції та інтеграції травматичного досвіду.

Особливе місце серед сучасних наукових праць посідають дослідження, присвячені психологічній підтримці внутрішньо переміщених осіб та інших категорій населення, які постраждали внаслідок воєнних дій. Р. Пападопулос (2024) обґрунтовує психологічні наслідки вимушеного переміщення, а О. Вознесенська (2015) розкриває можливості арт-терапії як ресурсу психологічного відновлення та соціальної адаптації. Окремі напрями арт-терапії досліджували Н. Савельєва-Кулик (музикотерапія) (2014), М. Марценюк (бібліотерапія) (2020), І. Каряка та Ю. Хорощак (пісочна терапія) (2021), В. Савінов (драматерапія) (2020), І. Сергієнко (принципи арт-терапевтичної взаємодії) (2022), що суттєво розширило наукові уявлення про можливості застосування різних творчих методів у психокорекційній практиці. Водночас аналіз наукової літератури свідчить, що більшість досліджень присвячена окремим напрямам арт-терапії або їх використанню в роботі з певними категоріями клієнтів. Недостатньо систематизованими залишаються теоретичні підходи до комплексного застосування різних арт-терапевтичних методів у психокорекції емоційних станів внутрішньо переміщених осіб і психологічних механізмів їх впливу на емоційне відновлення та адаптацію особистості в умовах вимушеного переселення, що зумовлює необхідність подальшого теоретичного узагальнення сучасних наукових підходів до використання арт-терапії у психологічному супроводі внутрішньо переміщених осіб.

Мета статті полягає у теоретичному обґрунтуванні можливостей застосування арт-терапії у психокорекції емоційних станів внутрішньо переміщених осіб, узагальненні сучасних наукових підходів до визначення її психологічних механізмів та розкритті психокорекційного потенціалу основних напрямів арт-терапії в умовах вимушеного переселення.

Завданнями статті є: здійснити теоретичний аналіз сучасних наукових підходів до розуміння арт-терапії як засобу психокорекції емоційних станів; розкрити психологічні механізми впливу арт-терапії на емоційну сферу внутрішньо переміщених осіб; охарактеризувати психокорекційний потенціал основних напрямів арт-терапії у роботі з внутрішньо переміщеними особами; систематизувати критерії добору арт-терапевтичних методів відповідно до психологічних потреб, ресурсів і ризиків клієнта; запропонувати концептуальну модель застосування арт-терапевтичних методів у психологічному супроводі внутрішньо переміщених осіб.

Методи дослідження. У статті використані теоретичні методи, такі як: аналіз і систематизація праць які присвячені психологічним особливостям застосування арт-терапії у психокорекції емоційних станів внутрішньо переміщених осіб.

Результати. Термін «арт-терапія» увійшов до професійного обігу психологів у середині XX століття та став узагальненою назвою методів психологічної допомоги, що ґрунтуються на використанні різних видів мистецтва з терапевтичною метою. Водночас терапевтичний вплив мистецької діяльності на психоемоційний стан людини був відомий значно раніше й застосовувався у різних культурах задовго до становлення арт-терапії як окремого психотерапевтичного напряму. Сьогодні арт-терапію розглядають як систему психокорекційних, лікувальних і розвивальних методів, спрямованих на гармонізацію психоемоційного стану, розвиток особистісного потенціалу та відновлення психологічного благополуччя.

В умовах вимушеного переселення особливого значення набувають методи, що забезпечують безпечне опрацювання травматичного досвіду та складних емоційних переживань. Одним із методів психологічної допомоги є арт-терапія, яка сприяє усвідомленню несвідомих емоційних процесів і поступовому відновленню внутрішньої психічної рівноваги. На думку Р. Пападопулоса, вимушене переміщення супроводжується не лише матеріальними втратами, а й глибокими психологічними змінами, що впливають на особистісну ідентичність і психічне функціонування людини (Пападопулос, 2024). У цьому контексті арт-терапія створює можливість символічного вираження пережитого досвіду втрати, трансформації негативних емоційних станів та інтеграції травматичного досвіду, особливо коли його вербалізація є утрудненою. Саме особливості психотравматичного досвіду внутрішньо переміщених осіб зумовлюють необхідність диференційованого добору арт-терапевтичних методів залежно від психологічних потреб, ресурсів особистості та рівня емоційної дезадаптації.

Терапевтичний потенціал арт-терапії полягає у використанні символів, художніх образів і метафор як засобів доступу до прихованих психічних переживань. У межах теоретичних моделей арт-терапії вважається, що творча діяльність сприяє усвідомленню внутрішніх конфліктів, вивільненню пригнічених почуттів, зниженню психоемоційної напруги та забезпечує безпечний спосіб емоційного реагування. Продукти творчості відображають як усвідомлені, так і несвідомі аспекти психіки, що робить мистецтво ефективним інструментом психологічної допомоги.

Засновниця американської школи арт-терапії М. Наумбург зазначала, що художня діяльність допомагає людині подолати бар'єри самовираження, встановити контакт із власним несвідомим і здійснювати символічний діалог через створені образи (Naumburg, 1966). Важливий внесок у розвиток європейської арт-терапії зробив А. Хіл, який уперше запровадив термін «арт-терапія» в науковий обіг та тривалий час очолював Британську асоціацію арт-терапевтів (Hill, 1945). М. Лібман розглядала арт-терапію як засіб позитивної трансформації внутрішнього світу людини, наголошуючи на значенні творчості для самовираження, самопізнання, особистісного розвитку та формування адаптивних моделей поведінки (Liebmann, 1986).

Серед українських дослідників вагомий внесок у розвиток арт-терапії зробили О. Смілянець та О. Вознесенська. О. Смілянець визначає арт-терапію як метод психологічної допомоги, що забезпечує соціально прийнятне вираження емоцій, виконує психодіагностичну функцію, сприяє усвідомленню складних переживань і розвитку емоційної саморегуляції (Смілянець, 2009). На думку О. Вознесенської, арт-терапія є методом оздоровлення через творче самовираження, що забезпечує відновлення психологічної рівноваги, духовної цілісності та гармонії особистості (Вознесенська, 2015). Наведені положення відображають концептуальні підходи зазначених авторів і не слід розглядати як універсально підтверджені емпіричні закономірності.

В арт-терапевтичному процесі вирішальне значення має не кінцевий художній продукт, а сам процес творчості. Вибір матеріалів, кольорів і технік, а також виконання творчої роботи сприяють зануренню у власний внутрішній світ, усвідомленню переживань, страхів, очікувань і прихованих установок, створюючи передумови для їх переосмислення та особистісної трансформації.

Однією з головних переваг арт-терапії є її універсальність і доступність. На відміну від багатьох психокорекційних методів, вона не потребує спеціальної художньої підготовки, тому може застосовуватися серед людей різного віку, соціального статусу та культурного досвіду. Особливу цінність арт-терапія має для осіб, які відчувають труднощі з вербальним вираженням емоцій, адже символічна мова художніх образів дає змогу передавати внутрішні переживання, переосмислювати життєві труднощі та знаходити конструктивні способи їх подолання.

Творчий процес допомагає обійти «цензуру свідомості», відкриваючи доступ до прихованих психічних процесів, витіснених переживань, внутрішніх конфліктів і моделей поведінки. Створені художні образи можуть використовуватися психологом як додаткове джерело інформації про актуальні переживання клієнта, однак їх інтерпретація здійснюється виключно у контексті комплексної психологічної оцінки й не має самостійної діагностичної валідності (Калька & Ковальчук, 2020). На сучасному етапі арт-терапія широко застосовується як ефективний засіб психологічної допомоги людям, які пережили надзвичайні ситуації. Творча діяльність створює безпечний простір для вираження почуттів і переживань, сприяє подоланню наслідків психотравматизації та встановленню більш глибокого контакту людини із власним «Я» (Сергієнко, 2022). Водночас арт-терапія орієнтована на досягнення інсайту, розвиток самопізнання, самовираження та особистісних змін завдяки атмосфері довіри, психологічної безпеки й безумовного прийняття.

Узагальнення теоретичних положень дозволяє виокремити основні характеристики арт-терапії, що характеризують її психокорекційний потенціал у роботі з внутрішньо переміщеними особами: ресурсний характер; використання символів і метафор для вираження неусвідомлених переживань; універсальність; можливість невербальної комунікації; інсайт-орієнтованість; розвиток активної життєвої позиції; стимулювання творчих, комунікативних і креативних здібностей тощо. Завдяки цьому арт-терапія розглядається як ефективне підтримувальне середовище для психологічно вразливих категорій населення, сприяючи соціальній інтеграції, подоланню соціальної депривації, адаптації внутрішньо переміщених осіб до нових умов життя, подоланню кризи ідентичності та відновленню зв'язку з власним культурним «Я» (Вознесенська, 2015).

Серед найпоширеніших напрямів арт-терапії, що мають високий потенціал у роботі з внутрішньо переміщеними особами, виокремлюють ізотерапію, кольоротерапію, танцювальну терапію, музикотерапію, бібліотерапію (зокрема казкотерапію), драматерапію, пісочну терапію та кінотерапію. ***Ізотерапія***, яка ґрунтується на використанні образотворчого мистецтва, активізує зорове сприйняття, моторну координацію, мислення й мовлення, сприяючи інтеграції психічних функцій та структуруванню особистісного досвіду (Смілянець, 2009). До її переваг належать відсутність протипоказань, доступність і можливість поєднання з іншими психотерапевтичними підходами. Малювання є ефективним засобом корекції страхів, тривожності, невпевненості, почуття самотності та інших негативних переживань, а аналіз кольорової гами, композиції, сюжету й образів може надавати психологу додаткову інформацію, про психоемоційний стан людини, за умови комплексної психологічної інтерпретації (Калька & Ковальчук, 2020).

Кольоротерапія базується на психологічному й фізіологічному впливі кольору на нервову систему людини. Її терапевтичний ефект досягається як через безпосередній вплив кольорових стимулів на діяльність головного мозку, так і шляхом створення спеціального кольорового середовища. Аналіз вибору кольорів і особливостей їх використання у творчості може слугувати додатковим матеріалом для психологічного аналізу актуальних емоційних переживань, індивідуально-психологічних особливостей та глибинних характеристик особистості.

Танцювальна терапія ґрунтується на нерозривному взаємозв'язку між тілесним рухом і емоційною сферою людини. Її основний принцип полягає у включенні тіла до психотерапевтичного процесу, що дає змогу через рух виражати емоції, які важко передати словами. Рухова активність активізує внутрішні ресурси, сприяє відновленню емоційної рівноваги, подоланню стереотипних моделей реагування, психологічному відновленню та мобілізації психічної енергії, необхідної для ефективного подолання життєвих труднощів.

Музикотерапія являє собою цілеспрямоване використання музики, звуку, ритму, мелодії та гармонії у терапевтичному процесі індивідуально або в групі. Відповідно до визначення Світової Федерації музичної терапії, вона спрямована на розвиток комунікативних навичок, самовираження, фізичної, емоційної, соціальної та когнітивної організації особистості, розкриття її потенціалу й відновлення порушених функцій (Савельєва-Кулик, 2014). Основною метою музикотерапії є досягнення цілісної інтеграції особистості на внутрішньоособистісному та міжособистісному рівнях, що сприяє підвищенню якості життя. Вона може використовуватися як самостійний метод або поєднуватися з іншими напрямами арт-терапії, забезпечуючи природне зниження емоційної напруги, гармонізацію психічного стану та емоційне моделювання через взаємодію музичного твору з індивідуальним сприйняттям людини.

Бібліотерапія передбачає використання спеціально дібраної художньої чи наукової літератури як психотерапевтичного засобу. За визначенням Асоціації лікарняних бібліотек США, її метою є допомога людині у вирішенні особистісних проблем шляхом цілеспрямованого читання. Терапевтичний ефект досягається завдяки взаємодії змісту тексту з особистісним досвідом читача, унаслідок чого літературний твір набуває індивідуального психологічного значення (Марценюк, 2020). У сучасній практиці бібліотерапія ефективно використовується для психокорекції наслідків психотравм, емоційної нестабільності, кризових станів, а також у психологічному супроводі внутрішньо переміщених осіб, біженців, пацієнтів реабілітаційних закладів, осіб із тяжкими соматичними захворюваннями, інвалідністю та інших категорій населення.

Драматерапія є напрямом арт-терапії, що використовує театральне мистецтво як засіб психологічної допомоги. До її основних форм належать театралізовані ігри, рольові постановки, імпровізації та експресивні вправи. Участь у драматерапевтичному процесі сприяє розвитку творчого мислення, розширенню самосвідомості, формуванню гнучких моделей поведінки й засвоєнню нових способів взаємодії з навколишнім світом. Використання ляльок, маріонеток, театрального гриму та інших елементів сценічного мистецтва підсилює психотерапевтичний ефект, який ґрунтується на

образності, ігровій природі театру та його комплексному впливі на емоційну, когнітивну й поведінкову сфери особистості (Савінов, 2020).

Пісочна терапія сформувалася в межах аналітичної психології та базується на взаємодії людини з піском. Створення піщаних композицій забезпечує символічне відображення внутрішніх переживань, фантазій і психотравматичного досвіду, сприяє встановленню контакту з несвідомими психічними процесами, усвідомленню прихованих мотивів поведінки та відновленню внутрішньої рівноваги. Символічне відтворення переживань позитивно впливає на психічне функціонування особистості й сприяє її емоційному відновленню (Каряка & Хорощак, 2021).

Дискусія. Отримані результати вказують на те, що продукти творчої діяльності можуть розглядатися як додатковий матеріал для психологічного аналізу переживань клієнта. Їх інтерпретація здійснюється у поєднанні з клінічною бесідою, спостереженням, психодіагностичними методиками та професійним судженням психолога, а не як самостійний валідований діагностичний інструмент. Здійснений теоретичний аналіз дозволив запропонувати концептуальну ***модель*** добору арт-терапевтичних методів у психологічній допомозі внутрішньо переміщеним особам, яка ґрунтується на послідовному врахуванні взаємопов'язаних психологічних чинників. Данна модель має такий вигляд: психотравматичний досвід ➡ емоційний стан ➡ оцінювання психологічних ресурсів ➡ вибір виду арт-терапії ➡ очікувані психологічні механізми ➡ емоційне відновлення.

Відповідно до запропонованої моделі, ***первинним етапом*** є визначення особливостей психотравматичного досвіду особистості, включаючи характер психотравми та давність травматичних подій, що дає змогу оцінити актуальний психоемоційний стан і домінуючі прояви психологічної дезадаптації. ***Наступним етапом*** є комплексне оцінювання індивідуально-психологічних ресурсів клієнта, зокрема рівня тривожності, здатності до вербалізації власних переживань, вікових особливостей, збережених адаптаційних ресурсів і ризику повторної травматизації.

Сукупність зазначених критеріїв визначає доцільність вибору конкретних арт-терапевтичних методів та форм їх застосування відповідно до індивідуальних потреб особистості. При цьому ***ізотерапія*** та ***кольоротерапія*** є доцільними на етапі емоційної стабілізації й первинного невербального вираження переживань, ***музикотерапія***, ***бібліотерапія*** та ***драматерапія*** - для емоційного опрацювання травматичного досвіду й розвитку рефлексивних процесів, тоді як ***пісочна терапія*** та ***інтегровані арт-терапевтичні техніки*** найбільш ефективно використовуються на етапі інтеграції пережитого досвіду, відновлення внутрішніх ресурсів і формування конструктивних стратегій психологічної адаптації. Запропонована концептуальна модель забезпечує системний підхід до диференційованого добору арт-терапевтичних втручань залежно від психологічних потреб внутрішньо переміщених осіб і може слугувати теоретичною основою для розроблення індивідуалізованих програм психологічного супроводу.

Висновки. Теоретичний аналіз сучасної наукової літератури дозволяє зробити висновок, що арт-терапія розглядається як перспективний напрям психологічної допомоги, який забезпечує безпечне опрацювання психотравматичного досвіду, сприяє зниженню психоемоційного напруження, розвитку саморегуляції, самопізнання та мобілізації внутрішніх ресурсів особистості. Узагальнення сучасних теоретичних підходів засвідчило високий психокорекційний потенціал основних напрямів арт-терапії у роботі з внутрішньо переміщеними особами, оскільки вони сприяють усвідомленню емоцій, інтеграції травматичного досвіду та відновленню психологічної рівноваги. Разом із тим більшість наведених положень ґрунтується на теоретичних концепціях і потребує подальшої емпіричної перевірки щодо ефективності окремих арт-терапевтичних методів.

Запропонована авторами модель дозволяє здійснювати добір арт-терапевтичних методів залежно від особливостей психотравматичного досвіду внутрішньо переміщених осіб, їх віку, рівня психологічних ресурсів і ризику повторної травматизації. Практична значущість дослідження полягає у можливості використання його результатів під час розроблення програм психологічного супроводу внутрішньо переміщених осіб, у діяльності центрів психосоціальної підтримки та професійній підготовці психологів.

Перспективи подальших досліджень. Перспективи подальших досліджень пов'язані з емпіричною перевіркою ефективності запропонованої концептуальної моделі добору арт-терапевтичних методів у роботі з внутрішньо переміщеними особами різних вікових груп. Доцільним є також проведення порівняльних досліджень результативності окремих напрямів арт-терапії залежно від характеру психотравматичного досвіду, рівня психологічних ресурсів, тривалості вимушеного переміщення та особливостей соціально-психологічної адаптації. Перспективним напрямом є розроблення й апробація комплексних програм психологічного супроводу внутрішньо переміщених

осіб, що інтегрують арт-терапевтичні методи з іншими доказово обґрунтованими підходами психологічної допомоги.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

Бриндіков, Ю. Л. (2017). Арт-терапія: суть, можливості роботи з військовослужбовцями учасниками бойових дій. *Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота», (2*(41)), 42–45. https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/18269

Вознесенська, О. Л. (2015). *Ресурси арт-терапії на допомогу вимушеним переселенцям: Практичний посібник*. Human Rights Foundation. http://mediaosvita.org.ua/book/resursy-art-terapiyi-na-dopomogu-vymush/

Ільченко, І. С. (2013). *Арт-терапія: Навчальний посібник для студентів*. Видавничо-поліграфічний центр «Візаві». https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/2160/1/Art-terapiya.pdf

Калька, Н., & Ковальчук, З. (2020). *Практикум з арт-терапії: Навч.-метод. посібник* (Ч. 1). ЛьвДУВС. https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/3301/1/АртТерапія-19-10-20.pdf

Каряка, І., & Хорощак, Ю. (2021). Пісочна терапія як засіб зниження тривожності у дітей старшого дошкільного віку. *Психологія: реальність і перспективи, 1*(16), 80–88. https://doi.org/10.35619/praprv.v1i16.220

Марценюк, М. О. (2020). Терапевтичні можливості бібліотерапії як сучасного методу психологічної допомоги. *Вчені записки ТНУ імені В. І. Вернадського. Серія: Психологія, 31*(70)(4), 218–223. https://doi.org/10.32838/2709-3093/2020.4/34

Пападопулос, Р. (2024). *У чужому домі. Травма вимушеного переміщення: шлях до розуміння і одужання* (І. Бодак & Н. Яцюк, Пер.; 2-ге вид.). Лабораторія.

Савельєва-Кулик, Н. О. (2014). *Музична терапія в інтегративній медицині: Навч. посіб. для лікарів-слухачів закладів (факультетів) післядипломної освіти*. Інтерсервіс. https://pmu.in.ua/wp-content/uploads/2020/06/Savelyeva-Kulik.pdf

Савінов, В. (2020). Зворотня сторона переваг театрально-драматичних засобів арт-терапії: ризики та обмеження. *Простір арт-терапії, 1*(27), 40–57.

Сергієнко, І. (2022). Принципи діалогічної взаємодії арт-терапевта у процесі надання психологічної допомоги постраждалим. In О. Л. Вознесенська & О. М. Скнар (Eds.), *Простір арт-терапії: місце особистості в часи суспільних трансформацій: Матеріали XIX Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції* (pp. 34–37). https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2022/06/arttherapy-zb-22.pdf

Смілянець, О. (2009). Корекція девіантної поведінки підлітків засобами арт-терапії. *Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України, 11*(7), 464–473.

Сорока, О. В. (2016). Арт-терапевтична компетенція як складова професійної компетентності фахівців соціальної сфери. *Вісник Дніпропетровського університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія». Педагогічні науки, 2*(12), 301–306. http://nbuv.gov.ua/UJRN/vduep_2016_2_50

Hill, A. (1945). *Art versus illness: A story of art therapy*. Allen and Unwin.

Liebmann, M. (1986). *Art therapy for groups: A handbook of themes, games and exercises*. Brooklyn Books.

Naumburg, M. (1966). *Dynamically oriented art therapy: Its principles and practice*. Grune and Stratton.

REFERENCES

Bryndikov, Yu. L. (2017). Art-terapiia: sut, mozhlyvosti roboty z viiskovosluzhbovtsiamy uchasnykamy boiovykh dii (Art therapy: The essence and possibilities of working with military personnel participating in combat operations). *Naukovyi visnyk Uzhhorodskoho universytetu. Seriia: Pedahohika. Sotsialna robota (Scientific Bulletin of Uzhhorod University. Series: Pedagogy. Social Work), 2*(41), 42-45. https://dspace.uzhnu.edu.ua/jspui/handle/lib/18269 [in Ukrainian].

Voznesenska, O. L. (2015). *Resursy art-terapii na dopomohu vymushenym pereselentsiam* (Art Therapy Resources for Assisting Internally Displaced Persons). Human Rights Foundation. http://mediaosvita.org.ua/book/resursy-art-terapiyi-na-dopomogu-vymush/ [in Ukrainian].

Ilchenko, I. S. (2013). *Art-terapiia* (Art Therapy). Vydavnycho-polihrafichnyi tsentr «Vizavi». https://library.megu.edu.ua:9443/jspui/bitstream/123456789/2160/1/Art-terapiya.pdf [in Ukrainian].

Kalka, N., & Kovalchuk, Z. (2020). *Praktykum z art-terapii* (Pt. 1) (Workshop on Art Therapy). LvivDUVS. https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/3301/1/АртТерапія-19-10-20.pdf [in Ukrainian].

Kariaka, I., & Khoroshchak, Yu. (2021). Pisochna terapiia yak zasib znyzhennia tryvozhnosti u ditei starshoho doshkilnoho viku (Sand therapy as a means of reducing anxiety in older preschool children). *Psykholohiia: realnist i perspektyvy (Psychology: Reality and Prospects), 1(16)*, 80-88. https://doi.org/10.35619/praprv.v1i16.220 [in Ukrainian].

Martseniuk, M. O. (2020). Terapevtychni mozhlyvosti biblioterapii yak suchasnoho metodu psykholohichnoi dopomohy (Therapeutic possibilities of bibliotherapy as a modern method of psychological assistance). *Vcheni zapysky Tavriiskoho natsionalnoho universytetu imeni V. I. Vernadskoho. Seriia: Psykholohiia (Scientific Notes of V. I. Vernadsky Tavria National University. Series: Psychology), 31*(70), 4, 218-223. https://doi.org/10.32838/2709-3093/2020.4/34 [in Ukrainian].

Papadopulos, R. (2024). *U chuzhomu domi. Travma vymushenoho peremishchennia: shliakh do rozuminnia i oduzhannia* (In a Foreign Home. The Trauma of Forced Displacement: A Path to Understanding and Recovery) (I. Bodak & N. Yatsiuk, Trans.; 2nd ed.). Laboratoriia [in Ukrainian].

Savelieva-Kulyk, N. O. (2014). *Muzychna terapiia v intehratyvnii medytsyni* (Music Therapy in Integrative Medicine). Interservis. https://pmu.in.ua/wp-content/uploads/2020/06/Savelyeva-Kulik.pdf [in Ukrainian].

Savinov, V. (2020). Zvorotnia storona perevah teatralno-dramatychnykh zasobiv art-terapii: ryzyky ta obmezhennia (The reverse side of the advantages of theatrical and dramatic means of art therapy: Risks and limitations). *Prostir art-terapii (Art Therapy Space), 1*(27), 40-57 [in Ukrainian].

Serhiienko, I. (2022). Pryntsypy dialohichnoi vzaiemodii art-terapevta u protsesi nadannia psykholohichnoi dopomohy postrazhdalym (Principles of dialogical interaction of an art therapist in the process of providing psychological assistance to victims). In O. L. Voznesenska & O. M. Sknar (Eds.), *Prostir art-terapii: mistse osobystosti v chasy suspilnykh transformatsii: Materialy XIX Mizhnarodnoi mizhdystsyplinarnoi naukovo-praktychnoi konferentsii* (*Art Therapy Space: The Place of Personality in Times of Social Transformations: Proceedings of the XIX International Interdisciplinary Scientific and Practical Conference*) (pp. 34-37). https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2022/06/arttherapy-zb-22.pdf [in Ukrainian].

Smilianets, O. (2009). Korektsiia deviantnoi povedinky pidlitkiv zasobamy art-terapii (Correction of adolescents' deviant behavior by means of art therapy). *Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii im. H. S. Kostiuka APN Ukrainy (Collection of Scientific Papers of H. S. Kostiuk Institute of Psychology of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine), 11*(7), 464-473 [in Ukrainian].

Soroka, O. V. (2016). Art-terapevtychna kompetentsiia yak skladova profesiinoi kompetentnosti fakhivtsiv sotsialnoi sfery (Art-therapeutic competence as a component of the professional competence of social sphere specialists). *Visnyk Dnipropetrovskoho universytetu imeni Alfreda Nobelia. Seriia «Pedahohika i psykholohiia». Pedahohichni nauky (Bulletin of Alfred Nobel University. Series: Pedagogy and Psychology. Pedagogical Sciences), 2*(12), 301-306. http://nbuv.gov.ua/UJRN/vduep_2016_2_50 [in Ukrainian].

Hill, A. (1945). *Art versus illness: a story of art therapy*. London : Allen and Unwin [in English].

Liebmann, M. (1986). *Art therapy for groups: A handbook of themes, games and exercises*. Brooklyn Books [in English].

Naumburg, M. (1966). *Dynamically oriented art therapy: Its principles and practice*. New York : Grune and Stratton [in English].

Roman POPELIUSHKO
Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor at the Department of Theoretical and Counseling Psychology, Drahomanov Ukrainian State University, Kyiv.
ORCID: *https://orcid.org/0000-0002-1227-1292*

Oksana ZALETSKA
Master's student in C4 "Psychology", Educational and Rehabilitation Institution of Higher Education "Kamianets-Podilskyi State Institute", Kamianets-Podilskyi.
ORCID: *https://orcid.org/0009-0005-6073-246X*

THEORETICAL FOUNDATIONS OF THE APPLICATION OF ART THERAPY IN THE PSYCHOCORRECTION OF THE EMOTIONAL STATES OF INTERNALLY DISPLACED PERSONS

Abstract

The article examines the theoretical foundations of the application of art therapy in the psychocorrection of the emotional states of internally displaced persons who have experienced psychological trauma as a result of forced displacement. The relevance of the study is determined by the need to identify scientifically grounded methods of psychological assistance for individuals experiencing the consequences of war, prolonged stress, and difficulties in socio-psychological adaptation.

Purpose. *The purpose of the study is to provide a theoretical substantiation of the possibilities of applying art therapy in the psychocorrection of the emotional states of internally displaced persons, to systematize contemporary scientific approaches to understanding its psychological mechanisms, and to summarize the psychocorrective potential of the main art therapy methods.*

Methodology. *The methodological framework of the study is based on theoretical methods, including the analysis, systematization, and synthesis of scholarly publications on the application of art therapy in the psychocorrection of the emotional states of internally displaced persons.*

Results. *The study systematizes contemporary scientific approaches to the application of art therapy, summarizes the psychological mechanisms underlying its therapeutic effects, and characterizes the psychocorrective potential of the principal art therapy modalities. The authors propose a conceptual model for selecting art therapy methods that takes into account the characteristics of traumatic experience, the individual's current emotional state, psychological resources, and the risk of retraumatization.*

Conclusions. *The theoretical analysis of scientific literature indicates that art therapy has considerable psychocorrective potential in work with internally displaced persons, as it facilitates the safe processing of traumatic experiences, reduces psycho-emotional distress, mobilizes internal psychological resources, and promotes psychological well-being. The practical significance of the study lies in the possibility of applying its findings to the development of psychological support and rehabilitation programmes for internally displaced persons. Prospective research should focus on the empirical verification of the effectiveness of individual art therapy methods.*

Keywords: *art therapy; emotional states; internally displaced persons; psychological assistance; psychological well-being.*

Дата першого надходження статті до видання: 14.09.2026
Дата прийняття статті до друку після рецензування: 24.09.2026
Дата публікації (оприлюднення) статті: 05.10.2026

DOI:
УДК 159.922.7:159.923.2

Тетяна САВИЧ
здобувачка третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія» кафедри авіаційної психології та управління людським фактором, Національний університет «Київський авіаційний інститут», м. Київ.
ORCID: *https://orcid.org/0009-0002-9898-9795*

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ ПІДЛІТКІВ В УМОВАХ СОЦІАЛЬНОЇ НЕСТАБІЛЬНОСТІ ТА ЇЇ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК З ОСОБИСТІСНОЮ ТРИВОЖНІСТЮ

Резюме

Соціально-психологічна адаптація підлітків є важливою умовою їхнього психологічного благополуччя та успішного функціонування в освітньому середовищі. В умовах соціальної нестабільності, пов'язаної з тривалим впливом воєнних подій, зростає значення чинників, які визначають адаптаційні можливості особистості, серед яких особливе місце посідає особистісна тривожність.

Мета дослідження *- встановити особливості взаємозв'язку соціально-психологічної адаптації та особистісної тривожності підлітків в умовах соціальної нестабільності.*

Методи. *У дослідженні взяли участь 71 учень 9-х класів віком 14-15 років. Використано методику діагностики соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда та шкалу*