

УДК 159.9

РОБОТА З ДІТЬМИ У ФОРМАТІ ВІДКРИТОЇ АРТТЕРАПЕВТИЧНОЇ СТУДІЇ

Цимбала Олеся,
*асистентка кафедри соціальної педагогіки та соціальної роботи
Львівського національного університету імені Івана Франка,
членкиня ГС «Національна психологічна асоціація»,
членкиня Правління та керівниця відокремленого підрозділу
ВГО «Арт-терапевтична асоціація» у Львівській області (Львів);*

Харченко Ірина,
*практична психологиня,
членкиня ГС «Національна психологічна асоціація»,
та ВГО «Арт-терапевтична асоціація» (Львів).*

WORK WITH CHILDREN IN AN OPEN ART THERAPY STUDIO

Tsybala Olesia,
*Assistant of the Department of social pedagogy and social work
at the Ivan Franko National University of Lviv,
member of the PU «National Psychological Association»,
member of the Board and head of a separate unit
of the UNGO «Art Therapy Association» in the Lviv region (Lviv);*

Kharchenko Iryna,
*practical psychologist,
member of the PU «National Psychological Association»,
UNGO «Art Therapy Association» (Lviv).*

У час повномасштабної війни в Україні практичні психологи зіткнулися з необхідністю проведення стабілізуючих груп підтримки для населення. Особливо актуальними такі групи стали для внутрішньо переміщених осіб, які вимушені були покинути свої рідні домівки і шукати прихистку на умовно безпечних територіях України. Одним із ефективних методів психологічної допомоги та підтримки є арттерапія, яка передбачає індивідуальну та групову форми роботи. Відкрита студія як форма групової арттерапевтичної роботи широко поширена у Європі та Америці. Структура відкритої студії є досить гнучка, що сприяє її широкому поширенню і застосуванню у різних закладах. Відкрита арттерапевтична студія подібна на художню студію проте є відмінності в організації творчого процесу, ставленні до творчого продукту та ролі арттерапевта у діяльності відкритої студії. У статті представлено досвід арттерапевтичної роботи у форматі відкритої арттерапевтичної студії для дітей внутрішньо переміщених



осіб, які перебувають у Львові, а також для дітей з сімей, які перебувають у складних життєвих обставинах і відвідують «Творчий простір розвитку дітей» на базі Креативного Хабу ГО «Турбота в Дії» («Care in Action»). Діяльність такої студії дає можливість охопити велику кількість дітей, надати їм підтримку, ресурси, безпечний простір для виявлення емоцій та почуттів і стабілізувати їх психологічний та емоційний стан. Діяльність арттерапевтичної студії з дітьми дошкільного та шкільного віку базувалася на принципах відкритості, гнучкості та ролі безпечного простору у арттерапевтичній роботі. Особлива увага приділялася підбору методик та художніх засобів. Діяльність відкритої арттерапевтичної студії у роботі з дітьми внутрішньо переміщених осіб та з сімей, які перебувають у складних життєвих обставинах мають ряд переваг, а також викликів та труднощів, які можуть виникнути в процесі діяльності відкритої арттерапевтичної студії як для терапевта, так і для учасників.

Ключові слова: арттерапія, відкрита арттерапевтична студія, групова арттерапевтична робота, стабілізація, відновлення ресурсів.

During the full-scale war in Ukraine, practical psychologists faced the need to conduct stabilising support groups for the population. Such groups have become especially relevant for internally displaced persons who were forced to leave their homes and seek refuge in the conditionally safe territories of Ukraine. One of the most effective methods of psychological help and support is art therapy, which involves individual and group work. Open studio as a form of group art therapy is widespread in Europe and America. The structure of the open studio is quite flexible, which contributes to its widespread use in various institutions. The open art therapy studio is similar to an art studio, but there are differences in the organisation of the creative process, the attitude to the creative product and the role of the art therapist in the activities of the open studio. The article presents the experience of art therapy work in the format of an open art therapy studio for children of internally displaced persons living in Lviv, as well as for children from families in difficult life circumstances who attend the Creative Space for Child Development at the Creative Hub of the NGO Care in Action. The activities of such a studio make it possible to reach a large number of children, provide them with support, resources, a safe space to express emotions and feelings, and stabilise their psychological and emotional state. The activities of the art therapy studio with children of preschool and school age were based on the principles of openness, flexibility and the role of safe space in art therapy work. Special attention was paid to the selection of methods and artistic means. The activity of an open art therapy studio in working with children of internally displaced persons and families in difficult life circumstances has a number of advantages, as well as challenges and difficulties that may arise in the process of an open art therapy studio for both the therapist and the participants.



Key words: art therapy, open art therapy studio, group art therapy work, stabilisation, resource recovery.

Проблема. Діти, які вимушені були покинути рідний дім і разом з батьками, родичами переїхати до іншого міста, переживають тривогу, невпевненість, страх новизни та страх за власне життя чи життя близьких. Частіше за все такі діти є більш дратівливі, частіше проявляють агресію та неспокій, мають порушений сон, апетит. Тому такі діти потребують психологічної підтримки, яка б надала їм емоційної стабілізації та відновлення ресурсів.

Такий формат роботи як арттерапевтичні відкриті студії, де діти можуть прийти і, зробивши артпродукт чи об'єкт, віднайти в собі ресурс, створюючи нове, побачити прекрасне, фантазувати та уявляти, є найбільш вдалим для вирішення означених викликів. Адже саме через творчість можна відновити та стабілізувати у дітей їх емоційний стан.

Мета статті – висвітлити особливості відкритої арттерапевтичної студії і представити досвід арттерапевтичної роботи з дітьми внутрішньо переміщених осіб та сімей, які перебувають у складних життєвих обставинах у цьому форматі.

Виклад основного матеріалу статті. Мистецтво – це чудова можливість для дитини «відкритися», поділитися своїми емоціями та страхами. Адже іноді так важко висловити словами всі ті емоції, що вирують у душі. Особливо це стосується дітей дошкільного віку, які не вміють пояснити свої емоції, а деякі ще мають труднощі з мовленням. Саме тому арттерапія допомагає віднайти внутрішній баланс, виразити свої емоції та почуття.

Арттерапевтична робота може проводитися як в індивідуальній, так і груповій формі. Групова форма арттерапевтичної роботи «розвиває цінні соціальні навички, пов'язані з наданням взаємопідтримки і дає можливість вирішити спільні проблеми, опанувати нові ролі, спостерігати вплив власних нових моделей поведінки на оточуючих, підвищити самооцінку та зумовлює зміцнення особистої ідентичності» [3, с. 270]. Однією з форм групової роботи є відкрита арттерапевтична студія. Така форма роботи була поширена на початку розвитку арттерапії і зустрічалася у діяльності А. Hill, I. Champernowne, P. Allen [3, с. 35; 6]. У наш час відкриті арттерапевтичні студії широко поширені у всьому світі. Зростає кількість публікацій, які присвячені теоретичним аспектам використання даної форми групової роботи, спостерігається збільшення емпіричних досліджень щодо ефективності таких груп. Це може свідчити про те, що відкрита студія



стає невід'ємною частиною арттерапевтичної практики. D. Finkel, M. Vat Og (2020) зазначають, що відкриті студії найбільш поширені в Північній Америці та Європі та найчастіше зустрічаються у громадських місцях на базі мистецьких центрів, церков, музеїв тощо [9]. Також велика частина відкритих студій функціонують на базі медичних установ, психіатричних центрів.

Термін «відкрита студія» було введено Р. Allen у 1983 році, щоб описати модель групової арттерапії, що була запроваджена в коротко-строковому психіатричному відділенні і передбачала свободу у виборі участі та залученості до створення творчого продукту [9, с. 2]. На даний момент, відкриті студії вийшли за межі психіатричних лікарень і реалізуються у різних формах, сферах і місцях. Структура відкритої студії є досить гнучка, що сприяє її широкому поширенню і застосуванню у різних закладах. Так, відкриті студії організують у в'язницях, у роботі з дітьми з груп ризику, з молоддю у школах, на базі громадських організацій з безхатками тощо.

Особливістю відкритих студій є те, що учасники мають можливість працювати у власному темпі, регулювати свою взаємодію з іншими учасниками відповідно до своїх здібностей, а також використовувати групу і простір відповідно до своїх потреб. Участь у відкритих студіях покращує рефлексивні здібності дітей, розширює їхні можливості та підвищує почуття самоефективності [9]; заняття мистецтвом підсилюють позитивні емоції, зменшують негатив і значно підвищують почуття самоефективності [11]. Перевагами відкритої студії на відміну від терапевтичної у роботі з підлітками є те, що відкрита студія сприяє самодослідженню та взаємодії з однолітками.

Відкрита арттерапевтична студія подібна на художню студію, проте є певні відмінності. Незважаючи на те, що спільною ціллю художньої і арттерапевтичної студії є самовираження, метою арттерапевтичної, на відміну від художньої, є вияв та вивільнення затиснених емоцій та почуттів у безпечний та конструктивний спосіб; а також усвідомлення та переосмислення своїх почуттів, спогадів. На відміну від художньої студії, робота в арттерапевтичній студії не передбачає від учасників вміння малювати, адже є відмінності у ставленні до творчого продукту. У арттерапевтичній студії творчий продукт не є кінцевим результатом заняття, а виконує опосередковану функцію (є однією з ланок арттерапевтичного процесу). В організації роботи арттерапевтичної студії неприпустимі будь-які оцінки творчого продукту. Важливим є не естетичне значення продукту, а емоції, рефлексії, які виникали під час створення творчого



продукту. Робота у відкритій арттерапевтичній студії передбачає високий ступінь свободи і самовираження, не потребує чіткого дотримання послідовності дій. Тому при створенні творчого продукту у арттерапевтичній студії учасникам надається право вибору художніх засобів та матеріалів [4; 5, с. 23].

За результатами аналізу публікацій, у яких висвітлена тема відкритої студії Finkel D., Vat Or M., (2020) зазначають, що відкриті студії, які функціонують в Америці та Європі можна поділити за такими критеріями [9]:

1. Склад групи. Найчастіше поширені відкриті студії, *склад учасників* яких *постійно змінюється*. Такі студії зазвичай функціонують у психіатричних лікарнях, центрах лікування раку, на базі громадських центрів. Відкриті студії із *сталим складом учасників* найчастіше поширені у школах, навчальних центрах.

2. Роль арттерапевта (фасилітатора) у терапевтичному процесі. Найчастіше зустрічається модель студії, у якій *арттерапевт не бере участі* у створенні творчого продукту, а виконує роль спостерігача, забезпечує простір для учасників. Зустрічаються відкриті студії, в яких *арттерапевт підтримує творчий процес* і, за необхідності, допомагає учасникам у створенні творчого продукту.

3. Сприйняття учасників фасилітатором (арттерапевтом). Найчастіше *учасники* сприймаються як *«клієнти», «пацієнти»*. Така позиція переважає у лікарнях, громадських установах, які пов'язані з охороною здоров'я. Позиція *«учасник»* зустрічається у студіях, які спрямовані на покращення загального психологічного стану особистості. У таких студіях акцент робиться не на естетичне значення творчого продукту, а на процес його створення. Сприйняття *учасника як «художника»* зустрічається рідше і переважає у моделях відкритої студії, які організовані на базі громади.

4. Експонування творів мистецтва. Зазвичай відбуваються виставки творчих продуктів учасників у межах студії, що допомагає зберегти конфіденційність. Існують моделі відкритих студій, які пропагують виставки творчих робіт учасників за межами студії як частину терапевтичного процесу. Так, дослідження F. Griffith, L. Seymour and M. Goldberg (2015) показали, що продаж творчих продуктів, виготовлених безхатками, які відвідували відкриті студії відігравали не лише терапевтичну роль, а й реабілітаційну (за [9]).

5. Тривалість роботи студії. Найчастіше тривалість заняття становить від 1,5 до 2 годин. Більшість студій функціонує на регулярній



основі на базі установ або громадських організацій. Існують студії, у яких тривалість зустрічі – 3-6 годин. Проте зустрічаються короткотривалі студії, які організовані на місцях виникнення надзвичайних ситуацій внаслідок стихійних лих, наприклад, на деокупованих територіях тощо.

6. Теоретичне підґрунтя. Європейські відкриті студії позиціонують себе більше як художні студії і зосереджені на естетиці творчого продукту. Американські відкриті студії передбачають арттерапевтичний підхід і більше зосереджені на творчому процесі. Часто у таких студіях арттерапевти беруть участь у роботі з учасниками як партнери.

З метою покращення психоемоційного стану дітей внутрішньо переміщених осіб, які проживають у м. Львові, а також дітей із сімей, які перебувають у складних життєвих обставинах, на базі Креативного Хабу у рамках Творчого простору для розвитку дітей ГО «Гурбота в дії» («Care in Action») за підтримки DTCare з березня 2023 року проводяться групові арттерапевтичні заняття. Для дітей дошкільного віку заняття відбуваються два рази в тиждень (арттерапевтки, психологині: І. Харченко, Х. Шпак). Для дітей шкільного віку заняття відбуваються один раз в тиждень (арттерапевтки, психологині: О. Цимбала, Н. Шматок). Тривалість занять – 1 година. З метою більшої залученості дітей обрана така групова форма арттерапевтичної роботи як відкрита студія, що дає можливість дітям відвідувати заняття за можливістю, бажанням та потребою. За період з березня 2023 року по листопад 2023 року у роботі відкритої арттерапевтичної студії взяли участь 33 дитини дошкільного віку та 84 дитини шкільного віку.

Діяльність відкритої студії базувалася на принципі відкритості, яке передбачає, що всі бажаючі могли взяти участь у занятті. У випадку виявлення бажання взяти участь у занятті або за бажанням дитини (страх залишитися самим), супроводжуючий дорослий (переважно мама, бабуся), також брав участь у занятті. У цьому випадку дорослий також створював свій творчий продукт і брав участь у роботі на рівні із дітьми. З метою збереження ефективності терапевтичного процесу кількість учасників не перевищувала 10 осіб.

У своїй роботі ми також спиралися на принцип гнучкості. На кожному занятті була запропонована тема, проте безпосередня робота базувалася та враховувала психоемоційний стан учасників. При необхідності тема арттерапевтичного заняття коригувалася та застосовувався індивідуальний підхід до кожного з учасників. У цьому випадку доцільною була присутність двох арттерапевтів під час проведення занять. Таким чином один з арттерапевтів мав можливість при-



ділити увагу тому учаснику, який її потребував, а другий – мав можливість продовжувати роботу з групою. Також учасникам надавався широкий вибір художніх матеріалів для створення творчого продукту.

Особлива увага під час роботи відкритої арттерапевтичної студії приділялася створенню для учасників комфортного і безпечного середовища для прояву власних емоцій та почуттів. Так, D. Finkel and M. Bat Og (2020) вважають, що теоретичне підґрунтя відкритої арттерапевтичної студії включає концепцію D. Winnicott (1958) про «здатність бути на самоті в присутності інших», яка на його думку, є однією з найважливіших ознак емоційної зрілості. Постійне і надійне середовище студії, включаючи фізичну організацію простору, присутність групи, арттерапевта, створює довіру і дає можливість учасникам «побути наодинці» і вести внутрішній діалог через процес творення [9].

Враховуючи те, що до студії могли прийти діти із різним травмивним досвідом, особлива увага приділялася підбору методик, які пропонувалися під час арттерапевтичного заняття, щоб не викликати ретравмування дітей [1, 2]. При виборі художніх матеріалів і технік для створення творчого продукту перевага надавалася пластичним (глина, пластилін) та структурованим (воскові олівці, олійна пастель) матеріалам [2].

Арттерапевтична робота з дітьми дошкільного віку у відкритій студії

Під час занять з дітьми дошкільного віку враховувалися їх вікові особливості, а саме те, що провідний метод навчання дітей є гра, а розвитку – мистецтво. Тому заняття поділено на цикли зміни діяльності, щоб діти не втомлювалися і заняття викликало позитивні емоції та почуття:

1. **Привітання:** арттерапевтка вітається з дітьми за допомогою іграшки восьминого емоцій, демонструючи, який настрій у неї, пояснює чому, а потім пропонує дітям по черзі розказати, який у них сьогодні настрій і чому, маніпулюючи у руках іграшкою та демонструючи настрій. Дане привітання допомагає дітям навчитися висловлювати свої емоції, вчитися розуміти емоції інших, а для фахівця – розуміти настрій групи.

2. **В гостях у казки.** Арттерапевт читає дітям терапевтичну казку, яка дотична до теми, яку діти згодом будуть виражати у творчості. Діти слухають казку або історію, потім відповідають на питання по тексту, висловлюють свої емоції та почуття до почутого, пробують пояснити емоційний стан героя казки (історії).



3. Створення артпродукту. Творча частина. Дітям пропонується за допомогою різних матеріалів створити свій неповторний, особливий малюнок чи об'єкт. За спостереженнями, в роботі з дітьми дошкільного віку ми помітили, що вони переважно хочуть будувати, ліпити, ламати щось. Це спричинено бажанням заземлення, формування відчуття опори та безпеки. Діти рідко обирають олівці чи фарби, щоб щось малювати, переважно малюють пастеллю. Їм подобається малювати без рамок, створюючи з каракуль щось нове, цікаве, фантастичне. Обираючи матеріали, з яких можна щось будувати: кінетичний пісок, пластилін, картон, вони найчастіше будують дім, бункер, мур, що говорить про потребу в захисті та безпеці (див. *кольорову вкладку 4, рис. 4*). Також діти люблять змішувати кольори між собою, поєднувати багато різних матеріалів та щось ламати, знищувати, наприклад, рвати папір, роздирати пластилін на кусочки, розбивати стіну з піску. Дана поведінка може говорити про потребу у проживанні емоцій, які їм довелося відчути і які вони відчувають зараз.

Для створення артоб'єктів дітям було запропоновано такі арттерапевтичні методики: «Заховались мої ручки» (О. Науменко), «Арт-мандрівка пальчика» (В. Віткалова), «Каракулі на шпалерах» (І. Харченко), «Чарівна кулька» (О. Луценко), «Мандала захисту» (О. Луценко), «Хатинка для друга» (О. Луценко), «Метелики» (О. Луценко), «Подарунок для матері» (Ю. Фарафонова), «Апарат чарівної енергії» (О. Пономаренко), «Політ до своєї мрії» (О. Пономаренко), «Чарівна веселка» (Л. Галіцина) [1], «Будинок з коробок», «Мандала з гудзиків», «Фортеця з піску», «У пошуках скарбів» (ресурси у піску) та інші.

4. Представлення своєї роботи або створення спільної. На даному етапі кожній дитині дається можливість розказати, продемонструвати, що у неї вийшло, кожен може задати їй питання, підійти до створеного об'єкта і розглянути його ближче. Таким чином діти вчаться розповідати про свої емоції, почуття, розвивають мовлення, фантазію, вчаться чекати та слухати один одного. Досить часто під час обговорення діти доповнюють свої роботи, тим, чого їм не вистачає, що вони піддивилися у друга, або що помітили у інших. Вони вдосконалюють свої роботи, додаючи до них нові елементи: здебільшого це стрази, наклейки, пір'я, намистинки. Тоді роботи стають ще більш яскравими та об'ємними. Якщо це актуально до теми, діти створюють спільну картину, або спільний артоб'єкт, наприклад вулицю з будинків, дерево, на якому живуть птахи, небо з літаками, квіткову галявину тощо (див. *кольорову вкладку 5, рис. 1*). Дане



завдання об'єднує їх в одну спільноту, демонструє, що всі ми разом, дає почуття прийняття та безпеки поруч з іншими.

5. Прощання. До дітей знову звертається іграшка–восьминіг, він веселий та грайливий. Арттерапевт підходить до дітей та питає, що сподобалося найбільше, що запам'яталося або вразило. Діти діляться своїми переживаннями, емоціями, враженнями за заняття.

Арттерапевтична робота з дітьми молодшого шкільного віку у відкритій студії

Заняття для дітей шкільного віку у відкритій арттерапевтичній студії відбувалося за структурою: знайомство та моніторинг психоемоційного стану; обговорення теми заняття, роздуми на задану тему; створення творчого продукту; представлення та обговорення творчих робіт; моніторинг психоемоційного стану після заняття та прощання.

На початку та в кінці заняття проводилася діагностика психоемоційного стану учасників. Дітям пропонувалося наповнити (замалювати) склянки самопочуття, активності та настрою за 10-ти бальною шкалою. Це допомагало визначити, з яким настроєм діти прийшли на заняття і з якими емоціями та почуттями йдуть. Такий моніторинг допомагав також дітям прислуховуватися до себе і визначати власний стан та потреби.

Враховуючи те, що склад групи не був постійний, головна увага приділялася стабілізації психічного стану дітей, надання ресурсів, створення простору для відреагування емоцій.

У роботі над стабілізацією та заземленням були використані такі методики, як: «Арт-мандрівка пальчика» (В. Віткалова), «Дракон щастя» (М. Якименко), «Дерево сили» (Ю. Фарафонова) та ін. [1]. Також на етапі стабілізації та заземлення особлива увага приділялася таким пластичним матеріалам як пластилін та глина. Пластилін використовували як для створення творчого продукту, так і з метою розмальовування. Так, наприклад, на одному із занять учасники малювали «Пташку» (автор Т. Моїсеєнкова). Дітям було запропоновано обмалювати контур своєї ручки, домалювати дзьобик і очко, і за допомогою пластиліну розмалювати свою пташку; побудувати їй дім. Таким чином діти мають можливість не лише відреагувати власні емоції, а й, турбуючись про птаха, потурбуватися про себе і задовольнити свої актуальні потреби. Зазвичай діти, турбуючись про птахів, домальовували їм їжу (див. *кольорову вкладку 5, рис. 2*). Дуже часто діти зображували міцні гнізда, які захищені від ракет. Один з учасників сказав, що його лебідь потребує маму і тата, і доліпив ще лебедів-батьків.



Використання глини у арттерапевтичній роботі сприяє не лише заземленню, а й конструктивному вивільненню затиснутих емоцій та почуттів [5]. Варто зауважити, що діти дуже часто обирали пластилін та глину як художній матеріал і з задоволенням створювали творчі продукти з даних матеріалів. Також з великим задоволенням діти взаємодіяли з кінетичним піском. Вибір даних матеріалів може свідчити про потребу у заземленні та конструктивному способі відреагування власних емоцій та почуттів.

З метою відновлення внутрішніх ресурсів були застосовані такі арттерапевтичні методики як: «Дерево ресурсу», «Апарат чарівної енергії» (О. Пономаренко), «Місто ліхтарів» (Н. Мрака), «Парад планет» (Л. Галіцина), «Безпечне (комфортне) місце», «Політ до своєї мрії» (О. Пономаренко) тощо. Особливо ресурсним було спільне заняття для батьків і дітей із використанням методики О. Луценко «Метелики» [1]. Більшість батьків-учасників зазначили, що це заняття для них було ресурсним, так як вони мали можливість працювати разом із дитиною та прислухатися до її бажань.

Велика увага приділялася відреагуванню емоцій та почуттів. Адже дітям важливо у безпечний спосіб відреагувати свою агресію, злість, гнів, сум тощо. З художніх матеріалів на цьому етапі використовувалися грубі воскові олівці, глина, пластилін. На одному із занять з метою відреагування емоцій була запропонована арттерапевтична методика «**Папір стерпить все**» (модифікація О. Цимбала, Н. Шматок). Дітям було запропоновано за допомогою міцних воскових олівців у вигляді каракуль на великому аркуші паперу виразити свої емоції, яких вони хочуть позбутися. Діти дуже часто вимальовували свою злість, агресію на ворогів. Дехто з учасників вимальовували сум. Після вимальовування каракуль було запропоновано з папером зробити ті дії, які хочеться (рвати, м'яти тощо). Діти активно кидали, м'яли, топтали аркуші паперу, на яких були вивільнені ці емоції. Після відреагування негативних емоцій, дітям було запропоновано трансформувати свої негативні емоції у позитивні. Зазвичай діти загортали рвані клаптики паперу у подарунковий папір і прикрашали блискітками та стразами. Інколи з рваних аркушів паперу створювали картину (квіти). Таким чином трансформували свій сум, гнів, злість у радість (див. *кольорову вкладку 5, рис. 3*). Одна з дорослих учасниць (ВПО) зобразила сум у вигляді дощу. Потім ретельно зім'яла і зробила з цього аркуша паперу корабель (човен), який пливе по морю емоцій (див. *кольорову вкладку 5, рис. 4*).

Інколи діти, які часто відвідують заняття, просять великий аркуш паперу і воскові олівці: «*Я сьогодні злий, мені треба вима-*



лювати свою агресію». Таким чином, бачимо, що під час арттерапевтичних занять діти не лише покращують свій психологічний стан, а й отримують знання і вміння, як допомогти собі у конструктивному вираженні емоцій.

Під час проведення арттерапевтичних занять у відкритій студії ми помітили, що творчі роботи дітей часто мають патріотичний характер, розмальовані у синьо-жовті кольори. Так, одна з учасниць (внутрішньо переміщена особа) зліпила з глини торт для мами і розмалювала його синім та жовтим кольорами. При виготовленні захисного щита діти в більшості розмальовували їх патріотичними синьо-жовтими кольорами. «*Це щит, який захищає від москалів і дуже сильний від протипіхотних мін*», – зазначив один із учасників.

Як зазначалося раніше, велика увага приділялася вибору методик, щоб не травмувати дітей. Не зважаючи на те, що жодна з запропонованих нами вправ та методик не містила згадку про воєнні події в Україні, діти часто під час занять згадували тему війни і свій пережитий досвід. Так, одна з учасниць (дівчинка 6 років з Маріуполя) під час виконання методики «Політ до своєї мрії» (автор О. Пономаренко) [1, с. 99] свою мрію зобразила у вигляді ракети, яка падає на російських військових. Вона ретельно вималювала ракету і прикрасила її клеєм з блискітками. Таким чином дитина мала можливість відреагувати свої почуття на події, які відбуваються зараз в Україні.

Моніторинг психоемоційного стану дітей після проведення занять показав, що самопочуття, активність та настрої зазвичай у дітей покращувався з 7-8 балів до 9-10 балів. Часто зустрічалися випадки, коли, незважаючи на те, що оцінювання відбувалося за 10-ти бальною шкалою, діти зазначали, що їхній настрої покращився на 90-100 балів; інколи навіть писали знак нескінченності.

Висновки.

За результатами занять у відкритій арттерапевтичній студії для дітей, ми визначаємо багато можливостей, викликів та труднощів, які можуть виникнути під час роботи як для арттерапевта, так і для учасників студії.

До *переваг відкритої арттерапевтичної студії* можемо віднести:

- кожен учасник має можливість долучитися до заняття по мірі можливості і бажання;
- відвідування арттерапевтичних занять в рамках відкритої студії сприяє стабілізації психоемоційного стану, покращенню настрою;
- на занятті діти завжди отримують ресурс та задоволення;



- навіть короткочасна участь у арттерапевтичній відкритій студії надає можливість відреагувати свої емоції та почуття в безпечному просторі;

Труднощі для арттерапевта, які можуть виникнути під час арттерапевтичної роботи у відкритій студії:

- невідомо, хто прийде, в якому психологічному стані та з яким травмівним досвідом;

- неможливо скласти програму на стабілізацію з поглибленням у арттерапевтичний процес;

- у випадку великої кількості учасників складно приділити достатньо уваги усім учасникам. У такому випадку є доцільним ведення відкритих терапевтичних груп двома арттерапевтами одночасно;

- важко передбачити кількість учасників, тому можуть виникнути труднощі з матеріалами, якщо методика потребує підготовки. Дошкільнята часто потребують спрощення арттерапевтичних методик, так як самі не завжди добре володіють малюнковими матеріалами;

- є труднощі в становленні довіри, відкритості до арттерапевта і групи.

Труднощі для учасників, які можуть виникнути у процесі арттерапевтичної роботи у рамках відкритої студії:

- дітям важко адаптуватися, знайомитися кожен раз з новою групою;

- діти не можуть подолати страх і тривогу повністю, бо немає можливостей для глибинної терапевтичної роботи.

Отже, заняття у відкритій арттерапевтичній студії для дітей дає змогу учасникам стабілізувати свій емоційний стан, відновити власні ресурси, навчитися висловлювати свої емоції та почуття, приймати допомогу від інших, бути щасливими та створювати самому це щастя.

Література:

1. *Арттерапія дітей у часи війни* : метод. посіб. / за ред. О. Вознесенська, О. Луценко, М. Перун. Київ : ФОП Назаренко Т.В., 2023. 118 с.

2. Вознесенська О. Ризики та обмеження застосування арттерапії в часи війни. *Арттерапія і війна: контексти і досвід практичної роботи* / за заг. ред. Н. Кальки, Г. Одинцової. [Колективна монографія]. Львів: ЛьвДУВС, 2023. С. 98-112. URL: <https://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/6082> (дата звернення 20.09.2023)

3. *Енциклопедичний словник з арттерапії* / О. Л. Вознесенська, О. М. Скар, О.А. Бреусенко-Кузнецов, О. О. Деркач, Л. В. Мова та ін. [за заг. наук. ред. О. Л. Вознесенської, О. М. Скар]. Київ: Видавець ФОП Назаренко Т. В., 2017. 312 с.



4. Концепція впровадження арт-терапії в дитячих лікарнях / Вознесенська О. Л., Гундербайло Ю. Д., Латуненко Ю. Є., Немежанська О. А., Осадчук Л. А., Плетка О. Т., Скарн О. М., Яценя А. А. / за заг. ред. Вознесенської О. Л., Скарн О. М. К.: Міленіум, 2007. 80 с
5. Сидоркіна М. Ю. *Творча взаємодія як засіб гармонізації сімейних стосунків : методичні рекомендації*. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. 86 с.
6. Цимбала О. Терапевтичні властивості глини: особливості застосування в умовах війни. *Арттерапія і війна: контексти і досвід практичної роботи* / за заг. ред. Н. Кальки, Г. Одинцової. [Колективна монографія]. Львів: ЛьвДУВС, 2023. С. 98-112. URL.: <https://dspace.lvduvs.edu.ua/handle/1234567890/6082> (дата звернення 20.09.2023)
7. Allen, P. Commentary on community based art studios: Underlying principles. *Art therapy: journal of the American art therapy association*, 25(1). p. 11-12.
8. Bat Or M., Zusman-Bloch R. Subjective experiences of at-risk children living in a foster-care village who participated in an open studio. *Children*. 2022, 9, 1218. URL: <https://doi.org/10.3390/children9081218> (дата звернення 15. 11. 2023)
9. Finkel D., Bat Or M. The open studio approach to art therapy: a systematic scoping Review. *Frontiers in psychology*. 2020. Vol.11. URL: https://www.researchgate.net/publication/345601355_The_Open_Studio_Approach_to_Art_Therapy_A_Systematic_Scoping_Review (дата звернення 5.10.2023)
10. Kaimal G., Janell L. Mensinger J.L., Jessica M. Drass J. M., Rebekka M. Dieterich-Hartwell R. M. Art Therapist-facilitated open studio versus coloring: differences in outcomes of affect, stress, creative agency and Self-efficacy (Studio ouvert animé par un art-thérapeute versus coloriage : différences de résultats sur l'affect, le stress, l'agentivité créatrice et l'efficacité personnelle). *Canadian art therapy association journal*. 2017. 30:2. p. 56-68. URL: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/08322473.2017.1375827> (дата звернення 5.10.2023).
11. Kaimal G., Ray K. Free art-making in an art therapy open studio: changes in affect and self-efficacy. *Arts & Health*. 2016. URL: https://www.researchgate.net/publication/306269324_Free_art-making_in_an_art_therapy_open_studio_changes_in_affect_and_self-efficacy (дата звернення 11.10.2023).
12. Vick R., Sexton-Radek K. Community-based art studios in Europe and the United states: A comparative study. *Art therapy: journal of the American art therapy association*. 2008. 25 (1). P. 4-10.

