

present and guest lecture at mental health conferences and various universities on her international art therapy experience.

### **CO-PRESENTER BIO:**

**Annete Sagal** is a multidisciplinary artist and certified art therapist, art curator. Member of the NGO “Ukrainian Art Therapy Association”; Founder of the first Ukrainian international community of collagists KYIV COLLAGE COLLECTIVE and educational project KYIV COLLAGE SCHOOL. Co-founder of the CUTOUT COLLAGE ART PROJECT.

### **«АРТТЕРАПІЯ І КОМУНІКАТИВНІ ПРАКТИКИ» ВПРОВАДЖЕННЯ СУЧАСНИХ ПІДХОДІВ В АРТТЕРАПІЇ: ДОСВІД РОБОТИ ВИПУСКНИКІВ ПРОГРАМИ**

**Говорун Алла,**

*кандидатка педагогічних наук, доцентка кафедри педагогіки, української та іноземної філології Харківської державної академії дизайну і мистецтв*

**Петухова Олена,**

*кандидатка філологічних наук, доцентка кафедри педагогіки, української та іноземної філології Харківської державної академії дизайну і мистецтв (Харків)*

Глобальні тенденції сучасного суспільства ставлять нові вимоги до мистецької освіти та мистецтва загалом, оскільки вони можуть бути засобом гармонізації психічного стану людини та надійним джерелом духовного розвитку особистості.

Особливої актуальності набуває питання підготовки нового покоління професіоналів – арттерапевтів. Харківська державна академія дизайну та мистецтв відгукується на ці виклики, запроваджуючи магістерську програму «Арттерапія і комунікативні практики». Ця програма спрямована на підготовку арттерапевтів, які володіють не лише технічними аспектами мистецтва, але й глибокими знаннями у психології, педагогіці та специфіці роботи з різними групами людей. Вони навчаються використовувати мистецтво як засіб комунікації і терапії для покращення психічного стану та соціальної адаптації тих, хто цього потребує. З початком повномасштабного вторгнення людей, які потребують психологічної допомоги, стає в рази більше.

Сучасна арттерапія постійно розвивається, відображаючи нові тенденції та напрями в психотерапевтичній практиці. Деякі з найважливіших сучасних тенденцій в арттерапії включають: інтердисциплінарний підхід, технологічний прогрес, посттравмівну реабілітацію, інклюзивність, експресію та самовираження.

Ці тенденції відображають широкий спектр можливостей і напрямів розвитку арттерапії, яка продовжує виявляти свій потенціал у сфері психологічної допомоги та підтримки. Досвід та знання, отриманні під час навчання, наші випускники успішно втілюють в своїй професійній діяльності.

Однією з випускниць програми є починаюча, але вже практикуюча арттерапевткою Юлія Макієвська, випускниця 2019 року.

У своїй професійній діяльності Юлія використовує різні види арттерапії, у тому числі, пісочну терапію, що передбачає глибинну роботу із людськими почуттями, відкриває доступ до затиснутих емоцій. Вона вважає, що «бездонний простір арттерапії – не про малювання, а про ресурс». Ще навчаючись на магістерській програмі, Юлія багато працювала з дітьми, створюючи цікаві авторські проекти. До таких можна, наприклад, віднести Артпроект «Ми хочемо додому!», що проводило КП «Центр поведження з тваринами» для того, щоб привернути увагу громади до проблеми безпритульних тварин. Через малюнки діти намагались передати співчуття до тварин, які залишились у притулку. Цей захід перетворився на сімейний, бо залучив до процесу не лише дітей, а й батьків.

Одним з напрямків її роботи була і є робота з дітьми з розладами аутичного спектру. Один із її вихованців (на третьому році переважно індивідуальних занять) взяв участь у великому артпроекті «Харківські асамблеї» «Енеїда», присвяченому 250-річчю І.П. Котляревського. В цілому, робота дітей над проектом сприяла не тільки їхній творчій самореалізації у процесі підготовки та виконанні проекту, а й позитивній соціальній взаємодії, формуванню навичок спілкування з дітьми з ООП, розвитку толерантної свідомості по відношенню до них.

На початку широкомасштабного вторгнення, перебуваючи у статусі ВПО, Юлія намагалась у важких умовах повної невизначеності створити артпростір для допомоги дітям-переселенцям. Вона організувала арттерапевтичні заняття, на яких діти вимальовували свої страхи, знімали стрес. Однією з її улюблених технік є пісочна анімація. Працюючи з піском, діти не бояться помилитися, тому що всі невдалі елементи малюнку можна виправити за лічені хвилини. Роботу з піском Юлія також використовує як арттерапевтичний метод для зняття емоційної напруги та релаксації.

Хотілося би багато добрих слів висловити про роботу Наталії Домбровської, арттерапевтки, артпедагогині, спеціалістки з раціонально-інтуїтивного малювання, членкині Всеукраїнської громадської організації «Арт-терапевтична асоціація» (Харківський відокремлений підрозділ), яка постійно бере активну участь у різних проектах

для допомоги тим, хто потребує підтримки та турботи у збереженні ментального здоров'я, відновленні внутрішнього ресурсу. Як волонтер вона брала участь у проєкті «Відкриті обійми», що мав на меті адаптацію методики Хібукі-терапії як повноцінного терапевтичного методу для роботи з дітьми в умовах війни в Україні.

Кожні два тижні Наталія як артпедагогиня проводить у Майстерні образотворчого мистецтва в рамках організації «Хесед Шааре Тіква» різні цікаві та корисні майстер-класи для людей похилого віку. Спочатку педагогиня пояснює тему – таким чином наче створює відповідний настрій. Методика належить до раціонально-інтуїтивного малювання для вираження внутрішнього «Я» та стабілізації внутрішнього стану. Наприклад, серед останніх тем було малювання казкових дерев за мотивами відомої художниці Карли Джерард. Метою заняття було проаналізувати та скоригувати емоційний стан учасників через промальовування станів, що їх турбують, відволікти від реальності, дати відпочити лівій півкулі мозку, зняти емоційне навантаження. Наталія намагалась досягти мети заняття через порівняння людей і дерев – їх вмінь адаптуватись до змін (дерева, як і люди, можуть переживати різні етапи життя, різні періоди, наприклад, сну, замирання або, навпаки, росту, оживання). Як дерево адаптується до життя після урагану, наприклад, зі зламаними гілками, так і людина може адаптуватись до нормального життя після травм, втрат. Ключовим у такій творчій спільній діяльності, як наголошує Наталія – є «насолота у творчості, насолода у малюванні, насолода у спілкуванні, у відчутті, що ти не один».

Як волонтерка-арттерапевтка Наталія має також досвід роботи в центрі комплексної реабілітації для осіб з інвалідністю «Галичина» з військовими. Така діяльність відбувається під наглядом психологів та реабілітологів, тому що головне в такій роботі – не нашкодити. Задачі, що повинні вирішуватись, різноманітні – заохочення постраждалих військових до життя, пошуку внутрішнього ресурсу, виплеску на папір переживань, страхів, стресів; у цілому, мета – якісно сприяти їхньому соціальному та психологічному відновленню.

Особливої уваги заслуговує арттерапевтичний проєкт наших студентів Поліни Кузнецової та Владислава Юдіна з використанням глини «Ліплення на дотик». Мета цього проєкту – допомогти краще зрозуміти людей з вадами зору, через ліплення з закритими (масками) очима спробувати зануритися у світ без світла, показати життя, відчуття і деякі можливості людей, які не мають можливості бачити. Митці сподіваються, що цей проєкт дасть учасникам заходу можливість хоч трішки зрозуміти світ людей з вадами зору.

Варто підкреслити, що досвід спілкування з нашими випускниками є дуже важливим і невід'ємним компонентом у підготовці майбутніх фахівців. На таких зустрічах студенти мають можливість навчитися чомусь корисному через майстер-класи, дізнатися про нові проекти наших випускників, обмінятися досвідом та контактами для подальшої спільної роботи у сфері арттерапії. Прикладом такого спілкування є зустріч Наталії Домбровської на тему: «Арттерапія: простори, застосування, можливості, досвід». Арттерапевт розповіла, які матеріали вона використовує, які техніки застосовує, що є більш дієвим на її погляд. Наталія проаналізувала зміни, що відбулися у сфері арттерапії під час війни, поділилася своїм досвідом допомоги дітям і дорослим (ВПО), а також нашим військовим, що скалічені війною. У другій частині зустрічі був проведений майстер-клас із застосуванням техніки спонтанного малювання.

Вже стало доброю традицією проводити такі зустрічі, які допомагають нашим студентам поринути у бездонний простір арттерапії та усвідомити значущість обраного фаху.

## **АРТТЕРАПЕВТИЧНА ЗУСТРІЧ З МОЛОДДЮ У МЕЖАХ ПРОЄКТУ «ПОЗА ПРОСТОРОМ І ЧАСОМ. ОСМИСЛЕННЯ СВОГО Я В АРТДІАЛОЗІ З УКРАЇНСЬКИМИ МИТЦЯМИ ХІХ–ХХ СТ.»**

**Гурець Наталія,**  
*практикуюча психологиня, СТА у сфері психотерапії,  
членкиня відокремленого підрозділу у Черкаській області ВГО «Арт-  
терапевтична асоціація», членкиня УСП (Черкаси)*

**Мета проєкту:** дослідити вплив художнього мистецтва на емоційний стан учасників арттерапевтичних зустрічей та запросити їх до осмислення свого Я в артдіалозі з українськими митцями ХІХ–ХХ ст.

**Інструменти:** оцінювання свого емоційного стану за шкалою настрою, пасивна форма арттерапії (споглядання репродукцій картин українських митців ХІХ–ХХ ст.) й активна форма арттерапії – створення артвідгуку на картину, яка найбільше сподобалася.

### **Завдання проєкту:**

- ознайомити молодь із серією репродукцій картин відомих у світі українських митців ХІХ–ХХ ст.;
- запропонувати молоді осмислити власні цінності через віднайдення емоційного відгуку під час перегляду художніх творів;
- створити простір для вільного творчого вираження внутрішнього відгуку на вибрану репродукцію картини;