

Секція А1 Освітні науки	
УДК 740:159.923	
Дата першого надходження статті до видання	2026-02-15
Дата прийняття статті до друку після рецензування	2026-03-15
Дата публікації/оприлюднення	2026-03-16

**Психоемоційна корекція станів особистості засобами візуального мистецтва:
механізми та методики графічної експресії**

Захарова Світлана Валеріївна

магістр, вчитель початкових класів,
комунальний заклад загальної середньої освіти «Лицей №9 Хмельницької міської
ради»,

м. Хмельницький, Україна

<https://orcid.org/0009-0005-1861-1533>

Анотація. У статті розглядаються особливості психоемоційної корекції станів особистості через засоби візуального мистецтва з акцентом на механізмах і методиках графічної експресії. Актуальність дослідження зумовлена трансформацією характеру психоемоційних станів та переживань сучасного індивіда, зокрема поширенням станів дифузної тривожності, емоційного виснаження та розмитості ідентичності, які складно піддаються вербалізації. Обґрунтовано, що графічна експресія дозволяє репрезентувати такі стани у символічній формі та виступає первинним способом організації внутрішнього досвіду. У ході дослідження встановлено, що психоемоційна корекція засобами візуального мистецтва реалізується на перетині психологічних, тілесних та символічних вимірів. Показано, що на відміну від підходів, орієнтованих на інтерпретацію чи когнітивне переосмислення, у межах графічної експресії зміни відбуваються безпосередньо в процесі створення образу. Підкреслено, що терапевтичний ефект образотворчої діяльності реалізується за наявності відповідного психологічного контексту. Особливу увагу приділено ізотерапії як одному з провідних методів арт-терапії, що базується на використанні малюнка. Визначено її можливості у забезпеченні самовираження, усвідомленні внутрішніх переживань, розвитку емпатії та зниженні психоемоційної напруги. Зроблено висновок, що графічна експресія є ефективним інструментом психоемоційної корекції, оскільки дозволяє працювати з глибинними переживаннями, формувати нові способи самосприйняття та забезпечувати умови для саморегуляції емоційних станів.

Ключові слова: психоемоційна корекція; візуальне мистецтво; арт-терапія; ізотерапія; графічна експресія; емоційні стани; саморегуляція; символізація; невербальне вираження; психотерапевтичний вплив.

Psycho-emotional correction of personality states using visual art: mechanisms and techniques of graphic expression

Zakharova Svitlana Valeriivna

Master's Degree, Primary School Teacher,
Municipal General Secondary Education Institution "Lyceum No. 9 of Khmelnytskyi City
Council",

Khmelnyskyi, Ukraine

<https://orcid.org/0009-0005-1861-1533>

Abstract. The article considers the features of psycho-emotional correction of personality states through visual art, with an emphasis on the mechanisms and methods of graphic expression. The relevance of the study is due to the transformation of the nature of psycho-emotional states and experiences of the modern individual, in particular, the spread of diffuse anxiety, emotional exhaustion, and blurred identity, which are difficult to verbalize. It is substantiated that graphic expression allows representing such states in symbolic form and serves as a primary way of organizing internal experience. The study also establishes that psycho-emotional correction through visual art is implemented at the intersection of psychological, bodily, and symbolic dimensions. It is shown that, unlike approaches focused on interpretation or cognitive rethinking, within the framework of graphic expression, changes occur directly in the process of image creation. It is emphasized that the therapeutic effect of visual activity is realized under appropriate psychological conditions. Particular attention is paid to isotherapy as one of the leading methods of art therapy based on drawing. Its potential to ensure self-expression, awareness of internal experiences, development of empathy, and reduction of psycho-emotional tension is determined. It is concluded that graphic expression is an effective tool for psycho-emotional correction, as it enables working with deep experiences, forms new ways of self-perception, and provides conditions for the self-regulation of emotional states.

Keywords: psycho-emotional correction; visual art; art therapy; isotherapy; graphic expression; emotional states; self-regulation; symbolization; non-verbal expression; psychotherapeutic influence.

Вступ

Актуальність проблеми. В умовах розвитку і трансформації сучасного соціокультурного простору та перманентної суспільної турбулентності особистість змушена виробляти навички психологічної стійкості та гнучкості, що щоразу більше потребує залучення зовнішньої допомоги, зокрема супроводу фахівців із сфери здоров'я. Одним із дієвих та творчих способів роботи із внутрішнім світом людини та ефективної психокорекції емоційних станів вважається арт-терапія. Звернення до візуального мистецтва як засобу психоемоційної корекції загалом функціонує як специфічна форма вираження внутрішнього досвіду, що не потребує попередньої раціоналізації. Візуальні образи дозволяють репрезентувати ті аспекти переживань, які ще не набули вербального оформлення, забезпечуючи тим самим доступ до глибинних рівнів психічного життя особистості.

Актуальність нашого дослідження зумовлена кількома чинниками. По-перше, трансформацією характеру психоемоційних труднощів сучасної людини. Такі стани, як дифузна тривожність, емоційне виснаження чи розмитість ідентичності, часто не мають чітко окресленого змісту і не піддаються прямій вербалізації [5]. Однак, вони можуть бути відображені у графічній формі, що свідчить про особливу роль графічної експресії як первинного способу організації внутрішнього досвіду. По-друге, психоемоційна корекція засобами візуального мистецтва відбувається на перетині кількох вимірів – психологічного, тілесного та символічного [2]. Графічний продукт одночасно дозволяє вивчати і уявлення суб'єкта, і особливості його моторики, ритму, просторової організації діяльності [8]. Це відкриває можливості для дослідження тих компонентів переживання, які залишаються поза межами усвідомлення, але впливають на поведінку та самосприйняття особистості. По-третє, у порівнянні із підходами, які орієнтовані

переважно на інтерпретацію або когнітивне переосмислення, тут трансформація відбувається безпосередньо у процесі створення образу. Вибір кольору, лінії, форми стає засобом саморегуляції, що дозволяє досягати змін без прямого нав'язування зовнішніх інтервенцій.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Для досягнення поставленої мети було проаналізовано низку наукових праць, присвячених проблемі використання арт-терапії як засобу психоемоційної корекції. Серед дослідників, які привернули увагу є праці Н. Буркало, О. Гарбузенко, Н. Панасенко, О. Вознесенської, І. Тарапата та Л. Тимків. Аналіз іноземних наукових праць дозволив глибше розкрити теоретико-методологічні основи арт-терапії та механізми через праці таких дослідників, як А. Chmielnicka-Plaskota, B. Łoza S. Popek, M. Stańko-Kaczmarek, M. Stasiakiewicz, M. Tyszkiewicz та Rubin.

Виділення невирішеної частини проблеми. Незважаючи на значну кількість досліджень у галузі арт-терапії, недостатньо висвітленими залишаються питання систематизації механізмів психокорекційного впливу графічної експресії на емоційну сферу особистості. Зокрема, потребує подальшого вивчення співвідношення між активними та пасивними формами арт-терапевтичної діяльності у контексті їх ефективності для корекції різних типів емоційних станів. Також недостатньо розроблено теоретичне обґрунтування ролі ізотерапії як окремого методу, що поєднує проєктивні, експресивні та регулятивні компоненти впливу на особистість.

Мета статті. Мета статті полягає у теоретичному аналізі особливостей психоемоційної корекції станів особистості засобами візуального мистецтва, а також у визначенні основних механізмів і методик графічної експресії як ефективного інструменту роботи з емоційною сферою особистості.

Наукова новизна. У статті систематизовано теоретичні підходи до пояснення механізмів психокорекційного впливу образотворчої діяльності, а також обґрунтовано роль ізотерапії та проєктивного малюнка як інтегративних інструментів роботи з емоційними станами особистості.

Практичне значення. Результати дослідження можуть бути використані практичними психологами та арт-терапевтами при плануванні корекційних програм, а також у навчальному процесі при підготовці фахівців у галузі психології та психотерапії.

Методологія

Методи дослідження. Дослідження здійснено на основі теоретичних методів: аналізу, синтезу, узагальнення та систематизації наукової літератури з проблематики арт-терапії та психокорекції емоційних станів. Застосовано порівняльний аналіз для зіставлення різних теоретичних підходів до пояснення механізмів впливу образотворчої діяльності на психоемоційну сферу особистості.

Джерела даних. Джерелами даних слугували наукові публікації вітчизняних та зарубіжних авторів у галузі арт-терапії, психокорекції та психології творчості, опубліковані у фахових виданнях та матеріалах науково-практичних конференцій.

Інструменти аналізу. Основним інструментом аналізу виступив контент-аналіз наукових джерел, що дозволив виокремити ключові концепти, класифікації та механізми, описані у літературі з проблеми дослідження.

Обмеження дослідження. Дослідження має переважно теоретичний характер і не включає емпіричної верифікації викладених положень. Результати базуються на аналізі обмеженого кола доступних наукових джерел і потребують подальшого підтвердження через експериментальні дослідження.

Результати

Впродовж останнього століття науковці дедалі частіше звертають увагу на вплив мистецтва, що здійснюється як у формі завершених творів, так і у формі самого процесу творчості [7]. Попри значний терапевтичний потенціал образотворчої діяльності, у науковому дискурсі прийнято розмежовувати «мистецтво як терапія» та «мистецтво у

терапії». Оскільки творчий процес сам по собі не є психотерапією у професійному значенні, а його корекційний ефект реалізується лише за наявності відповідного психологічного контексту, що визначає цілі, структуру та умови взаємодії. Аналізуючи взаємозв'язок між митцем, його роботою та створеним твором, дослідники дійшли висновку, що цей зв'язок має інтерактивний характер [16]. Це означає, що, з одного боку, психічний стан і особистісні характеристики автора впливають на процес і форму створюваного ним твору, а з іншого – залучення до творчого процесу та твір впливають на стан і самопочуття автора. Такий взаємовплив відбувається як у випадку творчості, що має професійний, мистецький характер, так і тоді, коли вона проявляється в інших формах, наприклад, у межах занять образотворчого мистецтва, майстерень творчої освіти або арттерапії [16]. У арт-терапевтичній практиці прийнято виокремлювати три основні форми організації діяльності, у залежності від характеру взаємодії клієнта з художнім матеріалом: активну, пасивну та змішану. При активній формі, передбачається безпосередня участь клієнта у творчому процесі, що реалізується через самостійне створення художніх продуктів, зокрема малюнків, скульптурних форм, оповідей або музичних композицій. Пасивна форма ґрунтується на сприйманні вже створених мистецьких творів. У цьому випадку клієнт залучається до естетичного досвіду через розглядання живопису, читання літературних текстів або прослуховування музики, що опосередковано впливає на його емоційний стан і сприяє внутрішній рефлексії. Змішана форма поєднує елементи обох підходів і передбачає використання готових мистецьких продуктів як стимулу для подальшої власної творчої діяльності.

До слова, механізм позитивного, психокорекційного та психотерапевтичного впливу образотворчої творчості у науковій літературі пояснюється з різних перспектив, зокрема через психологічно-біологічні підходи до культурологічних та мистецтвознавчих інтерпретацій. Основні групи пояснень можна впорядкувати від найбільш базових, що спираються на фізіологічні функції організму людини (базові психічні процеси, переживання, мислення і поведінку) до рівня взаємодії людини із соціальним і культурним середовищем. Ці підходи не виключають один одного, а швидше, взаємно доповнюють [15].

Доволі дієвим способом здійснення психокорекційного впливу на особистість є використання арт-терапевтичних методів. До слова, саму арт-терапію доволі часто називають чудовим інструментом та «м'якою» допомогою у підтриманні здорового психічного стану особистості. Вона допомагає опанувати себе у критичних умовах, формувати адекватні сприйняття реальності, коригувати емоційні стани, вивільняти негативні емоції та знімати психічну напругу [2, с. 108]. Психокорекція емоційних станів засобами арт-терапії через мистецтво і творчість допомагає нормалізувати негативні емоційні стани, сприяє розумінню причин їх виникнення та можливості адекватного вираження. Образотворча діяльність, на думку багатьох дослідників, доволі часто сприймається як доступна та інтуїтивно зрозуміла форма творчості, однак така уявна простота є доволі поверхневою.

Насправді ця діяльність поєднує складні когнітивні, емоційні та сенсомоторні процеси, що забезпечують людині здатність до глибокого самовираження. Залучення людини до психоемоційної корекції через мистецтво сприяє її поглибленому самопізнанню, усвідомленню власних ресурсів і розкриттю творчого потенціалу, а також вербалізації внутрішніх переживань у візуальній формі. У порівнянні із багатьма іншими видами діяльності художня творчість не супроводжується підвищеним психоемоційним напруженням, а, навпаки, виконує регулятивну та релаксаційну функції. У процесі творчої взаємодії з матеріалом формується стан психологічної розслабленості, внутрішньої легкості та впевненості у власних можливостях. Використання візуалізації дозволяє знижувати інтенсивність негативних емоційних переживань, актуалізувати позитивне ставлення до себе та сприяти швидкому відновленню психічного ресурсу.

Психокорекція емоційних станів засобами арт-терапії також передбачає певне конструювання реальності, стимулювання пізнавальної активності, що впливає на емоції та поведінку [3]. У процесі реалізуються дії, спрямовані на ідентифікацію, конфронтацію, розв'язання проблем, покращення комунікації та експресії, адекватну самооцінку, заохочення адаптивних форм поведінки, набуття нових умінь і навичок, підвищення самооцінки, отримання підтримки як відчутного результату творчого процесу [12]. Розвиток самосвідомості в художній творчості можна стимулювати через: «рефлексію над власною темою, відкриття у собі більш активного «Я», залучення до діяльності» [10]. Арт-терапія, спрямована на самопізнання та саморозвиток передбачає діяльність, зосереджену на стимулюванні творчої експресії та активізації внутрішньо психічних процесів, пізнанні та переживанні себе у сфері мистецтва, самопізнанні, аналізі способу мислення про себе й навколишній світ, самопізнанні, підвищенні усвідомлення власного тіла та прийнятті себе, розвитку авторефлексії, переосмисленні та модифікації ірраціональних і дисфункційних переконань тощо [11].

Загалом вплив мистецтва на людину відомий уже тисячі років, передусім із розповідей реципієнтів мистецтва та їхнього естетичного досвіду, що виникає у процесі контакту з художніми творами. До слова, позитивні результати залучення до творчої діяльності можуть проявлятися як у психічно здорових людей, так і серед осіб, які переживають різноманітні труднощі [15]. Завдяки численним свідченням і результатам досліджень відомо, що творча діяльність, зокрема образотворча, відіграє важливу роль у функціонуванні людини та може бути ефективною формою терапевтичного втручання в межах арт-терапії. Однак подекуди і досі залишається актуальним питання про те, яким саме чином відбувається цей процес і який механізм лежить в основі такого позитивного впливу.

Відомо, що арт-терапія є явищем, яке розглядається з різних теоретичних і практичних перспектив, тому існує багато відмінностей у її визначенні. Наприклад, Şek розглядає арт-терапію як форму психотерапевтичної діяльності, тобто як цілеспрямовану підготовку фахівців для роботи із особами, що мають різні психічні розлади, порушення поведінки чи проблеми зі здоров'ям. Їхня діяльність передусім спрямована на зміну поведінкових моделей, а також внутрішньо психічних структур або процесів [14, с. 27]. Однак, як стверджують українські дослідники, суть арт-терапії полягає у самому процесі творення, що сприяє становленню цілісної та гармонійної особистості [2]. Тому, не обов'язково бути геніальним художником, чи професійно володіти знаннями про тонкощі мистецтва, оскільки для участі у такій формі терапії, не важливим також є і естетичний аспект створених робіт. Йдеться про саму природу арт-терапевтичного процесу (візуальну креацію, образотворчу експресію тощо) з поєднанням рефлексії над самим процесом створення [18]. Така рефлексія часто набуває форми розмови-діалогу між особою, яка створює роботу, і терапевтом (або іншими учасниками терапевтичної зустрічі) та може стосуватися також життєвої ситуації людини, що бере участь у терапії.

Складна, «подвійна» природа арт-терапевтичної діяльності відрізняє її від інших форм психотерапії, а також від інших сфер, у яких також використовується образотворча творчість (зокрема професійна й аматорська художня діяльність, майстерні творчої освіти тощо) [15]. Візуальна креація, яку традиційно розглядають як один із компонентів арт-терапії, часто ототожнюється з такими поняттями, як образотворча діяльність, художня активність, експресія або процес творення. У сучасному розумінні креація означає щось, що є результатом творчої діяльності. Якщо поєднувати креацію із «візуальною» або «пластичною» характеристикою, це поняття набуває конкретизації: йдеться про діяльність, що реалізується через засоби образотворчого мистецтва, а також через ширші форми візуального конструювання, наприклад, образ, рух, жест, просторову організацію. Відтак візуальну креацію можна визначити як процес створення візуальних

продуктів, які можуть мати як суб'єктивний, так і об'єктивований характер [13]. Важливо також розрізнити візуальну креацію у терапевтичному або розвивальному контексті, а також творчість у професійному сенсі. Ці форми діяльності відрізняються не лише за результатами, а насамперед за логікою процесу, його цілями та характеристиками суб'єкта творчості [15]. Однак, як у професійному мистецтві, так і у терапевтичній діяльності активізуються базові психічні процеси – чуттєве пізнання, переробка інформації, уява та пам'ять [13]. Саме тому поняття візуальної креації доцільно розглядати як інтегративне, таке, що охоплює як свідоме художнє творення, так і спонтанну експресивну діяльність у межах арт-терапії. Спонтанний характер образотворчої діяльності особливо виразно проявляється у дитячій поведінці, де творчість виникає без зовнішнього стимулювання чи навчання. Вона завжди була пов'язана з емоційною сферою людини, зокрема, людськими переживаннями, уявленнями, внутрішніми конфліктами та прагненнями. Саме ця багатовимірність образотворчої діяльності, формує низку функцій, які може виконувати візуальна креація: пізнавальну, розвивальну, виховну, експресивно-креативну, компенсаторну, проєктивну, терапевтичну, мотиваційну, ігрову, рекреаційну, гедоністичну та комунікативну [10]. Разом ці функції формують цілісну систему впливу творчої діяльності на людину. Зокрема, пізнавальна функція проявляється у розширенні способів осмислення реальності, розвивальна і виховна пов'язані з трансформаціями у психічному та соціальному функціонуванні особистості. Експресивна складова творчості забезпечує можливість самовираження, а комунікативна – передачу цього досвіду іншим. Компенсаторна функція дозволяє частково долати обмеження у різних сферах життєдіяльності, тоді як проєктивна відкриває доступ до несвідомих аспектів психіки, які проявляються у змісті та формі створеного образу [13], [16]. Терапевтична функція пов'язана зі зниженням психічної напруги через експресію внутрішніх станів. Мотиваційний аспект творчості, поєднаний із її ігровими та гедоністичними характеристиками, сприяє залученню людини до діяльності та підтриманню її активності.

У контексті нашого дослідження, на нашу думку, найбільш доцільно розглянути ізотерапію, як один із методів арт-терапії, що базується на використанні образотворчої діяльності. Застосування графічної експресії у ізотерапії створює умови для глибшого самопізнання, усвідомлення власних переживань, а також вільного вираження емоцій, думок, мрій і внутрішніх конфліктів. Ізотерапія через використання малюнка сприяє емпатійності, ідентифікації особистості та звільненню від негативних емоцій. Малювання також має розвивальний потенціал, оскільки використання малюнка сприяє розвитку чуттєво-рухової координації та інтеграції когнітивних процесів. На думку дослідників, під час малювання відбувається узгодження роботи обох півкуль головного мозку: правої, яка відповідає за образне мислення, та лівої, що забезпечує логіко-аналітичну обробку інформації, саме ця взаємодія підсилює цілісність психічної діяльності та сприяє гармонізації внутрішніх процесів особистості [6]. До слова, теоретичним підґрунтям інтерпретації графічної продукції у арт-терапії значною мірою виступають ідеї К. Юнга, згідно ідей якого, у художніх образах і символах відображається зміст несвідомого, як індивідуального, так і колективного. Символічні образи, які виникають у процесі малювання, є проявом глибинних психічних структур особистості, а також виступають каналом вираження внутрішнього досвіду, джерелом якого є несвідоме [9]. Особливе місце у застосуванні ізотерапії займає проєктивний малюнок, основною функцією якого є виявлення та усвідомлення внутрішніх проблем і переживань особистості. Завдяки цілеспрямованому добору тематики малюнків психолог може спрямовувати увагу клієнта на важливі аспекти його внутрішнього досвіду, що є особливо ефективним у роботі з дітьми. Темі можуть варіюватися від вільних до структурованих і орієнтованих як на індивідуальні, так і на групові проблеми,

тим самим забезпечуючи можливість символічного відображення емоцій і думок. Зазначений метод також дозволяє працювати з неусвідомлюваними переживаннями, які з різних причин не піддаються вербалізації [1].

Залежно від характеру виконання розрізняють спонтанні малюнки, що створюються за власною ініціативою суб'єкта, та малюнки-експромти, які виконуються без попередньої підготовки, на задану або вільну тему. У практиці проективного малювання застосовуються різні методичні підходи, наприклад, вільне малювання, комунікативне малювання, спільне малювання, а також додаткове малювання, яке реалізується через послідовне доповнення малюнка різними учасниками [4]. Інтерпретація проективних малюнків здійснюється з урахуванням комплексу параметрів, серед яких зміст зображення, особливості його виконання, кольорова гама, композиційна організація, розміри, а також характерні деталі та повторювані елементи. У графічній продукції відображається суб'єктивне сприйняття дійсності, а також спектр емоційних переживань особистості, значна частина яких може мати неусвідомлюваний характер.

Обговорення

Інтерпретація результатів. Проведений теоретичний аналіз дозволяє стверджувати, що психокорекційний вплив образотворчої діяльності реалізується через комплекс взаємопов'язаних механізмів: експресивного (вираження внутрішніх станів у графічній формі), регулятивного (зниження психоемоційного напруження у процесі творчості), проективного (відображення несвідомих переживань у змісті та формі малюнка) та інтегративного (узгодження когнітивних, емоційних і сенсомоторних процесів). Ізотерапія як метод арт-терапії поєднує ці механізми у єдиному терапевтичному процесі, що забезпечує її ефективність у роботі з різними категоріями емоційних станів.

Порівняння з іншими дослідженнями. Отримані результати узгоджуються з позиціями вітчизняних дослідників (О. Гарбузенко, Н. Панасенко), які розглядають арт-терапію як «м'яку» форму психологічної допомоги, та з поглядами зарубіжних авторів (M. Stańko-Kaczmarek, S. Poppek), які наголошують на інтерактивному характері зв'язку між творцем і його продуктом. Водночас наше дослідження акцентує увагу на систематизації функцій візуальної креації та їх ролі у терапевтичному процесі, що доповнює наявні класифікації.

Наукова новизна (розгорнуто). Наукова новизна дослідження полягає у систематизації теоретичних підходів до пояснення механізмів психокорекційного впливу образотворчої діяльності – від базових психофізіологічних до соціокультурних. Обґрунтовано інтегративний характер поняття візуальної креації, яке охоплює як свідоме художнє творення, так і спонтанну експресивну діяльність. Уточнено функціональну структуру візуальної креації у контексті арт-терапії, що включає пізнавальну, експресивну, компенсаторну, проективну, терапевтичну та інші складові.

Практичне значення (розгорнуто). Практичне значення дослідження визначається можливістю використання систематизованих теоретичних положень для розробки програм психоемоційної корекції засобами ізотерапії. Виокремлені механізми впливу графічної експресії (експресивний, регулятивний, проективний, інтегративний) можуть слугувати орієнтиром для практичних психологів при доборі конкретних арт-терапевтичних методик відповідно до характеру емоційних труднощів клієнта. Матеріали статті також можуть бути використані при розробці навчальних курсів з арт-терапії для студентів психологічних спеціальностей.

Висновки

Підсумовуючи, хочемо підкреслити, що психокорекція емоційних станів засобами образотворчого мистецтва, на нашу думку є одним із найефективніших способів надання психологічної підтримки. Техніки малювання здійснюють неочінений вплив на

зняття психоемоційної напруги, дозволяють пропрацьовувати глибинні проблеми, про які, можливо клієнту із різних причин і справді важко говорити. Малювання торкається не лише глибинних тем, але й дозволяє працювати із образами, сприйняттям себе та свого місця у світі, розвиває важливі психологічні процеси, зокрема уяву, що особливо важливо для дітей та їхнього психофізичного розвитку.

Література:

1. Буркало Н. Арт-терапія в сучасній психології. *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 2019. Volume 5 Issue 9. С. 189-204.
2. Гарбузенко О. Арт-терапія як засіб корекції емоційних станів особистості. Соціалізація особистості у сучасних соціокультурних та соціально-політичних контекстах : матеріали XIV Міжнар. наук.-практ. конф. Харків, 2024. С. 108–109.
3. Панасенко Н. Арт-терапевтичні методи стабілізації психоемоційного стану функціонування творчого мислення в умовах інформаційної невизначеності: матеріали XXII Всеукраїнської науково-практичної конференції. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2022. 200 с.
4. Вознесенська О. Арт-терапія як засіб психосоціального відновлення особистості. Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки: Зб. наук. Праць, 2015. № 3 (29). С. 40-47.
5. Свідерська О, Демид В. Психологічні чинники особистісної ресурсності студентської молоді під час дистанційного навчання. *Вісник Національного університету оборони України*. 2021. № 3 (61). С. 92–98.
6. Соколова Г. Психокорекція емоційних порушень у дітей з особливими потребами засобами ігротерапії. *Науковий часопис. Спеціальна психологія.*, 2015. С. 313–318
7. Тарапата І, Тимків Л. Арт-терапія як засіб подолання страху у дітей дошкільного віку. «Молодий вчений», 2019. № 10 (74). С. 114-119.
8. Христенко О. Графічна інтерпретація як інструмент терапевтичної медіації суб'єктивного впорядкування часу. На прикладі клінічного випадку з пацієнтом психотичної структури. *Український психоаналітичний журнал*, 2024. № 2(1), С. 67–76.
9. Юнг К. Архетип і символ. Київ: Центр учбової літератури. 2024. 436 с.
10. Bartel R. Sztuka w terapii, terapia w sztuce. Teoretyczne i praktyczne aspekty autoterapii przez sztukę. Poznań: Uniwersytet Artystyczny w Poznaniu Wydział Rzeźby i Działań Przestrzennych. 2017. 308 p.
11. Chmielnicka-Plaskota A., Łoza B., Bednarski P., Zielińska A. Arteterapia – leczenie poprzez wartości. *Neuropsychiatria. Przegląd Kliniczny*, 2011. № 3 (3): 99–104.
12. Łoza B., Chmielnicka-Plaskota A. Arteterapia: Teoria. Tom I. Warszawa: Difin. 2014. 306 s.
13. Popek S. Psychologia twórczości plastycznej. Kraków: Oficyna Wydawnicza. 2010. 490 s.
14. Sęk H. Pojęcia normy, normalności i zdrowia. Warszawa: Wyd. Naukowe PWN. 2006.
15. Stańko-Kaczmarek M. Podmiot w arteterapii w świetle różnych podejść terapeutycznych, 2011. Edukacja S. 11–26.
16. Stasiakiewicz M. Arteterapia dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Wybrane problemy teorii i praktyki. Dylematy edukacji artystycznej. Tom II. Edukacja artystyczna a potencjał twórczy człowieka. Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls, 2006. S. 475–510.
17. Tyszkiewicz M. Tworzę, więc jestem. Olsztyn: Wydawnictwo Decora. 2003.
18. Rubin J. Approaches to art therapy: Theory and technique. New York: Brunner-Routledg. 2016. 536 p.

References:

1. Burkalo, N. (2019). Art-terapiia v suchasni psychologii [Art therapy in modern psychology]. *PSYCHOLOGICAL JOURNAL*, 5(9), 189–204 [in Ukrainian].

2. Harbuzenko, O. (2024). Art-terapiia yak zasib korektsii emotsiinykh staniv osobystosti [Art therapy as a means of correcting emotional states of personality]. *Sotsializatsiia osobystosti u suchasnykh sotsiokulturnykh ta sotsialno-politychnykh kontekstakh: materialy XIV Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii* – Socialization of personality in modern socio-cultural and socio-political contexts: Proceedings of the XIV International scientific and practical conference, 108–109 [in Ukrainian].
3. Panasenko, N. (2022). Art-terapevtychni metody stabilizatsii psykhoemotsiinoho stanu funktsionuvannia tvorchoho myslennia v umovakh informatsiinoi nevyznachenosti [Art-therapeutic methods of stabilization of psycho-emotional state and functioning of creative thinking under conditions of informational uncertainty]. *Materialy XXII Vseukrainskoi naukovo-praktychnoi konferentsii* – Proceedings of the XXII All-Ukrainian scientific and practical conference. Kyiv: Instytut psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy [in Ukrainian].
4. Voznesenska, O. (2015). Art-terapiia yak zasib psykhosotsialnoho vidnovlennia osobystosti [Art therapy as a means of psychosocial recovery of personality]. *Aktualni problemy sotsiologii, psykholohii, pedahohiky* – Actual problems of sociology, psychology, pedagogy, 3(29), 40–47 [in Ukrainian].
5. Sviderska, O., & Demyd, V. (2021). Psykholohichni chynnyky osobystisnoi resursnosti studentskoi molodi pid chas dystantsiinoho navchannia [Psychological factors of personal resourcefulness of student youth during distance learning]. *Visnyk Natsionalnoho universytetu oborony Ukrainy* – Bulletin of the National University of Defense of Ukraine, 3(61), 92–98 [in Ukrainian].
6. Sokolova, H. (2015). Psykhokorektsiia emotsiinykh porushen u ditei z osoblyvymy potrebamy zasobamy ihiroterapii [Psychocorrection of emotional disorders in children with special needs by means of play therapy]. *Naukovyi chasopys. Spetsialna psykholohiia* – Scientific journal. Special psychology, 313–318 [in Ukrainian].
7. Tarapata, I., & Tymkiv, L. (2019). Art-terapiia yak zasib podolannia strakhu u ditei doshkilnoho viku [Art therapy as a means of overcoming fear in preschool children]. *Molodyi vchenyi* – Young scientist, 10(74), 114–119 [in Ukrainian].
8. Khrystenko, O. (2024). Hrafichna interpretatsiia yak instrument terapevtychnoi mediatsii subiektyvnoho vporiadkuvannia chasu. Na prykladi klinichnoho wypadku z patsientom psykhotychnoi struktury [Graphic interpretation as a tool of therapeutic mediation of subjective time structuring: A clinical case of a patient with psychotic structure]. *Ukrainskyi psykhoanalitichnyi zhurnal* – Ukrainian psychoanalytic journal, 2(1), 67–76 [in Ukrainian].
9. Yung, K. (2024). Arkhetyp i symvol [Archetype and symbol]. Kyiv: Tsentr uchbovoi literatury [in Ukrainian].
10. Bartel, R. (2017). *Sztuka w terapii, terapia w sztuce. Teoretyczne i praktyczne aspekty autoterapii przez sztukę* [Art in therapy, therapy in art. Theoretical and practical aspects of art-based self-therapy]. Poznań: Uniwersytet Artystyczny w Poznaniu [in Polish].
11. Chmielnicka-Plaskota, A., Łoza, B., Bednarski, P., & Zielińska, A. (2011). Arteterapia – leczenie poprzez wartości [Art therapy – healing through values]. *Neuropsychiatria. Przegląd Kliniczny*, 3(3), 99–104 [in Polish].
12. Łoza, B., & Chmielnicka-Plaskota, A. (2014). *Arteterapia: Teoria. Tom I* [Art therapy: Theory. Vol. 1]. Warszawa: Difin [in Polish].
13. Popek, S. (2010). *Psychologia twórczości plastycznej* [Psychology of artistic creativity]. Kraków: Oficyna Wydawnicza [in Polish].
14. Sęk, H. (2006). *Pojęcia normy, normalności i zdrowia* [Concepts of norm, normality and health]. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN [in Polish].

15. Stańko-Kaczmarek, M. (2011). Podmiot w arteterapii w świetle różnych podejść terapeutycznych [The subject in art therapy in the context of different therapeutic approaches]. *Edukacja*, 11–26 [in Polish].
16. Stasiakiewicz, M. (2006). Arteterapia dla osób z niepełnosprawnością intelektualną. Wybrane problemy teorii i praktyki [Art therapy for people with intellectual disabilities. Selected issues of theory and practice]. In *Dylematy edukacji artystycznej. Tom II – Dilemmas of art education. Vol. II* (pp. 475–510). Kraków: Oficyna Wydawnicza Impuls [in Polish].
17. Tyszkiewicz, M. (2003). *Tworzę, więc jestem* [I create, therefore I am]. Olsztyn: Wydawnictwo Decora [in Polish].
18. Rubin, J. (2016). *Approaches to art therapy: Theory and technique*. New York: Brunner-Routledge [in English].