

ВИКОРИСТАННЯ ТЕХНІК АРТТЕРАПІЇ ЯК ЗАСІБ ПСИХОСОЦІАЛЬНОГО ВІДНОВЛЕННЯ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ ЧЛЕНІВ РОДИН ВІЙСЬКОВОСЛУЖБОВЦІВ

Стеценко Алла Іванівна

кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології
Університету Григорія Сковороди в Переяславі
ORCID ID: 0000-0001-7451-2488

Струпова Ірина Григорівна

здобувачка вищої освіти кафедри практичної психології
Університету Григорія Сковороди в Переяславі

У статті досліджується проблема психоемоційного стану членів родин військовослужбовців у контексті тривалого соціального напруження, спричиненого воєнними подіями. Проведено теоретичний аналіз основних психологічних підходів до вивчення емоційних станів особистості в умовах хронічного стресу, психотравм та емоційної нестабільності. Окреслено специфіку переживань, характерних для родин військовослужбовців, як-от підвищена тривожність, емоційне виснаження, гіпервідповідальність, пригніченість і труднощі в адаптації. Особливу увагу приділено чинникам, що впливають на психоемоційне реагування в родинному середовищі: тривалому очікуванню, страху за життя близької людини, зміні життєвих ролей, високому рівню невизначеності та соціальній ізоляції. Підкреслюється необхідність раннього виявлення деструктивних емоційних проявів і запровадження психопрофілактичних та психокорекційних заходів. Арттерапія представлена як ресурсний напрям інтегративної психологічної допомоги, що гарантує безпечне середовище для емоційного вираження, символічного опрацювання травматичного досвіду та поступового емоційного відновлення. Розглянуто можливості використання таких технік, як ізотерапія, музикотерапія, драматерапія, танцювально-рухова терапія, колаж, артцоденник, з метою стабілізації емоційного фону, зниження внутрішньої напруги та підтримки саморегуляції. У межах статті здійснено первинне емпіричне дослідження з метою виявлення особливостей емоційного стану членів родин військовослужбовців. За результатами діагностики зафіксовано типові емоційні прояви: високий рівень тривожності, емоційне виснаження, порушення сну, часті коливання настрою. На основі отриманих даних запропоновано методичні рекомендації щодо впровадження арттерапевтичних практик у психологічну роботу з цією категорією осіб з урахуванням принципів етапності, індивідуального підходу та емоційної безпеки.

Ключові слова: емоційний стан, родини військовослужбовців, арттерапія, психоемоційна підтримка, діагностика, стрес, методичні рекомендації.

Stetsenko A., Strupova I. APPLICATION OF ART THERAPY TECHNIQUES AS A MEANS OF PSYCHOSOCIAL RECOVERY OF THE EMOTIONAL STATES OF FAMILY MEMBERS OF MILITARY SERVICEMEN

This article explores the issue of the psycho-emotional state of military families in the context of prolonged social tension caused by ongoing military events. A theoretical analysis of key psychological approaches to studying emotional states under chronic stress, psychological trauma, and emotional instability is presented. The specific emotional experiences typical for military families are outlined, including heightened anxiety, emotional exhaustion, hyper-responsibility, depressive reactions, and difficulties in adaptation. Particular attention is paid to the factors influencing psycho-emotional responses within the family environment, such as prolonged anticipation, fear for the life of a loved one, changes in life roles, high levels of uncertainty, and social isolation. The necessity of early detection of destructive emotional manifestations and the implementation of psychoprophylactic and psychocorrective interventions is emphasized. Art therapy is presented as a resource-oriented approach within integrative psychological support that provides a safe space for emotional expression, symbolic processing of traumatic experiences, and gradual emotional recovery. The article examines the potential of art therapy techniques such as visual art therapy, music therapy, drama therapy, dance/movement therapy, collage-making, and art journaling in stabilizing emotional states, reducing internal tension, and enhancing self-regulation. The article also presents a preliminary empirical study aimed at identifying the emotional characteristics of family members of military personnel. The diagnostic findings revealed common emotional symptoms, including high levels of anxiety, emotional exhaustion, sleep disturbances, and mood fluctuations. Based on the collected data, methodological recommendations were developed for the application of art therapy practices in psychological work with this population, taking into account the principles of stage-by-stage intervention, individualized approaches, and emotional safety.

Key words: emotional state, military families, art therapy, psycho-emotional support, diagnosis, stress, methodological recommendations.

Вступ. У сучасних умовах війни в Україні психологічне навантаження на членів родин військовослужбовців суттєво зросло. Щоденна тривога, очікування, страх за життя близьких, соціальна ізоляція та порушення звичного способу життя спричиняють формування хронічної тривожності, емоційного виснаження, пригніченості, дратівливості та соматичних проявів. Це створює нагальну потребу в ефективних підходах до психологічної підтримки цієї вразливої категорії населення.

Одним із найбільш перспективних напрямів психосоціального втручання є арттерапія – метод, що поєднує творче самовираження з психокорекційним впливом і забезпечує безпечне середовище для емоційного опрацювання травматичного досвіду. Проте в роботі з родинами військових досі бракує систематизованих методичних рішень щодо застосування арттерапії з урахуванням їхніх психоемоційних особливостей, що актуалізує потребу в комплексному дослідженні та практичному впровадженні відповідних підходів.

Вивченням проблематики застосування арттерапії в роботі з різними категоріями населення, зокрема в умовах психотравм та кризових станів, займалися такі науковці, як Ю. Бриндіков, О. Карапетрова, К. Пасько, Т. Перепелюк, А. Джулай, С. Ольховецький, Л. Фальківська, Ю. Фоміних. У своїх працях дослідники розглядали можливості арттерапії як засобу реабілітації учасників бойових дій, корекції тривожних та кризових станів, підтримки психічного здоров'я в умовах війни. Попри наявність наукових напрацювань, питання систематичного використання арттерапевтичних технік у психосоціальній підтримці членів родин військовослужбовців залишається актуальним, з огляду на зростання кількості осіб, які потребують комплексного емоційного відновлення в умовах війни та постійного стресового навантаження.

Мета статті – обґрунтувати доцільність використання технік арттерапії як засобу психосоціального відновлення емоційних станів членів родин військовослужбовців та надати методичні рекомендації для їх практичного застосування.

У сучасних психологічних дослідженнях емоційний стан особистості розглядається як результат її взаємодії з навколишнім середовищем, що відображає внутрішній психологічний фон і є чутливим до дії стресових чинників. Особливо актуальним є вивчення емоційних станів у контексті психотравматизації, коли людина стикається з загрозами для себе або своїх близьких, переживає втрати, втрату контролю над життям чи дезадаптацію. У таких ситуаціях формуються інтенсивні, часто тривалі переживання тривоги, страху, безпорадності, гніву та пригнічення, які знижують адаптивність особистості та порушують її емоційне функціонування [3].

Психологічні підходи до вивчення емоційних станів у кризових умовах фокусуються на взаємозв'язку між когнітивною оцінкою подій, фізіологічними реакціями та емоційною регуляцією. Під впливом тривалого стресу в особистості порушуються механізми саморегуляції, знижуються внутрішні ресурси, а негативні емоції можуть трансформуватись у стійкі розлади. Особливо небезпечною є кумулятивна дія стресу, характерна для умов війни, коли травматичний досвід стає хронічним і багатовимірним [4].

У таких умовах особливої уваги потребують копінг-стратегії – внутрішні механізми, які забезпечують здатність людини адаптуватися до стресу. Як зазначають Т. Перепелюк, А. Джулай та С. Ольховецький, «соціальна адаптація, у тому числі й до втрати рідних, значною мірою базується на копінгах. Одним із найбільш ефективних методів розвитку адаптивних копінгів є арттерапія» [5, с. 148–149].

Члени родин військовослужбовців є однією з найбільш вразливих категорій населення у воєнний період. Вони щодня перебувають під впливом сильних емоційних переживань, спричинених невизначеністю, страхом за життя близьких, змінами в родинних ролях, тривалим очікуванням, а також необхідністю пристосовуватися до нових соціально-економічних реалій. Це призводить до підвищеної тривожності, емоційного виснаження, нестабільності настрою, порушень сну, соматизації психічних проблем [2].

Соціальна ізоляція, нерозуміння з боку оточення, замовчування емоцій з метою «бути сильними» або «не турбувати військового» ще більше поглиблюють внутрішню напругу та блокують природні механізми емоційного розвантаження. Як показують емпіричні спостереження, ці родини часто не звертаються по допомогу до фахівців, або звертаються із запізненням, коли вже наявні порушення функціонування в різних сферах життя [6, с. 351].

Дослідження Ю. Фоміних, проведене в контексті застосування арттерапії в роботі з ПТСР, засвідчує, що саме в родинах військових проявляються приховані, хронічні форми психоемоційної дезадаптації, які потребують тривалої, делікатної та безпечної психологічної підтримки [7, с. 42–45].

Психоемоційні особливості членів родин військовослужбовців формуються під впливом не лише індивідуального психотравматичного досвіду, а й соціального контексту, що ускладнює процес адаптації та підвищує потребу в комплексному психокорекційному супроводі.

Арттерапія як метод психокорекції базується на використанні творчої діяльності для вираження й опрацювання емоцій, які важко вербалізувати. Її перевагою є можливість активізації ресурсних станів, включення підсвідомих механізмів зіцнення, а також безпечне проживання травматичного досвіду через символічні образи. У колективній монографії «Арттерапія і війна» [1] узагальнено як теоретичні

підходи, так і практичний досвід психологів, які працюють із наслідками травм війни, зокрема з членами родин військових

Як зазначає Л. Фальківська, в умовах війни арттерапія набуває особливої цінності як засіб підтримки психічного здоров'я та емоційного відновлення. До ефективних форм належать: «малювання та живопис як спосіб вираження емоцій і збереження психологічної стійкості; ліплення з глини чи пластиліну, що сприяє заспокоєнню й фізичному самовираженню; створення колажів та креативних проєктів, які допомагають осмислити пережиті події; а також групова арттерапія, що зміцнює відчуття підтримки, взаємодії та спільного подолання стресу» [6, с. 352].

У статті О. Карапетрової акцентується увага на ролі методів арттерапії в корекції тривожних станів особистості. Авторка доводить, що «активна участь у творчому процесі сприяє зниженню психоемоційної напруги, покращенню саморефлексії та формуванню позитивного емоційного фону» [3, с. 236–238].

Аналогічну думку висловлює і К. Пасько, описуючи власну авторську техніку «Пінні варіації», яка дає змогу клієнтам безпечно й ефективно працювати з інтенсивними емоціями та тілесними реакціями на травму [4].

Зі свого боку, Ю. Бриндіков обґрунтовує ефективність арттерапії в процесі психологічної реабілітації військовослужбовців. Водночас він зазначає, що «її потенціал може бути успішно адаптований і для роботи з членами їхніх родин, особливо у випадках прихованих посттравматичних станів та порушення емоційної комунікації в сім'ї» [2, с. 108].

Арттерапія постає як багатовимірний і гуманний інструмент впливу на емоційний стан людини, що поєднує м'якість творчого самовираження з глибиною терапевтичного процесу. Її застосування в роботі з членами родин військовослужбовців є не лише доцільним, а й необхідним компонентом системи комплексної психологічної підтримки у воєнний і поствоєнний періоди.

Матеріали та методи. Відповідно до мети дослідження, нами використано комплекс емпіричних методів, спрямованих на вивчення емоційних станів членів родин військовослужбовців. Застосовано такі методи: спостереження, напівструктурована бесіда, аналіз продуктів арттерапевтичної діяльності, а також такі діагностичні методики:

1. Методика оцінки рівня тривожності (Спілбергер–Ханін) в адаптації Ю. Ханіна. Дає змогу диференційовано виміряти ситуаційну (реактивну) та особистісну тривожність. Налічує дві шкали по 20 тверджень, які оцінюють за чотирибальною системою.

2. Шкала депресії О. Балашової. Методика дає змогу виявити рівень емоційної пригніченості, апатії, зниження життєвого тону, внутрішнього напруження та когнітивної ригідності. Містить 21 пункт із чотирма градаціями відповідей, результати інтерпретуються за рівнями депресивності (низький, середній, високий).

3. Проєктивна методика «Мій теперішній емоційний стан». Є арттерапевтичним засобом, який дає змогу через образотворче самовираження виявити приховані емоції, актуальний емоційний фон, внутрішню динаміку переживань. Респондентам пропонувалося за допомогою кольору, форми та композиції зобразити свій емоційний стан у довільній формі. Далі проводився якісний аналіз зображень, вербалізація змісту та інтерпретація символів.

Застосовано також статистичні методи обробки даних: для аналізу розбіжностей між показниками – *t*-критерій Стюдента для незалежних вибірок, а для виявлення зв'язків між змінними – коефіцієнт рангової кореляції Спірмена. Обробку даних здійснено за допомогою програмного забезпечення IBM SPSS Statistics 21, що забезпечило точність розрахунків та можливість побудови інтерпретаційних висновків.

Вибірка дослідження становила 58 осіб із 30 родин військовослужбовців, які перебувають на службі або є учасниками бойових дій. До вибірки увійшли дружини, чоловіки, а також підлітки віком від 13 до 17 років (у деяких родинах – по двоє). Частина сімей не має дітей, частина представлена лише одним із подружжя. Критеріями включення були: наявність члена родини, який перебуває або перебував на військовій службі з початку повномасштабного вторгнення, а також згода на участь у дослідженні.

Результати. У результаті проведення діагностики за методикою Спілбергера – Ханіна отримано дані щодо рівнів реактивної (ситуативної) та особистісної тривожності у вибірці з 58 осіб, які є членами родин військовослужбовців. Респонденти заповнили обидві частини шкали, що дало змогу охопити як актуальний емоційний стан, так і глибинні особистісні характеристики тривожності. Діапазон показників реактивної тривожності (далі – РТ) коливався від 28 до 58 балів, а особистісної тривожності (далі – ОТ) – від 30 до 55 балів. Аналіз результатів показав, що в більшості учасників діагностовано помірний рівень тривожності, як реактивної, так і особистісної. Однак частина респондентів демонструє стійко підвищені показники, що свідчить про наявність глибшого емоційного напруження.

Отримані результати свідчать про те, що більшість респондентів (понад 65 %) має помірний рівень тривожності, що можна розглядати як емоційну реакцію на нестабільну соціальну ситуацію, пов'язану з війною та відсутністю близької людини. Близько чверті досліджуваних (24,2 %) демонструють високий рівень реактивної тривожності, що вказує на гостру емоційну напругу в момент дослідження. Високий рівень особистісної тривожності виявлено у 29,3 % респондентів, що свідчить про схильність

Таблиця 1

Рівні тривожності за методикою Спілберґера – Ханіна серед членів родин військовослужбовців (n = 58)

Рівень тривожності	Реактивна тривожність (РТ)	% від загальної кількості	Особистісна тривожність (ОТ)	% від загальної кількості
Низький (до 30 балів)	6 осіб	10,3 %	4 особи	6,9 %
Помірний (31–44 бали)	38 осіб	65,5 %	37 осіб	63,8 %
Високий (45 балів і вище)	14 осіб	24,2 %	17 осіб	29,3 %

до тривожного реагування як особистісну рису. Низький рівень тривожності характерний лише для незначної частини вибірки. Отже, результати вказують на підвищену емоційну вразливість учасників та підтверджують необхідність упровадження психопрофілактичних заходів, зокрема арттерапевтичного спрямування.

У межах дослідження емоційного стану членів родин військовослужбовців застосовано Шкалу депресії Т. Балашової. Методика дає змогу виявити рівень депресивних проявів, зокрема таких, як пригніченість, втома, емоційне виснаження, зниження мотивації, апатія, а також порушення когнітивного й соматичного функціонування. Згідно з отриманими результатами, понад половина респондентів (53,4 %) перебуває в межах норми, не виявляючи клінічно значущих симптомів депресії. Це може свідчити про збереження емоційної рівноваги, адаптивних копінг-стратегій і підтримувального соціального середовища. Водночас 25,9 % осіб демонструють легкий рівень ситуативної депресії, що є типовим для психоемоційного реагування на тривалий стресовий фактор. Субдепресивний стан виявлено в 15,5 % учасників, що потребує психологічної підтримки та подальшого спостереження. Лише 5,2 % респондентів мають показники високого рівня депресії, що може свідчити про загострені форми емоційної дезадаптації, зниження життєвої енергії та почуття безнадії.

Результати підтверджують наявність емпірично значущого рівня емоційної пригніченості в частини досліджуваних, що свідчить про потребу впровадження індивідуалізованих психокорекційних програм з акцентом на ресурсні, гуманістично орієнтовані методи, зокрема арттерапевтичного спрямування (табл. 2).

Таблиця 2

Рівні депресивних проявів за Шкалою депресії О. Балашової серед членів родин військовослужбовців (n = 58)

Рівень депресії	Кількість осіб	% від загальної кількості
У межах норми (20–50 балів)	31	53,4 %
Легка ситуативна / стресова депресія (51–59 балів)	15	25,9 %
Субдепресивний стан (60–69 балів)	9	15,5 %
Високий рівень депресії (70–80 балів)	3	5,2 %

Для глибшого розуміння емоційного стану членів родин військовослужбовців у дослідженні була використана проєктивна методика «Мій теперішній емоційний стан», що належить до арттерапевтичних засобів. Респондентам (n = 58) пропонувалося на аркуші паперу в довільній формі, використовуючи будь-які кольори, форми, лінії та композиційні елементи, візуалізувати свій емоційний стан на момент дослідження. Після завершення творчої частини відбувалася коротка бесіда (вербалізація), під час якої учасники мали змогу пояснити, що саме зображено, які емоції або відчуття були вкладені в малюнок. Надалі здійснювався якісний психологічний аналіз малюнків з урахуванням використаної кольорової палітри, просторових композицій, інтенсивності штрихів, наявності символів та метафоричних образів.

Аналіз малюнків показав, що понад половина учасників (близько 60 %) використовувала темні або приглушені кольори (сірий, темно-синій, коричневий, чорний), що свідчить про внутрішню напругу, тривожність, почуття пригніченості або емоційного виснаження. У низці робіт виявлено фрагментовану композицію, символи замкнених форм (кола, стіни, клітини), що інтерпретується як відчуття обмеженості, безвиході, ізоляції. Деякі учасники (приблизно 20 %) зображали конфліктні або протилежні елементи: поєднання темного фону з окремими яскравими плямами кольору, що свідчить про наявність внутрішньої боротьби, прагнення до надії, але водночас нестабільність емоційного стану.

Позитивні, гармонійні кольорові рішення (пастельні тони, жовтий, блакитний, зелений), збалансовані композиції та відкриті просторові структури були присутні в малюнках приблизно 20 % респондентів, що свідчить про збережену емоційну стабільність, адаптаційні ресурси та наявність конструктивних копінг-стратегій.

У вербалізаціях часто траплялися метафоричні образи: «порожнеча», «чорна дорога», «вузький тунель», «розірване серце», але також «промінь світла», «дерево на вітрі», «руки, що тримають».

Це відображає намагання учасників усвідомити та трансформувати внутрішні переживання, навіть у стані емоційного навантаження.

Отримані результати проєктивної методики свідчать про переважання тривожних, напружених та суперечливих емоційних переживань серед досліджуваних. Однак у значної частини респондентів простежуються елементи внутрішньої стійкості, образи підтримки та надії, що створює підґрунтя для подальшої психокорекційної роботи. Методика показала високу ефективність як інструмент первинної діагностики, а також потенціал для подальшого використання в арттерапевтичному супроводі.

Для виявлення зв'язків між різними параметрами емоційного стану членів родин військовослужбовців проведено кореляційний аналіз між показниками за методикою Спілберґера – Ханіна (РТ і ОТ), шкалою депресії (О. Балашова) та якісними результатами проєктивної методики «Мій теперішній емоційний стан». Для кількісного аналізу застосовано коефіцієнт рангової кореляції Спірмена, оскільки частина змінних мала порядкову шкалу.

Отримані результати свідчать про наявність статистично значущих позитивних кореляцій між показниками особистісної та реактивної тривожності і рівнем депресії: $r = 0,62$ та $r = 0,69$ відповідно. Це дає змогу зробити висновок, що підвищена тривожність прямо пов'язана з більш вираженими депресивними проявами (табл. 3).

Таблиця 3

Кореляційні зв'язки між показниками тривожності, депресії та емоційної виразності ($n = 58$)

Показники	РТ (реактивна тривожність)	ОТ (особистісна тривожність)	Рівень депресії
Рівень депресії	$r = 0,62$	$r = 0,69$	–
Напруженість за проєктивною методикою	$r = 0,58$	$r = 0,61$	$r = 0,66$
Гармонійність зображення	$r = -0,51$	$r = -0,55$	$r = -0,59$

Також виявлено високий ступінь кореляції між індикаторами емоційної напруги, зафіксованими в проєктивних малюнках, та результатами обох шкал – тривожності й депресії ($r = 0,58–0,66$).

Негативний кореляційний зв'язок між гармонійністю малюнків та рівнем тривожності / депресії (r від $-0,51$ до $-0,59$) свідчить про те, що учасники з більш збалансованим емоційним станом демонструють позитивніші образи, відкриті форми та кольорові рішення. Так, проєктивна методика підтвердила свою діагностичну валідність, а емоційні характеристики, які вона виявляє, узгоджуються з даними об'єктивних психодіагностичних інструментів.

Загалом результати кореляційного аналізу дають підстави стверджувати, що емоційний стан членів родин військовослужбовців характеризується взаємопов'язаністю між тривожністю, депресивністю та образним самовираженням, що має вагоме значення для подальшого планування психокорекційної роботи – зокрема, через методи арттерапії.

Спираючись на результати емпіричного дослідження, у якому виявлено значний відсоток осіб із підвищеними показниками тривожності, емоційного виснаження та пригніченості, розроблено методичні рекомендації щодо застосування арттерапевтичних технік у роботі із членами родин військовослужбовців. Результати кореляційного аналізу підтвердили тісний зв'язок між тривожними та депресивними проявами й характером образотворчого самовираження, що свідчить про доцільність використання ресурсних проєктивних підходів, зокрема арттерапії як психокорекційного засобу.

Арттерапевтична робота з цією категорією клієнтів має будуватися на принципах безпечного середовища, поступовості, емоційної підтримки та ненасильницького контакту. Методичні рекомендації містять такі ключові підходи:

1. На етапі встановлення контакту доцільно використовувати техніки кольорової розвідки, спонтанного малюнка, артшоденника, які дають змогу м'яко актуалізувати емоційні переживання без необхідності вербалізації.

2. У процесі стабілізації емоційного стану рекомендується застосовувати ізотерапію, роботу з мандалами, метафоричні колажі та природні матеріали, що сприяють зниженню рівня внутрішньої напруги, поверненню контролю та стабілізації психоемоційного фону.

3. На етапі ресурсування та зміцнення адаптивних стратегій ефективними є техніки «Моє місце сили», «Дерево мого життя», артметафоричне моделювання позитивного майбутнього, спрямовані на активізацію внутрішніх ресурсів, надії, формування відчуття опори.

4. Групова арттерапія рекомендована як додатковий формат для формування підтримувального середовища, розвитку навичок емоційної саморегуляції, підвищення соціальної згуртованості та зменшення відчуття ізоляції.

Окрему увагу необхідно приділяти віковим та індивідуальним особливостям клієнтів. Для підлітків ефективними є динамічні та інтерактивні техніки: коміксотерапія, артігри, казкотерапевтичне

моделювання, тоді як для дорослих – глибші рефлексивні практики з елементами символдрами, артметафор та тілесного малюнка.

Висновки. Узагальнюючи результати теоретичного аналізу, емпіричного дослідження та практичних розробок, можна стверджувати, що техніки арттерапії є ефективним, гуманним і науково обґрунтованим засобом психосоціального відновлення емоційного стану членів родин військовослужбовців, які перебувають у стані хронічного стресу, тривоги та емоційного виснаження внаслідок війни. Виявлені високі показники тривожності, депресивних тенденцій і проявів емоційної напруги свідчать про потребу в делікатному, але глибокому психокорекційному втручанні, яке забезпечує арттерапія, створюючи безпечний простір для невербального вираження травматичного досвіду, активізації внутрішніх ресурсів і відновлення психологічної рівноваги. Встановлені статистично значущі кореляції між діагностованими психоемоційними проявами та результатами проєктивного малюнка підтверджують діагностичну цінність арттерапевтичних методик й обґрунтовують доцільність їх застосування як на етапі психодіагностики, так і в подальшому психокорекційному супроводі. Розроблені методичні рекомендації охоплюють як індивідуальні, так і групові підходи, враховуючи вік, емоційний стан і рівень психологічної готовності клієнтів, що дає змогу створити ефективну систему психологічної допомоги родинам військовослужбовців у період війни та посттравматичної адаптації.

Література:

1. Арттерапія і війна: контексти і досвід практичної роботи : колективна монографія / за заг. ред. Н. Кальки, Г. Одинцової. Львів : ЛьвДУВС, 2023. 283 с.
2. Бриндіков Ю. Л. Арт-терапія у реабілітації військовослужбовців-учасників бойових дій. *Збірник наукових праць Хмельницького інституту соціальних технологій Університету «Україна» / голова редкол. Чайковський М. Є. Хмельницький : ХІСТ, 2018. № 1(15). С. 106–110*
3. Карапетрова О. В. Використання методів арттерапії у роботі психолога з корекції тривожних станів особистості. *Вісник Університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія». Педагогічні науки. 2020. № 2 (20). С. 234–239.*
4. Пасько К. М. Техніки арт-терапії в роботі з кризовими станами особистості. Авторська техніка «Пінні варіації». Харківський осінній марафон психотехнологій : збірник матеріалів IV науково-практичної конференції (каталог психотехнологій; тези доповідей), 31 жовтня 2020 р., м. Харків. Харків : Діса плус, 2020. С. 33–34.
5. Перепелюк Т., Джулай А., Ольховецький С. Особливості використання арттерапії у роботі з членами родин військових. *Психологічний журнал. 2024. № 12. С. 146–154.*
6. Фальківська Л. Арттерапія як метод підтримки психічного здоров'я в умовах війни. *Актуальні проблеми психічного здоров'я: Збірник наукових праць [за матеріалами Всеукраїнської студентської інтернет-конференції (м. Житомир, 21 травня 2024 р.)]. Житомир : Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2024. С. 351–354*
7. Фоміних Ю. І. Особливості застосування методу арттерапії в роботі з ПТСР : кваліфікац. робота на здобуття ступеня магістра за спец. 053 «Психологія» ; наук. керівник М. В. Папуча ; МОН України, Ніжинський держ. ун-т ім. Миколи Гоголя, ф-т педагогіки, психології, соціальної роботи та мистецтв, каф. заг. та практ. психології. Ніжин, 2023. 79 с.

References:

1. Kalki, N., & Odintsova, H. (Eds.). (2023). *Artterapiia i viina: konteksty i dosvid praktychnoi roboty* [Art therapy and war: contexts and practical experience]. Lviv: LvDUVS, 283 p. [in Ukrainian].
2. Bryndikov, Yu.L. (2018). *Art-terapiia u rehabilitatsii viiskovosluzhbivtsiv-uchasnykiv boiovykh dii* [Art therapy in the rehabilitation of combatants]. *Zbirnyk naukovykh prats Khmelnytskoho instytutu sotsialnykh tekhnolohii Universytetu "Ukraina"*, 1(15), 106–110 [in Ukrainian].
3. Karapetrova, O.V. (2020). *Vykorystannia metodiv artterapii u roboti psykhologa z korektsii tryvoznykh staniv osobystosti* [The use of art therapy methods in a psychologist's work on correcting anxiety states of the individual]. *Visnyk Universytetu imeni Alfreda Nobelia. Seriya "Pedahohika i psykholohiia". Pedahohichni nauky*, 2(20), 234–239 [in Ukrainian].
4. Pasko, K. M. (2020). *Tekhniki art-terapii v roboti z kryzovymy stanamy osobystosti. Avtorska tekhnika "Pinni variatsii"* [Art therapy techniques in working with personality crisis states. Author's technique "Pinni variations"]. *Kharkivskiy osinnii marafon psykhotehnolohii: zbirnyk materialiv IV naukovo-praktychnoi konferentsii (kataloh psykhotehnolohii; tezy dopovidei)*, Kharkiv, October 31, Kharkiv : Disa plus, 33–34. [in Ukrainian].
5. Perepeliuk, T., Dzhulai, A., & Olkhovetskyi, S. (2024). *Osoblyvosti vykorystannia artterapii u roboti z chlenamy rodyn viiskovykh* [Peculiarities of using art therapy in work with military families]. *Psykhologichnyi zhurnal*, 12, 146–154 [in Ukrainian].
6. Falkivska, L. (2024). *Artterapiia yak metod pidtrymky psykhichnoho zdorovia v umovakh viiny* [Art therapy as a method of supporting mental health in wartime]. *Aktualni problemy psykhichnoho zdorovia: Zbirnyk naukovykh prats (za materialamy Vseukrainskoi studentskoi internet-konferentsii, Zhytomyr, May 21, 2024)*, Zhytomyr: Vyd-vo ZhDU imeni Ivana Franka, 351–354. [in Ukrainian].
7. Fominykh, Yu. I. (2023). *Osoblyvosti zastosuvannia metodu artterapii v roboti z PTSD* [Features of using the art therapy method in working with PTSD]. Master's qualification thesis in Psychology (specialty 053 "Psychology"), scientific supervisor M. V. Papucha. Nizhyn: Nizhynskiy derzhavnyi universytet imeni Mykoly Hoholia, Faculty of Pedagogy, Psychology, Social Work and Arts, Department of General and Practical Psychology, 79 p. [in Ukrainian].

Стаття надійшла до редакції 28.08.2025
Статтю прийнято до публікації 15.09.2025
Стаття опублікована 16.10.2025