



# ІННОВАЦІЙНІ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ

ЗБІРНИК НАУКОВИХ СТАТЕЙ  
міжнародної наукової інтернет-конференції

12 березня 2020

м. Переяслав

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**ДВНЗ «ПЕРЕЯСЛАВ-ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ  
ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ІМЕНІ ГРИГОРІЯ СКОВОРОДИ»**

# **ІННОВАЦІЙНІ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧНІ ТЕХНОЛОГІЇ**

**Збірник наукових статей  
міжнародної наукової інтернет-конференції**

*12 березня 2020 р.  
м. Переяслав*

**Рецензенти:**

**В. В. Волошина**, доктор психологічних наук, професор, професор кафедри теоретичної та консультативної психології факультету психології Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова

**Ю. М. Кашпур**, кандидат психологічних наук, доцент, завідувач кафедри теоретичної та консультативної психології факультету психології Національного педагогічного університету імені М.П.Драгоманова

Рекомендовано до друку рішенням Вченої ради  
ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний  
університет імені Григорія Сковороди»  
(протокол № 8 від 26.05.2020 року)

**Інноваційні арт-терапевтичні технології: збірник наукових статей міжнар. наук. інтернет-конф.**, 12 березня 2020 р., м. Переяслав / [за заг. ред.: В. А. Вінс ] / Переяслав (Київ. Обл.): Домбровська Я. М., 2020. –155 с.

У статтях наукової інтернет-конференції «Інноваційні арт-терапевтичні технології» окреслено найбільш актуальні питання дослідження інноваційних арт-терапевтичних технологій. Презентовано актуальні дослідження провідних науковців і практиків, а також молодих дослідників-студентів щодо сучасних розробок в галузі арт-терапії, специфіки використання арт-терапії в освіті, ролі арт-терапевтичного безпечного простору у підтримці фізичного, психічного і духовного здоров'я людини, особливостей використання арт-терапії у соціальних програмах і проектах, можливостей арт-терапії при супроводі соматичних і психосоматичних порушень у клієнтів; використання арт-терапевтичних практик у роботі з людьми похилого віку та людьми з особливими потребами та ін.. Матеріали учасників конференції адресуються тим, хто здійснює психологічний супровід засобами арт-терапії, фахівцям психолого-педагогічної, соціальної галузей, студентам, аспірантам, усім тим, хто цікавиться сучасним станом розвитку арт-терапії.

## ЗМІСТ

### **Бочаріна Наталія**

Особливості формування емоційної стабільності у людей похилого віку засобами арттерапії..... 6

### **Володарська Наталія**

Арт-терапевтичні засоби психокорекції проявів почуття благополуччя особистості у кризових ситуаціях..... 13

### **Володченко Жанна, Щелочева Христина**

Застосування клоунотерапії у роботі соціального працівника з онкохворими дітьми..... 18

### **Грек Олена**

Арт-терапія як засіб роботи з тривожними підлітками з неповних сімей в умовах рекреації..... 22

### **Девічинська Ірина**

Сучасні арт-терапевтичні підходи в роботі з учнями з порушеннями слуху..... 25

### **Дучимінська Тамара, Романенко Надія**

Застосування методів арт-терапії для профілактики та корекції агресивної поведінки дітей ..... 28

### **Захарова Анастасія, Рудічєва Наталія**

Використання казкотерапії для корекції сором'язливості молодших школярів..... 31

### **Зінченко Надія**

Розвиток навичок соціальної взаємодії підлітків засобами sandplay (пісочної терапії)... 36

### **Іващенко Альона**

Арт-терапія як метод активізації саморозвитку майбутніх психологів ..... 40

### **Колишкін Олександр**

Формування соціальної активності дітей із затримкою психічного розвитку засобами арт-терапії..... 44

### **Кресан Ольга**

Застосування арт-терапії у процесі переживання та усвідомлення травматичних життєвих подій..... 49

### **Кроtenко Валентина, Виборнова Єлизавета**

Роль проєктивних методик у створенні арт-терапевтичного простору для підтримки психічного здоров'я дітей та підлітків..... 53

### **Кузьменко Тетяна**

Дослідження життєвого шляху клієнтів з проявами емоційної нестабільності засобами арт-технік..... 57

### **Лунаренко Світлана, Гадада Юлія**

Дослідження дитячих малюнків..... 64

### **Магдисюк Людмила, Бульчик Тамара**

Артбук як сучасна форма збереження та структурування наративів особистості..... 69

### **Магдисюк Людмила, Збишко Анастасія**

Особливості впливу арт-терапевтичних методик на емоційні переживання під впливом страху майбутнього у осіб пізньої зрілості..... 73

### **Магдисюк Людмила, Павлова Богдана, Пасічко Вікторія Вікторівна**

Арт-терапевтичні методи впливу на міжособистісне спілкування осіб пізньої зрілості..... 77

### **Магдисюк Людмила, Рубцова Ірина**

Арт-терапія як засіб корекції тривожності у клієнтів..... 80

### **Магдисюк Людмила, Хлівна Олександра**

Арт-технології в роботі практичного психолога з особами пізньої зрілості..... 84

|                                                                                                                       |     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|
| <b>Малашевська Ірина</b>                                                                                              |     |
| Емоційно-коригувальний аспект використання музикотерапії у процесі музичного навчання дітей.....                      | 88  |
| <b>Міщенко Марина</b>                                                                                                 |     |
| Впровадження арт-терапевтичних практик в умовах інклюзивного навчання.....                                            | 92  |
| <b>Найдьорова Ганна, Щербіна Аліна</b>                                                                                |     |
| Арт-терапія у корекції комунікативної дизадаптації у дітей старшого дошкільного віку із ЗПП.....                      | 96  |
| <b>Переворська Олена, Кобзєва Ірина.</b>                                                                              |     |
| Розвиток творчого потенціалу студентської молоді в освітньому середовищі.....                                         | 101 |
| <b>Петрик Наталія, Пилипенко Наталія</b>                                                                              |     |
| Музикування в дитячому оркестрі за системою кольорових нот як ефективний засіб музичного виховання дошкільників.....  | 106 |
| <b>Рібиун Юлія</b>                                                                                                    |     |
| Пісочна терапія як засіб компенсації мовленнєвих порушень у дітей.....                                                | 114 |
| <b>Уварова Світлана</b>                                                                                               |     |
| Психолого-педагогічні аспекти розвитку творчих здібностей учнів молодшого шкільного віку засобами арт-педагогіки..... | 118 |
| <b>Ткаченко Анастасія</b>                                                                                             |     |
| Вплив арт-терапевтичних методів на розвиток дітей до 2-х років.....                                                   | 123 |
| <b>Ткачук Таїсія</b>                                                                                                  |     |
| Арт-терапія – зцілення мистецтвом.....                                                                                | 127 |
| <b>Федоренко Раїса</b>                                                                                                |     |
| Аналіз психологічних особливостей самотніх жінок.....                                                                 | 132 |
| <b>Хараджі Марина, Літвінова Марина</b>                                                                               |     |
| Психокорекція проявів інтернет-залежності засобами арттерапії.....                                                    | 135 |
| <b>Чеботарьова Олена</b>                                                                                              |     |
| «Азбука творчості» для дітей з комплексними порушеннями розвитку.....                                                 | 140 |
| <b>Чуркіна Вікторія, Вороніна Галина</b>                                                                              |     |
| Мистецькі практики (public art) в роботі з дітьми з особливими освітніми потребами .....                              | 145 |
| <b>Шейко Олеся, Жанна Володченко</b>                                                                                  |     |
| Арт-терапевтичні практики в гендерно-чутливому спілкуванні з дітьми, які мають особливі потреби.....                  | 150 |

5. Киселева М.В. Арт-терапия в работе с детьми: руководство для детских психологов, педагогов, врачей и специалистов, работающих с детьми. Санкт-Петербург: Речь, 2006. 160 с.

6. Дем'янчук Ю. Використання методів арт-терапії у роботі практичного психолога. *Прикладні аспекти психології особистісного зростання*: зб. наук.праць. Житомир, 2015. Вип. 1. С. 9-14.

**УДК: 159.9**

**Таїсія Ткачук**

*ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький ДПУ імені Григорія Сковороди»,  
доктор психологічних наук, професор,  
професор кафедри менеджменту освіти і практичної психології,*

### **АРТ-ТЕРАПІЯ – ЗЦІЛЕННЯ МИСТЕЦТВОМ**

У статті висвітлено проблему використання методів арт-терапії у психологічній практиці. Зазначається, що види арт-терапії, представлені у психології, відповідають існуючим видам мистецтв, а їх функція полягає не в тому, щоб виявляти психічні недоліки або порушення, а в тому, щоб актуалізувати внутрішній потенціал людини. Наголошується, що творча діяльність дозволяє людині «випасти з реальності», залучаючись до процесу малювання, у такий спосіб проектуючи та виражаючи свої неусвідомлювані чи приховані потреби, комплекси, витіснені переживання, мотиви, позитивні властивості тощо.

**Ключові слова:** арт-терапія, музикотерапія, танцювальна терапія, драмотерапія, казкотерапія, бібліотерапія, маскотерапія, ігротерапія, фототерапія.

**Актуальність дослідження.** Арт-терапія – це вид психотерапії та психологічної корекції, заснований на мистецтві та творчості. Хоч вона використовується не так давно, але стрімко розвивається і вже довела свою ефективність. Метод включає безліч різновидів, що дає можливість індивідуально підібрати найбільш корисні для кожного випадку техніки і усунути психологічні проблеми клієнта.

**Мета арт терапії** – це навчити клієнта бачити сенс у власній арт-терапевтичній продукції, вербалізувати його і зрозуміти взаємозв'язок між зображеним і власним внутрішнім досвідом.

**Виклад основного матеріалу.** Мистецтво – невидимий місток, що поєднує два протилежні світи: фантазії та реальності. Часто таємні бажання, підсвідомі почуття та емоції легше викласти у творчості, ніж виразити у словесній формі. Тому останнім часом великої популярності набуває метод за допомогою художньої творчості, або арт-терапія. Не маючи протипоказань, вона може бути використана не лише у психотерапії, а й у педагогіці та соціальній роботі, допомагаючи дізнатись людині більше як про саму себе, так і про оточуючих.

Арт-терапія, в основі якої лежать ідеї Фрейда та Юнга, – це не стільки лікування, скільки розвиток у людини властивої їй креативності, гармонізація та розвиток особистості, що допомагає при вирішенні проблем. Згідно з Фрейдом, внутрішнє «Я» людини виявляється у візуальній формі кожного разу, коли вона спонтанно щось малює чи ліпить, а образотворче мистецтво, маючи багато спільного з фантазіями та сновидіннями, виконує роль, що компенсує та знімає психічну напругу. К.Г.Юнг наголошував на важливості використання персональних та універсальних символів. Центральною фігурою в арт-терапевтичному процесі є не пацієнт як хвора людина, а особистість, яка прагне до саморозвитку й розширення діапазону своїх можливостей. Він вважав, що пацієнт, спираючись на «трансцендентні» властивості символів і власний творчий потенціал, здатен досягти самозцілення, а символічні образи несуть у собі способи вирішення внутрішньопсихічних конфліктів.

У науково-педагогічному розумінні арт-терапія розглядається як метод 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.

***Види та техніки арт-терапії.*** Види арт-терапії, представлені у психології, відповідають існуючим видам мистецтв. Виділяють власне арт-терапію, музикотерапію, танцювальну терапію, драмотерапію, казкотерапію, бібліотерапію, маскотерапію, етнотерапію, ігротерапію, кольоротерапію, фототерапію, лялькотерапію, оригамі тощо. Крім того, кожний із цих видів має безліч арт-терапевтичних технік, які застосовуються для вирішення внутрішніх і міжособистісних конфліктів, кризових ситуацій, вікових криз, травм, невротичних і психосоматичних розладів тощо.

*Малювання* – одна з основних технік арт-терапії. Воно може здійснюватися олівцем, свічковими олівцями, пастелями, олівцем, крейдою або деревним вугіллям.

*Графіка* – вид образотворчого мистецтва, для якого характерна перевага ліній і штрихів, використання контрастів білого і чорного й меншою мірою ніж у живописі, використання кольору. Арт твори можуть мати як монохромну, так і поліхромну гаму. В арт терапії графіку виконують на папері, гіпсокартоні, дереві, також мають місце ліногравія або структурний друк.

*Монотіпія* — це різновид графіки, виконаний шляхом малювання на гладкій поверхні, яка не поглинає фарби. Поверхнею (або матрицею) історично слугувала мідна пластина для гравюри, але в сучасних умовах використовуються також цинк, скло, органічне скло тощо. Після нанесення малюнка його переносять на лист паперу шляхом притискання, іноді з використанням друкарського верстату.

*Бібліотерапія.* Вибір, читання та обговорення книжок, уривків, художніх творів та ін., орієнтованих на коло проблем певного індивіда чи групи.

*Драмотерапія.* Театральні постановки на різну тематику сприятливо впливають на пам'ять, волю, уяву, почуття, увагу та мислення. У спектаклі можуть обіграватися ситуації з життя учасника групи, його взаємини та конфлікти з іншими людьми.

*Фототерапія.* Робиться серія авторських фотографій, які потім аналізуються. Важливим є використання сімейних фотографій, оскільки зображені події хоча й залишились у минулому, але підсвідомо вони продовжують впливати на людину. Фотографії допомагають пригадати минуле, усвідомити помилки, побачити образи.

*Маскотерапія.* Маска ліпиться на обличчі. Спочатку на шкіру наноситься крем, на який викладається перший шар паперу, а зверху приклеюється другий. Потім вона знімається й висушується, а далі розмальовується.

*Колаж* робиться з газетних і журнальних вирізок, природних матеріалів, фотографій, кольорового паперу. При виготовленні колажу не виникає напруги, пов'язаної з відсутністю художніх здібностей, саме тому він дозволяє кожному отримати успішний результат.

*Фільмотерапія:* перегляд кінофільмів та дискусія після перегляду. Запис відеофільмів.

*Музикотерапія* – використання різних жанрів музики, тренінг Шульца, гра на музичних інструментах, спів.

*Ліплення* з використанням пластиліну, глини, тіста тощо. Учасники групи можуть виліпити свій страх, подивитись і поламати, а потім створити протилежний стан – радості, щастя тощо.

*Танцювальна терапія.* Використання танцювальних вправ, рухів та імпрровізацій з музичним супроводом.

*Казкотерапія* заснована на використанні казки як архетипічної метафори з метою психодіагностики та психокорекції. Виокремлюють такі види казкотерапії: аналіз й інтерпретації обраної або створеної казки, використання архетипу та створення казок, медитативні казки, малювання та драмотерапія казки, казкова подорож.

*Виготовлення ікебан* – композицій із сухих і живих квітів, рослин, плодів та дарів природи (кора дерев, шишки, мох, мушлі, дерево, пір'я тощо), композицій у вазі, картин, кошиків. Сюди ж належать виготовлення та вирізання паперових повсякденних та святкових прикрас, оздоблення різних предметів тощо.

Комплексний метод – арт-синтезтерапія. Він ґрунтується на використанні поєднання живопису, віршування, драматургії та театру, риторики і пластики.

Терапевтичний ефект арттерапії складається з двох простих речей: залучення і дистанціювання. Творча діяльність дозволяє людині «випасти з реальності», залучаючись до процесу малювання. Це сприяє виходу з ситуації стресу. Крім того, «випадаючи» людина отримує найпростішу можливість самодистанціюватися. Відбувається релаксація в результаті відходу від складної життєвої ситуації. Нарешті, терапевтичний ефект проявляється в арт-продуктах та інших формах творчого самовираження і є ефективним засобом допомоги у процесі розв'язання складних життєвих ситуацій [1].

Функція арттерапії полягає не в тому, щоб виявляти психічні недоліки або порушення (В. Беккер-Глош), а в тому, щоб актуалізувати внутрішній потенціал людини. Вона здатна підтримувати аутентичність та відновлення гармонії особистості, прагне виявити її творчі здібності. Суб'єкт проектує,

виражає свої неусвідомлювані чи приховані потреби, комплекси, витіснені переживання, мотиви, позитивні властивості – усе те, що ще не набрало форми думок та дозволяє психологу отримати доступ до підсвідомого, іноді – до несвідомого клієнта.

Арттерапія поєднує використання в психологічній практиці візуальних мистецтв: малюнка, колажу, фотографій, ліплення, останніми роками поширилися танцювальна терапія, казкотерапія тощо.

Виділяють два основні механізми психологічного впливу характерних для методу арттерапії. Перший механізм полягає в тому, що мистецтво дає змогу в особливій символічній формі реконструювати конфліктну травматичну ситуацію і знайти її вирішення шляхом переструктурування цієї ситуації на основі креативних здібностей суб'єкта. Другий механізм пов'язаний із природою естетичної реакції, що дає змогу змінити дію афекту «від болісного до такого, який приносить насолоду». На думку Е. Келіш, зображувальні засоби можуть бути використані в психодіагностиці, консультуванні і психотерапії з різними типами клієнтів, у поєднанні з різними лікувальними заходами, на різних стадіях психотерапії, особливо в складних випадках, зокрема, із клієнтами, які не здатні або не схильні до вербального спілкування [5].

Як зазначають науковці, арттерапевтичні техніки дають можливість відносно безболісно приєднатися до глибинного психологічного матеріалу, стимулюючи опрацювання несвідомих переживань, забезпечуючи захищеність і знижуючи опір змінам [1, 3, 5, 6].

Чимало дослідників вважають методи арттерапії дієвими в психологічному консультуванні. Зокрема, наводяться такі переваги: створення творчого продукту відкриває підсвідомість і допомагає людям висловлювати приховані конфлікти, привносячи у свідомість думки і почуття, які були до цього заховані (Liebmann). Малюнок, світлина, казка виконують роль метафори для конфліктів, емоцій, ситуацій, що описуються клієнтами (Ulak & Cummings); допомагають людям в уявленні себе або своїх труднощів у конкретній, об'єктивній манері (Rubin); виступають у ролі містка між клієнтом і консультантом, особливо коли обговорюються проблеми, які бентежать або важкі для вербалізації, як-от насилля в сім'ї або сексуальне (Brooke, Liebmann, Trowbridge).

Методи і прийоми арттерапії в психотерапевтичному контакті набувають каталізуючого значення, що полегшує взаємодію із клієнтом. Певна інформація може бути засвоєна свідомістю лише завдяки її передачі за посередництва образів. Зарубіжні науковці визначають аргументи на користь ефективності використання образів у консультуванні: вони дозволяють виражати почуття, викликають різноманітні емоційні реакції і слугують психологічним змінам. Символічні образи стосуються як свідомого, так і несвідомого рівнів психічної діяльності, допомагають у розкритті проблемного психологічного матеріалу та подоланні захистів; техніки спонтанної та спрямованої уяви забезпечують психологічні зміни навіть за відсутності інтерпретацій (Liebmann, Brooke, Trowbridge).

Процес формування і створення візуальних образів стимулює

пожвавлення спогадів і фантазій, адже людина часто не усвідомлює, який психологічний зміст у них розкривається. Для консультативної роботи важливе положення, що інформація, яка трансформується крізь призму образів, не піддається цензурі свідомості. Водночас образи стосуються минулого і реального досвіду, а також дозволяють виражати уявлення про майбутнє: нові ситуації можуть бути змодельовані і програні в образній формі до того, як вони знайдуть своє вираження в реальній поведінці і будуть осмислені. Таким чином, арттерапевтичні засоби забезпечують доступ до переживань у випадках, коли їх неможливо вербалізувати, наприклад, через перенесену психічну травму.

**Висновки.** Отже, все вищевикладене дає змогу резюмувати, що творчість, реалізована у процесі арт-терапії, дає можливість висловити та відтворити внутрішні почуття, переживання, сумніви, конфлікти та сподівання у символічній формі переживши ще раз важливі події, адже спонтанна образотворча діяльність здатна виражати неусвідомлюваний зміст психічного життя.

Терапія мистецтвом є посередником у спілкуванні клієнта й терапевта на символічному рівні. Образи художньої творчості відображають усі види підсвідомих процесів, зокрема страхи, мрії, конфлікти, спогади. Таким чином, арт терапія сприяє самовираженню, розширенню суб'єктивного досвіду людини, самопізнанню, внутрішній інтеграції особистості (різних компонентів і аспектів), допомагає їй інтеграції із зовнішньою реальністю (етнічною, культурною, соціальною).

### Література

1. Арт-терапія: від світового досвіду до національних пріоритетів / Н. А. Гайструк [та ін.] // Мистецтво лікування. - 2014. - № 2. - С. 57-60.
2. Каяшева, О. И. Техники арт-терапии в психологическом консультировании клиентов / О. И. Каяшева // Психология в вузе. - 2014. - № 4. - С. 127-134.
3. Садовий, І. Мистецтво, здатне лікувати душі / І. Садовий // Фармацевт практик. - 2008. - № 4. - С. 95-97.
4. Арттерапія [Електронний ресурс] : інтернет-ресурс. - Електрон. текстовые дан. - 42 с. + 356 Кб.
5. Медведева, Е. А. Артпедагогика и арттерапия в специальном образовании [Электронный ресурс] : учеб. для вузов / Е. А. Медведева, И. Ю. Левченко, Л. Н. Комиссарова, Т. А. Добровольская. - Электрон. текстовые дан. - Москва : Академия, 2001. - 248 с. + 1,317 Кб.
6. Практикум по арт-терапии [Электронный ресурс] / ред. А. И. Копытин. - Электрон. текстовые дан. - Санкт-Петербург : Питер, 2001. - 448 с. : ил. + 15,226 Кб. - (Практикум по психологии).