

Євген ЧЕРНИШ,
здобувач другого (магістерського) рівня вищої освіти, спеціальності 231
«Соціальна робота»,
Дрогобицький державний педагогічний університет
імені Івана Франка
Мар'яна ГРИНЦІВ,
кандидатка психологічних наук, старша викладачка кафедри соціальної
педагогіки та корекційної освіти,
Дрогобицький державний педагогічний університет
імені Івана Франка

ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ АРТТЕРАПІЇ З ДІТЬМИ З ВНУТРІШНЬО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ

Арттерапія виступає як метод гармонізації психічного стану та розвитку особистості, а також як спосіб подолання внутрішніх конфліктів і розкриття творчого потенціалу людини. Вона сприяє активації внутрішніх ресурсів та розширенню можливостей саморегуляції. Особливо ефективною арттерапія є у роботі з внутрішньо переміщеними особами, оскільки:

- допомагає відволіктися від болісних емоційних переживань;
- сприяє виявленню глибоких емоцій, що можуть стати основою для зцілення психологічних травм;
- знижує рівень тривожності та напруги, а також сприяє формуванню більш позитивного та збалансованого світогляду [1].

О. Біда, підкреслюючи ефективність арттерапії у роботі з внутрішньо переміщеними особами, зокрема з дітьми, зазначає її важливі переваги:

- вона завжди виступає джерелом внутрішнього ресурсу, оскільки звертається до творчого аспекту психіки, активізує внутрішні сили особистості та сприяє пошуку шляхів до самозцілення;
- творчий процес дає змогу оминати свідомі бар'єри, виводячи на поверхню приховані емоційні стани, уявлення про бажані соціальні ролі тощо;
- як форма невербальної комунікації, арттерапія особливо цінна для тих, кому складно висловити свої емоції словами, адже психічна травма

закарбовується на рівні тіла, емоцій та образного мислення; такі виразні засоби, як малюнок, танець чи музика, створюють символічне поле для метафоричного діалогу, допомагаючи по-іншому побачити проблему та знайти шляхи її подолання [2].

У проведенні арттерапевтичного заняття з дитиною важливо дотримуватися певної структури. За результатом узагальнення вивченої інформації нами було виділено такі стадії – елементи структури арттерапевтичного заняття.

1. Налагодження контакту

Першочерговим завданням є встановлення доброзичливого контакту з дитиною-клієнтом. Важливо звертатися до неї м'яко і природно, наприклад: «Хочеш щось намалювати? Що саме ти хочеш зобразити?». Коли дитина відчує себе комфортно, можна поступово перейти до запрошення на наступні зустрічі: «Ти б хотів(ла) ще прийти до мене? А давай наступного разу разом вигадасмо казку? Ти станеш головним казкарем, і в цій історії все буде так, як ти скажеш».

2. Корекційно-діагностичний етап

Зазвичай ця стадія проходить через кілька днів після початкової зустрічі. Залежно від обраного напрямку арттерапії, фахівець делікатно спрямовує творчу активність дитини. Малювання, ліплення, створення аплікацій стають терапевтичними саме тоді, коли дитина втілює у них конкретну інструкцію терапевта, тобто процес набуває цілеспрямованого характеру і переходить у площину образного мислення.

Наприклад, у разі використання казкотерапії можна ставити уточнювальні запитання, наприклад: «Про кого сьогодні буде казка? Як його звати? Де він живе? Має друзів? Як їх звати? Чи є хтось, кого він боїться? А може хтось йому подобається? Як ми можемо допомогти герою подолати його страхи? Можливо, йому потрібна чарівна паличка? І що він зробить, коли отримає її?». Також варто запропонувати дитині зобразити головного героя, його друзів та супротивника [3].

Ключовим у роботі з дітьми є безумовне прийняття будь-якого їхнього творчого продукту – незалежно від змісту, вигляду чи техніки виконання. Важливо постійно підтримувати контакт, не нав'язуючи свою участь без потреби. Допомогу треба пропонувати лише тоді, коли дитина цього потребує і погоджується її прийняти.

Діти, на відміну від дорослих, часто створюють безтурботно, не переймаючись якістю або стилем, адже головна мета арттерапії – не створення мистецьких творів, а можливість самовираження, самопізнання і активізація внутрішніх ресурсів для подолання складної життєвої ситуації.

При роботі з дітьми внутрішньо переміщених осіб надзвичайно важливо дотримуватися етичних норм, зокрема:

- забезпечити дитині простір, де вона почуватиметься у безпеці й зможе вільно проявити свої емоції та переживання;
- підтримувати й розвивати соціальні зв'язки дитини, сприяючи її адаптації та емоційній стабільності [5].

Важливою складовою арт-терапевтичного процесу є обговорення емоцій і почуттів, що виникли під час творчої діяльності. Це вимагає від спеціаліста відповідних професійних знань і навичок.

3. Етап завершення

Завершення роботи відбувається у тому випадку, коли вдалося досягти позитивної динаміки в сюжеті (наприклад, персонаж подолав свої страхи тощо).

На фінальному етапі обов'язково проводиться рефлексія. Фахівець має створити умови, в яких дитина зможе висловити свої враження від заняття: що їй сподобалося, що викликало труднощі, які висновки вона зробила для себе, або, за бажанням, може взагалі утриматися від коментарів.

Протягом усього заняття важливо підтримувати атмосферу емоційного прийняття та безпеки. Педагог має проявляти щире співпереживання, допомагати дитині зрозуміти та висловити свої почуття у доступній для неї формі, а також підтримувати середовище, де панують взаєморозуміння, повага і довіра [4].

Арттерапія є процесом пізнання себе та навколишнього світу, слугує особливим інструментом встановлення гармонійних взаємин як з іншими людьми, так і з власним «я». Саме мистецтво допомагає як дітям, так і дорослим висловити свої почуття та бути почутими.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Арт-терапія дітей у часи війни : методичний посібник / за заг. ред. О. Вознесенської, О. Луценко, М. Перун. Київ : ФОП Назаренко Т.В., 2023. 120 с.
2. Біда О. Різні підходи до визначення арт-терапії. *Педагогічний часопис Волині*. № 4 (11). 2018. С. 14–19.
3. Гундертайло Ю.Д. Арт-терапевтичні технології надання психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам. 2019.
[URL:https://cutt.ly/4Hkw7Vd](https://cutt.ly/4Hkw7Vd) (дата звернення 21.03.2024)
4. Котляр А.І. Війна і діти. Малюнки з розбитого світу. Уроки арттерапії для переселенців. 2022. URL: <https://zn.ua/ukr/SOCIUM/vijna-ta-ditimaljunkiz-rozbitoho-svitu.html> (дата звернення: 20.11.2023).
5. Трубавіна І.М. Проблеми внутрішньо переміщених осіб в Україні як основа соціально-педагогічної роботи з ними. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. 2015. № 8. С. 434–446.