

УДК 159.923.2

## **СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ ДІТЕЙ ІЗ ЗОНИ АТО ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ**

**Мельниченко Л. М.,**

викладач кафедри галузевої психології та психології управління  
Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова,  
м. Київ, Україна

*У статті проаналізовано соціально-психологічну реабілітацію дітей із зони АТО засобами арт-терапії. Соціально-психологічна реабілітація є необхідною умовою ефективного здійснення професійної допомоги дітям із зони АТО засобами арт-терапії. Наведено форми та особливості арт-терапевтичної роботи з дітьми із зони АТО. Розглянуто модель ресурсів арт-терапевтичної діяльності у роботі із даною категорією осіб: 1) творчі (художня діяльність, продукція, інструменти у роботі з дітьми із зони АТО); 2) методологічні (зв'язки арт-терапії з іншими дисциплінами у практичній діяльності соціально-психологічної реабілітації); 3) технологічні (системність та концептуальність в процесі надання допомоги дітям із зони АТО); 4) терапевтичні (багатофункціональність арт-терапії у роботі з проблемними ситуаціями даної категорії осіб).*

**Ключові слова:** арт-терапія, арт-терапевтична діяльність, соціально-психологічна реабілітація, діти із зони АТО, індивідуальна арт-терапія, групові арт-терапії, особливості арт-терапевтичної роботи.

**Постановка проблеми.** Нові реалії буття українського народу, призводять до руйнування загальнонаціонального соціально-психологічного балансу та потребує нових підходів до надання соціальної та психологічної допомоги населенню.

Поряд з іншими, значної актуальності набуває проблема соціально-психологічної реабілітації дітей із зони АТО. Із восьми мільйонів дитячого населення країни майже один мільйон дітей проживали саме на Сході України. Більшість моніторингових досліджень, показує, що на найбільш популярних сайтах та в соціальних мережах українське суспільство дуже переймається питаннями соціальної підтримки населення, а саме психологічним здоров'ям дітей, що стали очевидцями військових дій, адже загальноновизнано, що діти – це майбутнє нашої держави.

З психологічної точки зору, сам факт переміщення – з сім'єю, а тим більше, якщо це відбувалося окремо від неї – вже стрес для дітей, який може нести за собою, в кращому випадку, депресію, породжувати фрустраційний стан. На це накладається ще й травма, яку діти отримали, ставши свідками військового втручання.

Комплексна соціально-психологічна реабілітація є основною умовою забезпечення психологічної допомоги дітям із зони АТО, їхнього подальшого особистісного розвитку у соціумі. Все частіше у

комплексній реабілітації дітей з проблемами психічного здоров'я, в якості допоміжних засобів, використовуються методи арт-терапії. Використання цих методів із дітьми, сім'ї яких стали вимушеними переселенцями, може сприяти у вирішенні проблем психічного здоров'я та задоволенні таких потреб як: спілкування, прийняття, розуміння, емоційна підтримка, самовдосконалення, саморозуміння, вираження неприйнятих відчуттів, співвідношення цих відчуттів та думок з реальністю, позитивному сприйнятті навколишньої дійсності, подолання відчуття самотності тощо.

Шляхи вирішення зазначеної проблемної ситуації, ми вбачаємо у реалізації розробленої нами моделі соціально-психологічної реабілітації на основі арт-терапії, оскільки науково доведено, що це один з популярних способів боротьби з щоденними стресами та депресією. Використання різних видів мистецтва в лікувальних цілях здатне дати відмінні результати: творчість сприяє виплеску емоцій, набуття гармонії та усвідомлення шляхів подальшого розвитку.

**Стан наукової розробки проблеми.** Проблеми соціально-психологічної допомоги в період військового конфлікту знайшли свої відображення в наукових працях психологів та педагогів – Андрєєнкова В.Л., Бандурка І.О., Калашник О.А., Ковальчук Л.Г., Кукуруза Г.В., Левченко К.Б., Проскуріна Т.Ю., Разводова Т.О., Сосновенко Н.В., Тінякова А.І., Шестопалова Л.Ф. та інші. Питання арт-терапевтичної діяльності фахівців розглядалися в роботах: Вознесенської О.Л., Колошиної Т.Ю., Копитін А.І., Осадчук Л.О., Сухаревської О.М., Тараріної О.В., Яременко М.Г. та інші. Проблематика психологічної та соціальної реабілітації дітей із зони АТО знайшли своє відображення в наукових працях сучасних соціологів, психологів, соціальних працівників та психологічних та соціально-психологічних служб різного спрямування.

Багато дослідників (Вознесенська О.Л., Тараріна О.В. та ін.) визначають розуміння терміну «арт-терапія» як спосіб зцілення за допомогою мистецтва. Тому, використовуючи будь-який вид мистецтва – це можна вважати видом арт-терапії. На сьогоднішній день найбільш розповсюдженими є такі види арт-терапії: 1) *Арт-терапія* у вузькому сенсі цього поняття – це вид арт-терапії, в якому використовуються практики візуальних мистецтв: малюнку, живопису, мозаїки, колажів, боді-арту, ліплення, інсталяцій, фотографій тощо; 2) *Кольоротерапія* як різновид арт-терапії заснована на дії кольору на нервову систему людини: через безпосередній вплив на мозок людини та через створення потрібного кольорового лікувального середовища навколо; 3) *Танцювальну терапію (dance therapy)* іноді виділяють в самостійний психотерапевтичний або тілесно орієнтований напрям, де особливо ефективною є як засіб

внутрішньої гармонізації, імпровізації, зняття різноманітних тілесних і психологічних блоків; 4) *Драматерапія (Dramatherapy)* є одним з напрямків, що найбільш інтенсивно розвиваються в наш час. Причиною широкого використання та ефективності драматерапії, на думку Т.Ю. Колошиної, є постійна депривація в сучасному світі ігрової потреби дорослих та дітей, втрата могутньої народної ігрової культури [3]. Використання ляльок, маріонеток, гриму в терапевтичній практиці також можна віднести до драматерапії; 5) *Бібліотерапія (Creative writing)* є напрямком, що заснований на літературному самовираженні через творче «писання», твір. Казкотерапія як різновид бібліотерапії, що в останні роки виділяється в самостійний напрямок, заснована на використанні казки як архетипічної метафори; 6) *Музикотерапія (music therapy)* – один з найбільш древніх (архаїчних видів творчості) напрямків; 7) *Пісочна терапію* можна розглядати як аналог предметної скульптури й роботи з об'єктами в арт-терапії. Вона включає створення різноманітних піскових форм, вибором та аранжуванням мініатюрних предметів і фігурок, що нагадує одну з форм сучасного мистецтва – предметну скульптуру. 8) *Кінотерапія* як процес утворення кінофільмів та анімаційних фільмів з метою зцілення особистості та групи [1].

Кожен із вище названих видів займає важливу роль у соціально-психологічній реабілітації дітей із зони АТО. Втім, саме із видом арт-терапії пов'язують найефективнішу соціально-психологічну допомогу дітям.

Арт-терапія, допомагає переселенцю впоратися з депресією, позбутися негативних переживань, перейти від деструктивної, руйнівної поведінки до конструктивної, творчої. Спеціальні вправи допоможуть відновити упевненість в собі, подолати тривогу, сформуванати позитивний образ себе.

Виділяють кілька аспектів в переживанні ситуації вимушеної міграції. Це міграція як переживання негативних життєвих подій – втрат, поневірянь, змін, що відбуваються до і під час переселення. Також це адаптація вимушених переселенців у новому соціокультурному середовищі: переживання змін і культурних відмінностей і переживання ізоляції і депривацій (від лат. *deprivatio* – втрата, позбавлення) – психічний стан, викликаний позбавленням можливості задоволення найнеобхідніших життєвих потреб, або позбавленням благ, звичних для людини довгий час) [8].

Таким чином, соціальна значущість проблеми, необхідність подальшого розширення теоретичних та прикладних досліджень особливостей соціально-психологічної реабілітації дітей із зони АТО, обумовили вибір теми нашого дослідження «Соціально-психологічна реабілітація дітей із зони АТО засобами арт-терапії».

**Об'єкт дослідження** – процес соціально-психологічної реабілітації дітей із зони АТО. **Предмет дослідження** – соціальна та психологічна реабілітація дітей із зони АТО засобами арт-терапії. **Мета дослідження** – дослідити соціально-психологічну реабілітацію дітей із зони АТО з допомогою засобів арт-терапії. Виходячи з мети нашого дослідження, ми ставимо перед собою такі **завдання**: 1. Здійснити аналіз соціально-психологічної реабілітації дітей із зони АТО. 2. Виявити форми арт-терапевтичної роботи з дітьми із зони АТО. 3. Визначити модель ресурсів арт-терапевтичної діяльності з дітьми із зони АТО .

**Результати дослідження.** Будь-який соціальний конфлікт, у тому числі військовий, впливає на стан взаємостосунків у суспільстві. В першу чергу це стосується соціальних груп та людей, які безпосередньо на собі зазнали наслідків конфлікту. До них відносяться внутрішньо переміщені особи (ВПО), сім'ї, які зазнали втрат внаслідок Російської агресії та проведення Антитерористичної операції, громадяни, які живуть на територіях, до яких прибула значна кількість ВПО тощо [8]. Одним з наслідків конфлікту, як зазначає українська дослідниця інтелектуальної складової професійної підготовки майбутніх фахівців соціальної сфери до роботи з девіантами Мельничук О.Б., є зростання клієнтів з девіантною поведінкою в суспільстві. Девіантність провокують проблеми бездомності, дитячої занедбаності, різних видів насилля, безробіття, соматичні та психічні захворювання, інвалідність, міграції та меншини, що мають недостатні ресурси, проблеми ув'язнення, проблеми людей похилого віку та ін. Зараз до вказаних категорій додалися вимушені переселенці із зони АТО, учасники бойових дій та члени їх сімей, родини, що втратили близьких під час бойових дій та ін. [6].

Соціально-психологічна реабілітація – це певний комплекс заходів, спрямованих на відновлення людини у правах, соціальному статусі, психологічному здоров'ї та дієздатності тощо. Соціально-психологічна реабілітація дозволяє дитині із зони АТО успішно адаптуватися в навколишньому середовищі, до навчання та в суспільстві в цілому, набути морально-психологічну рівновагу, впевненість у собі, усунути психологічний дискомфорт, захити повноцінним повнокровним життям. Як ми вже зазначали, особливого значення в сьогоднішніх реаліях напруженого розвитку навчання набуває стан психологічного здоров'я молодого покоління [5].

Робота з дітьми, що є вимушеними переселенцями є одним з найскладніших та важливих завдань, які постають перед практичними психологами в сучасних умовах. Ситуацію, у якій опинилися діти, їх психологічне здоров'я, можна розглядати як важку життєву ситуацію.

У психологічній практиці важка життєва ситуація визначається як тимчасова подія в життєвому циклі, що породжує емоційні напруги і стреси; перешкоди в реалізації важливих життєвих цілей, з якими не можна впоратися за допомогою звичних засобів. Це ситуація, яка об'єктивно порушує життєдіяльність; звичні внутрішні зв'язки; може призвести до психічної травматизації; утруднює або унеможлиблює реалізацію внутрішніх стимулів (мотивів, прагнень, цінностей) [8].

Арт-терапевтична робота в більшості випадків викликає у людей позитивні емоції, допомагає подолати апатію та безініціативність, сформувати більш активну життєву позицію [9]. Можна сказати, що арт-терапія будується на вірі у творчу основу людини. Вона не ставить собі за мету зробити людину художником або актором. Вона спрямована, в першу чергу, на вирішення психологічних проблем, особливо якщо це стосується такої незахищеної категорії як діти із зони АТО.

Тому для вимушених переселенців важлива робота з відновлення психологічних меж, яка на думку Г. Клауда і Дж. Таунсенда, повинна містити наступні сфери (Клауд, Таунсенд, 2001) [2]:

- усвідомлення себе: свого тіла, почуттів, внутрішніх настанов, дій, думок, здібностей, рішень, бажань, обмежень;
- активність: люди без особистих меж не часто стають ініціаторами подій зовнішнього світу, а, як правило, тільки реагують на них, пасивно приймають чужі рішення;
- установлення обмежень – у першу чергу, на агресивну поведінку інших, що може містити надлишкова турбота, що призводить до зняття людиною відповідальності з самої себе, а також на емоційні образи, засудження і звинувачення. Людині важливо усвідомлювати свої обмеження у часі, грошах, енергії;
- визначення своїх цінностей, цілей і прийняття відповідальності за свій вибір цих цінностей та цілей;
- розвиток самоконтролю як обмеження на бажання через формування балансу між задоволенням своїх бажань та управлінням ними;
- усвідомлення своєї «окремості» від інших, що пов'язано з відчуттям «Я», власної ідентичності, здатності бути одному, знайти собі заняття, хобі, окремі від інших інтереси та уподобання;
- прийняття інших такими, якими вони є насправді, що пов'язано з відмовою від контролю поведінки, почуттів та свободи інших;
- чесність у ставленні до інших.

Робота з психологічними межами в арт-терапії будується на цілісному досвіді клієнта, враховуючи його тілесні та емоційні зміни, когнітивний рівень, символічний, поведінковий, експресію, уяву [1].

Розглядають різні форми арт-терапії при роботі з дітьми, що є вимушеними внутрішніми переселенцями. І проте, більш розповсюдженими є два основні варіанти арт-терапевтичної роботи – індивідуальної і групової арт-терапії.

Особливу цінність індивідуальна арт-терапевтична робота має для дітей із зони АТО, які зазвичай мають певні труднощі у вербалізації своїх переживань, наприклад, через мовні порушення, малоконтактність, а також складність цих переживань та «невимовність» (в осіб з посттравматичним стресовим розладом) [7].

Індивідуальна арт-терапевтична робота може продовжуватися досить довго. У багатьох випадках – кілька місяців чи навіть років. Підставами для завершення індивідуальної роботи, поряд із зовнішніми факторами, є зміни в стані і характері образотворчої діяльності клієнта, що відбивають позитивну динаміку арт-терапевтичного процесу.

Групові форми арт-терапевтичної роботи в даний час використовуються дуже широко, оскільки припускає особливу «демократичну» атмосферу, пов'язану з рівністю прав і відповідальністю учасників групи, менший ступінь їхньої залежності від арт-терапевта. У багатьох випадках групова арт-терапія вимагає певних комунікативних навичок і здатності адаптуватися до групових норм [4].

В арт-терапевтичній роботі може приймати участь практично кожна дитина, незалежно від свого віку. Це не вимагає наявності у нього здібностей до творчості. Через художні образи наше несвідоме взаємодіє зі свідомістю, що допомагаю психологу краще розібратися із внутрішнім світом дитини, особливо якщо це відбувалось посттравматичним стресовим розладом.

Арт-терапія дозволяє пізнавати себе і навколишній світ. Вона є найбільш давньою та природною формою корекції емоційного стану, яким можна користуватися для зняття накопиченої психічної напруги, для того, щоб заспокоїтися або просто зосередитися. Творчість, реалізована в процесі арт-терапії, дає можливість дитині висловити та відтворити внутрішні почуття, переживання, сумніви, конфлікти і надії в символічній формі, переживши ще раз важливі події, адже спонтанна образотворча діяльність здатна виражати прихований зміст психологічного життя. Арт-терапія є гарним способом соціальної адаптації дітей – внутрішніх переселенців.

На основі аналізу підходів до проблем соціально-психологічної реабілітації дітей із зони АТО засобами арт-терапії, а також власного досвіду, ми виділили наступну модель ресурсів (можливостей) арт-терапевтичної діяльності: 1) творчі (художня діяльність, художня продукція, художні інструменти); 2) методологічні (наявність

інтердисциплінарних зв'язків арт-терапії з іншими дисциплінами); 3) технологічні (концептуальність, процедурна технологічність, повторюваність, системність); 4) терапевтичні (поліфункціональність арт-терапії у вирішенні різних завдань та проблем).

**Висновки.** Запити сучасності щодо надання соціально-психологічної допомоги дітям із зони АТО потребують ще більшого та ширшого реагування системи, що виробилась в наш час. У соціально-психологічному плані це найбільш позитивний вид міжкультурної взаємодії, так як представники різних культур прагнуть подолати міжкультурний бар'єр, зрозуміти і прийняти інше бачення світу, і визнається право особи на культурну своєрідність і рівні можливості існування. Засоби арт-терапії розвивають не тільки творчі можливості, невідомі раніше таланти, світ фантазії та реальності, а й допомагають встановлювати відносини між людьми. У художній творчості дитина втілює свої емоції, почуття, надії, страхи, сумніви і конфлікти. За допомогою мистецтва особистість не тільки виражає себе, а й більше дізнається про інших.

#### **Список використаних джерел:**

1. Вознесенська О. Л. Ресурси арт-терапії на допомогу вимушеним переселенцям : практичний посібник / О. Л. Вознесенська. – К. : Human Rights Foundation, 2015. – 50 с.
2. Клауд Г. Дети : границы, границы... / Г. Клауд, Д. Таунсенд ; [ пер. с англ. : И. Стариковская]. – М. : Триада, 2001. – 101 с.
3. Колошина Т. Ю. Арттерапия : метод. рекомендации / Т. Ю. Колошина. – М. : Изд-во Института психотерапии и клинической психологии, 2002. – 84 с.
4. Лесков В. О. Теоретичні основи соціально-психологічної реабілітації військовослужбовців / В. О. Лесков // Наука і освіта : науково-практичний журнал Південного наукового центру АПН України. – 2006. – Одеса : Видавництво Південного наукового центру АПН України. – № 5-6. – С. 56–59.
5. Мельниченко Л. М. Психологічні аспекти формування відповідального ставлення до здоров'я у студентської молоді / Л. М. Мельниченко // Молодь у сучасному світі : психологічні проблеми : Матеріали П'ятої Всеукраїнської студентської науково-практичної конференції (м. Київ, 3 березня 2015 р.). ; [ред. комісія: М. Ф. Головатий, І. П. Бідзюра, О. Л. Туриніна. – К. : «Видавничий дім «Персонал», 2015. – С. 57-59.
6. Мельничук О. Б. Інтелектуальна складова професійної підготовки майбутніх фахівців соціальної сфери до роботи з девіантами / О. Б. Мельничук // Актуальні проблеми психології : Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – 2015 . – Том XI : Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – Випуск 13. – С. 115-125.



7. Використання методів арт-терапії в реабілітації людей з проблемами психічного здоров'я : методичні рекомендації / [за заг. ред. М. Л. Авраменка]. – К. : Всеукраїнський центр професійної реабілітації інвалідів. – 2008. – 55 с.
8. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту : навчально-методичний посібник. – К. : Агентство «Україна». – 2015. – 176 с.
9. Тарарина О. В. Практикум по арт-терапии : шкатулка мастера : научно-методическое пособие / О. В. Тарарина – Луганск : Элтон-2, – 160 с.

#### REFERENCES:

1. Voznesenska, O.L. (2015). Resur art-terapii na dopomohu vymushenym pereselentsiam [*Art therapy resources to help internally displaced people*]. Kyiv: Human Rights Foundation [in Ukrainian].
2. Klauđ, H., & Taunsend, D. (2001). *Children: border, border...* (I. Starikovskaia, Trans). Moscow: Triada.
3. Koloshyna, T.Yu. (2002). Arterapiia [*Art Therapy*]. Moscow: Izdatelstvo Instituta psikhoterapii i klinicheskoi psikhohohi [in Russian].
4. Leskov, V.O. (2006). Teoretychni osnovy sotsialno-psukholohichnoi reabilitatsii viiskovosluzhbovtiv [The theoretical basis of social and psychological rehabilitation of servicemen]. *Nauka i osvita: naukovo-praktychnyi zhurnal Pivdennoho naukovooho chentru APN Ukrainy Journal Science and Education by the Southern Scientific Center of the National Academy of Educational Sciences of Ukraine*, 5-6, 56-59 [in Ukrainian].
5. Melnychenko, L.M. (2015). Psykholohichni aspekty formuvannia vidpovidalnoho stavlennia do zdorovia studentskoi molodi [Psychological aspects of responsible attitude to students' health. Proceedings from: Young people in the modern world: psychological problems '15: V Vseukrainska studentska naykovo-praktuchna konferentsiia (3 bereznia 2015 roku) – 5nd All-Ukrainian students Scientific and Practical Conference (pp.57-59). Kyiv: Vydavnychiy dim «Personal» [in Ukrainian].
6. Melnychuk, O.B. (2015). Intelektualna skladova profesiinoi pidgotovky fakhivtsiv sotsialnoi sfery do roboty z deviantamy [A cognitive part of future social professionals training to work with deviant people]. *Aktualni problemy psykholohii – Actual issues of psychology*, Vol. 11, 13, 115-125 [in Ukrainian].
7. Avramenko, M.L. (Eds.) (2008). Vykorystannia metodiv art-terapii v reabilitatsii liudei z problemamy psykhichnoho zdorovia [*Use of art therapy for rehabilitation of people with mental health problems*]. Kyiv: Vseukrainskyi tsentr profesiinoi reabilitatsii invalidiv [in Ukrainian].
8. *Sotsialno-pedahohichna ta psykholohichna dopomoha simiam z ditmy v period viiskovoho konfliktu [Socio-pedagogical and psychological assistance to families with children during armed conflicts]* (2015). Kyiv: Ahenstvo «Ukraina».
9. Tararina, O.V. (2013). Praktikum po art-terapii : Shkатулка мастера. [*Workshop on art therapy: master's jewel-box*]. Luhansk: Etalon-2 [in Russian].



**Мельниченко Л. Н. Социально-психологическая реабилитация детей с зоны АТО средствами арт-терапии.** В статье проанализирована социально-психологическая реабилитация детей с зоны АТО средствами арт-терапии. Социально-психологическая реабилитация является необходимым условием эффективного осуществления профессиональной помощи детям с зоны АТО средствами арт-терапии. Приведены формы и особенности арт-терапевтической работы с детьми с зоны АТО. Рассмотрена модель ресурсов арт-терапевтической деятельности в работе с данной категорией лиц: 1) творческие (художественная деятельность, продукция, инструменты в работе с детьми с зоны АТО); 2) методологические (связи арт-терапии с другими дисциплинами в практической деятельности социально-психологической реабилитации); 3) технологические (системность и концептуальность в процессе оказания помощи детям с зоны АТО); 4) терапевтические (многофункциональность арт-терапии в работе с проблемными ситуациями данной категории лиц).

**Ключевые слова:** арт-терапия, арт-терапевтическая деятельность, социально-психологическая реабилитация, дети с зоны АТО, индивидуальная арт-терапия, групповая арт-терапия, особенности арт-терапевтической работы.

**Melnychenko L. M. Socio-psychological rehabilitation with art therapy of children from the ATO zone.** The article analyzes socio-psychological rehabilitation of children from the ATO zone with help of art therapy. Socio-psychological rehabilitation is a prerequisite for effective professional counselling of children from the ATO zone, and art therapy can be an effective tool for it. The form and features of the art therapeutic work with children from the ATO zone are presented and the used art therapy types are highlighted. The proposed socio-psychological rehabilitation consists of a specific set of activities, allowing children to adapt successfully in society. Psychological limits in art therapy are used; they, according to G. Cloud and J. Townsend, are based on the holistic experience of internally displaced persons, taking into account their physical and emotional changes. The proposed art therapy for children from the ATO zone is important, and the art therapy tools are effective because they not only develop creativity but also help establish relationships between people. The model of art therapeutic resources aimed at this category of peoples is discussed: 1) creative resources (artistic activities, their products, tools to work with children from the ATO zone); 2) methodological (links of art therapy with other disciplines in the practice of psycho-social rehabilitation); 3) technological (consistency and conceptually of help proposed for children from the ATO zone); 4) therapeutic (art therapy multifunctionality during addressing of problematic situations important for this category of people).

**Key words:** art-therapy, art-therapeutic activities, socio-psychological rehabilitation, children from the ATO zone, individual art-therapy, group art-therapy, characteristics of art therapy.