

Міністерство освіти і науки України
Національний університет
«Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка»

Тези

**77-ї наукової конференції професорів,
викладачів, наукових працівників,
аспірантів та студентів університету**

ТОМ 2

16 травня – 22 травня 2025 р.

Полтава 2025

АРТТЕРАПІЯ В РОБОТІ З ДІТЬМИ ВПО

Сьогоднішня ситуація в Україні – війна і внутрішнє переміщення осіб, вплив на психологічне здоров'я – є викликом для психологів та арттерапевтів і ставить завдання з опрацювання травматичного досвіду всіх категорій клієнтів. Досвід, який проживають українські діти, часто є невимовним і таким, що кардинально трансформує їхнє життя та парадигму цінностей. Тому завданням для нас у роботі з дітьми, які втратили звичний спосіб існування (дітьми ВПО), було створення безпечного простору, де б вони могли довіритися і поділитися пережитим досвідом. Серед різноманіття методів впливу на психіку людини арттерапевтичні методи є найекологічнішими, бо саме вони через образне осмислення реальності змінюють фокус уваги дитини з травми на ресурс, що допомагає не уникати тригерів, а робити їх передбачуваними [1].

Для вироблення психологічної пружності та складання програми арттерапевтичних занять доречно використовувати модель CARING Children at Risk Intervention Group, що базується на Інтегративній моделі BASIC Ph, розробленій психологом Мулі Лахадом і його школою.

Термін «BASIC Ph» (вимовляється як «Бейсік фі») – акронім за початковими літерами складових моделі: В – Віра (віра може бути потужним фактором стійкості. Це може бути через релігію чи будь-які інші спільні переконання, що спираються на внутрішні базові цінності); А – Афект (почуття або емоції. Висловлюючи емоції, ми можемо ділитися страхами, гнівом, смутком тощо, і ці емоції підтверджуються зовні, через що ми відчуваємося менш самотніми); S – Соціальна підтримка (зменшення ізоляції разом із підвищенням соціальної відповідальності може відновити емоційну безпеку); І – Уява (творчість – метод подолання травми, яким діти особливо вправно користуються. Це надає можливості більш безпечного вивільнення почуттів через мистецтво, письмо, книгу, драму чи музику); С – Когнітивний (подолання негараздів та травм через вироблення конструктивних стратегій, що допомагають краще контролювати свою ситуацію); Ph – Фізична активність (фізична активність забезпечує непряме вивільнення почуттів) [2].

Наша арттерапевтична програма у роботі з дітьми внутрішньопереміщених осіб передбачала: створення безпечного середовища у групі, роботу із сенсами, підсилення природних ресурсів,

експресивне вивільнення емоцій, валідацію почуттів, набуття навичок міжособистісних взаєностосунків.

Перш ніж почати працювати з конкретними методиками, дітям необхідно отримати хоча б якийсь розуміння про травматичні реакції на стрес. Цілі цієї частини сесії полягають у трьох напрямках: надати дітям психоедукацію щодо поширених реакцій, щоб їхні власні проблеми стали визначеними та керованими; нормалізувати їхні реакції, щоб вони не почувалися самотніми та «не такими як раніше»; згуртувати дітей, щоб вони почали ділитися деякими своїми історіями про пережите. Цей процес психоедукації та нормалізації корисний для всіх арттерапевтичних сесій і служить загальною відправною точкою. Спочатку можна навести історію з книги, приклад історії іншої дитини, щоб у такий спосіб створити безпечне середовище, у якому діти зможуть ділитися власним досвідом.

Ми хочемо ознайомити із технікою «Сім'я у вигляді квітів», що допомагає клієнтові у безпечний та м'який спосіб для психіки описати особисту позицію, знайти соціальні ресурси.

Для виконання цієї техніки клієнту пропонують на аркуші А3 намалювати «Сім'ю у вигляді квітів». На наступному етапі цієї вправи клієнту пропонують відповісти на запитання: Що ви створили? Які почуття виникали, коли Ви зображали свою сім'ю на малюнку? Чи є на ньому Ви? Як відчувається Ваша квітка? Які почуття викликає у Вас малюнок? Чи відчували Ви щось у тілі під час малювання? Які члени сім'ї зображені тут? Які почуття вони відчують? Чи взаємодіють квіти? Чи є члени сім'ї, які мешкають з Вами, але відсутні на малюнку? Яку ситуацію із Вашого сімейного життя ілюструє цей малюнок? Чи хотілось би Вам, щось змінити?

В ході інтерпретації вправи психологу чи терапевту для роботи із малюнком рекомендовано звернути увагу на образи квітів: кольори, якими намальовані квіти, на якій відстані розташовані квіти, їх висота, чи ростуть квіти в горщику, чи в ґрунті, простір, який займають квіти на аркуші, наявність на малюнку додаткових елементів. Під час інтерпретації варто звернути увагу на те, що малюнок кольору відображає особистісні характеристики клієнта, а сам малюнок – це життєвий анамнез клієнта. Це може стати підказкою для руху вперед та подальшої психологічної роботи.

Отже, арттерапевтичні підходи у роботі з дітьми внутрішньо переміщених осіб сьогодні мають вагоме значення та розвиток. «Амортизуючи» їхні почуття та емоції через психомалюнок, вдається подолати психологічний опір у роботі.

Література:

1. Авер'янова Н. Застосування арт-терапії в сучасних умовах російсько-української війни. *Матеріали конференцій МЦНД, 2023, С.140–145.*

2. *Арттерапія і війна: контексти і досвід практичної роботи.* /за заг. ред. Н. Кальки, Г. Одинцової. [Колективна монографія]. Львів: ЛьвДУВС, 2023. 283с.